

Flash n°7, été 2023

Bonjour à toutes et à tous,

Nous espérons que vous et vos proches, vous passez un bel été et vous trouvez un peu de repos.

Comme vous le savez, en allant sur le site internet unafam.org, vous pouvez trouver de nombreuses informations et ressources qui vous permettront de mieux connaître la maladie psychique, les différentes thérapies, des informations pratiques...Vous, aidants familiaux, êtes les premiers experts pour accompagner vos proches en souffrance. Ces formations à votre intention, apportent au final une meilleure efficacité des soins prodigués par les équipes médicales.

SOUTIEN des FAMILLES

Activités ACCUEIL

Vous pouvez prendre rendez-vous au 02 43 40 44 53 pour être accueilli

- Au 52 rue Chanzy au Mans de préférence le lundi après-midi
- A Sablé, le vendredi 8 septembre à 13h ou 16h30
- A la Ferté Bernard, le 17 août de 14h à 17h

Groupes de parole d'Aidants et groupe de parole d'Usagers

En présence d'un psychologue et d'une bénévole

- **Groupe de parole parents Sud Sarthe à Sablé** : salle municipale, ancienne école de Gâtines.
Vendredi 8 Septembre de 14h30 à 16h30.
- **Groupe de parole Conjointes et enfants de personnes en souffrance psychique** : 52, rue Chanzy Le Mans.
Lundi 11 septembre de 18h à 20h.
- **Groupe de parole parents Le Mans** : Le lundi 4 septembre de 18h à 20h.
- **Groupe de parole de Parents de jeunes et adolescents : Le Mans - complet**
Un nouveau groupe sera envisagé à la rentrée en fonction du nombre de personnes intéressées.
- **Groupe de soutien de parents** :52, rue Chanzy, Le Mans.
Mercredi 30 août à 15h.
Ce groupe rassemble des personnes qui ont acquis plus de recul par rapport à la maladie.
Elles se réunissent sans la présence d'un psychologue.
- **Café-rencontre le samedi 9 septembre de 10h à 12h au 52 rue Chanzy, Le Mans**
Ce café-rencontre permet un échange entre les nouvelles personnes accueillies. Il est animé par deux bénévoles. C'est pour ces personnes l'occasion de se soutenir, de cheminer ensemble et de revenir sur des points qui restent encore à préciser.

- **Groupe de parole « Vie Psychique et citoyenneté » pour les personnes avec une fragilité psychique :**
De 14h30 à 16h, dans les locaux de l'ADGESTI
Au 21, rue Albert Einstein à La Chapelle Saint Aubin.
Les 25 août, 22 septembre, 20 octobre, 24 novembre autour d'une psychologue.
Merci de prendre contact avec David Grassin
au 02 43 39 58 36 de 9h à 12h
ou écrire à : d.grassin@adgesti.fr

INFORMATION ET FORMATION DES AIDANTS

Atelier d'entraide Prospect samedi 11 novembre, samedi 18 et dimanche 19 novembre au Mans.

DESTIGMATISATION

Jeudi 29 juin Journée entière de sensibilisation aux troubles psychiques auprès des employés de Leroy Merlin

Huit groupes, soit 59 personnes, ont pu échanger pendant une heure avec 2 de nos bénévoles. Certains employés avaient même pris sur leur temps de pause ou leur temps personnel en arrivant plus tôt au travail.

Grâce à une équipe du magasin Leroy Merlin, militant pour l'insertion professionnelle des personnes en situation de handicap, de nombreux stagiaires sont régulièrement accueillis en particulier lors de l'évènement « Duo Days » qui a lieu chaque année lors de la « semaine européenne pour l'emploi des personnes handicapées ». L'occasion de former de nouveaux duos entre professionnels et personnes en situation de handicap, tout au long d'une journée d'immersion. Cet accompagnement nécessite tact et savoir-faire pour intégrer au mieux les personnes.

Cette équipe de Leroy Merlin, à laquelle appartient l'un de nos bénévoles UNAFAM, a récemment remporté un challenge et obtenu une bourse qui lui permettra de continuer à agir en direction des personnes handicapées.

Programme RCF : la force des différences

Lors de séances de 25 mn, chaque semaine, les acteurs associatifs de la Sarthe se rencontreront lors d'une table ronde pour échanger et débattre de sujets en lien avec la solidarité, la précarité, la société, le handicap, le monde du bénévolat.... Objectif : croiser les regards et les témoignages, pour permettre à l'auditeur de découvrir les nombreuses structures et solutions d'accompagnement répondant à ces enjeux en Sarthe.

Le prochain enregistrement de l'UNAFAM aura lieu le 18 septembre, en binôme avec la Banque Alimentaire. Puis ce sera avec l'une de ces associations actives dans notre département comme Habitat et Humanisme, ASTREE, SOS Amitié, la Cravate Solidaire, l'Arche de la Ruisselée.

Nous vous communiquerons en septembre l'agenda de ces différentes diffusions.

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale se tiendront du 7 au 20 octobre

Cette 34ème édition des SISM aura lieu autour de la thématique suivante : « A tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ».

La programmation des différentes activités est maintenant établie et vous sera transmise plus en détail en septembre.

A noter dans votre agenda, l'évènement inaugural le samedi 7 octobre après-midi de ces SISM 2023 dans l'enceinte de l'EPSM.

DEFENSE des INTERETS COMMUNS

BREF ; un programme d'accompagnement des familles

Dans le cadre de la suppression des 42 lits au sein de l'EPSM, certains patients vont être suivis à domicile en attente d'hospitalisation. Pour les soutenir, les familles seront appelées une fois par semaine.

De plus, à la demande de nos bénévoles UNAFAM représentants des Usagers, le centre de réhabilitation psychosociale de l'Établissement Public de Santé Mentale d'Allonnes vient de mettre en place un programme d'accompagnement dédié aux proches des personnes en souffrance psychique. Déjà pratiqué à Lyon ce programme dénommé « BREF » s'avère d'une grande aide pour les familles, tant il est important que les professionnels de santé leur apportent du soutien pour faire face à la maladie de leur proche.

Les objectifs de ce programme sont de :

- Donner un espace de parole libre qui permettra d'identifier les difficultés et les attentes des proches.
- Proposer des réponses rapides aux questions qu'ils se posent.
- Orienter ces proches vers des dispositifs d'aide.

L'équipe du centre de proximité a prévu 90 créneaux d'une heure pour recevoir les familles, les lundis et vendredis après-midi. Lors de leur 3ème rencontre, un contact leur est proposé avec des accueillants de notre association UNAFAM.

Déjà plusieurs de nos bénévoles ont prévu de suivre une formation dans cet objectif de soutien aux familles, en lien avec les équipes soignantes.

Si vous souhaitez bénéficier de ce programme, vous pouvez appeler le Centre de Réhabilitation Psychosociale de l'EPSM

du lundi au vendredi de 8h45 à 16h45 au 02 43 78 57 18 ou le contacter par mail à l'adresse : bref@epsm-sarthe.fr

Rencontre de notre délégué avec Yann Massart, Chargé de l'Événementiel et de la Culture à l'Établissement Public de Santé Mentale de la Sarthe

Notre délégué, Pascal Boucherie rencontrera bientôt Yann Massart nouvellement nommé à l'EPSM. Les représentants de notre association UNAFAM à la Commission Des Usagers relayaient régulièrement le constat des familles concernant les journées passées dans l'ennui et l'inactivité, de leurs proches hospitalisés.

Dans le cadre d'une toute nouvelle fonction, Yann Massart est chargé de la coordination et de la diffusion des événements et des initiatives culturelles au sein de l'EPSM.

Convaincu de l'importance de la culture comme levier essentiel pour améliorer le bien-être et la qualité de vie, il est déterminé à faire de l'Établissement Public de Santé Mentale un lieu vivant. Il souhaite notamment renforcer la promotion et la valorisation de la culture locale auprès des patients et de professionnels de santé, dans le but de créer un environnement encore plus accueillant et stimulant pour tous.

Yann Massart est ouvert à toute proposition, collaboration, ou événement à diffuser. Si vous avez des idées, des suggestions ou des questions, n'hésitez pas à les communiquer à l'EPSM.

Mardi 27 juin : 1er Forum des Usagers de l'EPSM sur le site de l'IFSI à Allonnes

Organisé à l'initiative de Yann Massart, ce forum avait pour but de découvrir les différentes initiatives mises en place pour améliorer la prise en charge des patients et de leur entourage au sein de l'établissement, et mettre en lumière les divers aspects des services.

Cet événement a réuni près de 100 personnes, les usagers et leurs familles ont pu échanger avec les différents professionnels.

Samedi 2 septembre : Fête des Associations et du Bénévolat à Changé

Pour la 3^{ème} année, votre délégation sera présente à ce forum. Cela se déroulera près du plan d'eau de Changé, à partir de 14h. Pour rappel, la mairie de Changé soutient notre délégation par une subvention.

N'hésitez pas à venir saluer les bénévoles sarthois.

Solidarité régionale face à la situation à l'EPSM d'Allonnes

Face aux tensions très fortes à l'EPSM de la Sarthe, du fait de l'engorgement de patients souffrants de troubles psychiatriques en attente d'hospitalisation aux urgences du CHM, l'Agence Régionale de Santé des Pays de Loire, en concertation avec les acteurs du territoire, a décidé de la mise en place d'actions en solidarité régionale. Sur la base du volontariat, des patients pourront être hospitalisés dans un établissement hospitalier hors département de la Sarthe.

Un courrier de la Commission Des Usagers de l'EPSM d'Allonnes (dont l'UNAFAM en a la présidence) a été adressé au Directeur Général de l'Agence Régionale de Santé des Pays de La Loire, au Directeur Territorial ARS de la Sarthe et à la Direction de l'établissement. Ce courrier fait état de la psychiatrie en Sarthe et du manque de soignants qui met en forte fragilité les patients sarthois.

Une copie a également été transmise au Ministère de la Santé.

Nous vous tiendrons au courant des réactions.

Prochaine réunion des familles le **mercredi 6 septembre à 17 H 30**

Nous fêterons les **60 ans** de l'**UNAFAM** !

Une vidéo retraçant l'**histoire de l'UNAFAM en Sarthe** vous sera présentée par des étudiants en Histoire des Civilisations.

Suivra le verre de l'amitié !

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS