

## L'ÉDITO

Chers Adhérents, Partenaires, Bénévoles et Salariés,

Unafam infos fait peau neuve ! Découvrez la nouvelle identité visuelle de notre lettre régionale largement consacrée à la façon dont les Délégations de Nouvelle-Aquitaine ont offert un préambule à l'évènement national des « 60 ans de l'Unafam » des 24 et 25 novembre prochains à Paris.

Les bénévoles se sont emparés de nos sujets prioritaires pour diffuser de l'Espoir au travers de l'Action : démontrer que nos combats pour les droits de nos proches en situation de vulnérabilité psychique, à la dignité et à la citoyenneté, ne sont pas restés vains et se poursuivent inlassablement. L'illustration qui en a été faite lors de l'évènement du 14 septembre à la Rochelle en est un exemple. Roselyne Touroude, notre « grand témoin », référente nationale pour le handicap était la personne qui pouvait le mieux retracer l'historique du parcours militant de l'Unafam des 60 dernières années pour les droits des personnes en difficulté psychique et de leur entourage.

De même, les personnes qui nous ont confié l'histoire émouvante de leur « chemin de rétablissement », nous incite à considérer tout l'intérêt que nous avons à collaborer de près avec celles et ceux qui détiennent l'expérience sur ce qu'est réellement le parcours de soin et de vie d'une personne atteinte d'un trouble psychique et des besoins qui en découlent.

C'est aussi une belle satisfaction de voir, pour la 34e édition des semaines d'information sur la santé mentale, le dispositif d'aller vers - « en voiture PSYMONÉ » - reprendre du service mais aussi inspirer les acteurs du Collectif de la Haute-Vienne pour faire circuler le « PSY TRUCK 87 » sur 7 étapes. Ces actions sont à coup sûr déterminantes pour faire du thème de la santé mentale, un sujet dont tout un chacun doit s'emparer. Une personne sur 5 est susceptible d'être concernée par un trouble psychique durant sa vie. L'Unafam, avec ses missions sociales de soutien, d'informations et de formations est un acteur qui doit être connu des familles confrontées à la vulnérabilité psychique d'un proche. Ce dispositif y contribue.

Solidairement,

Martine Dos Santos  
Déléguée Régionale



**Délégation de la Nouvelle-Aquitaine**  
3 Rempart de l'Est 16000 Angoulême  
05 45 95 30 38 / 07 69 58 87 41  
nouvelle-aquitaine@unafam.org  
www.unafam.org/nouvelle-aquitaine

## LE SOMMAIRE

L'édito (p.1)  
L'agenda (p.1)  
60 ans de l'Unafam dans les DD (p.2-3)  
SISM 2023 (p.3)  
Les brèves (p.4)

## L'AGENDA

Le jeudi 09 novembre ciné-débat "Sur l'Adamant" au cinéma Grand Ecran de Bergerac (24) avec l'Unafam Dordogne et M.Brioul Psychologue. Tarifs : 6 à 11€.

Le samedi 11 et le dimanche 12 novembre au Temple-sur-Lot et Grange-sur-Lot, rencontres autour de François Tosquelles : expos, concert, théâtre, débat. (voir en page 4).

Le vendredi 17 novembre de 17h à 20h Café rencontre à Saintes et le samedi 18 novembre de 14h30 à 17h30 à la Rochelle. Infos : 06 20 97 40 38 / 05 46 00 41 54 / 17@unafam.org.

Le samedi 18 novembre, rencontre avec les adhérents de l'Unafam 40 à Dax. De 10h à 14h.



**Nathalie Cantin accompagnée de bénévoles de la délégation Unafam 17. Photo Christina Chiron**

## LES 60 ANS DE L'UNAFAM DANS LES DÉLÉGATIONS DÉPARTEMENTALES

60 ans : la sagesse de l'expérience, la fougue de la jeunesse ! Ne serait-ce pas là le secret de l'Unafam ? Alors que l'association célèbre cette année ses 60 ans d'existence et de combats, dans les délégations aussi, les bénévoles en profitent pour organiser des événements locaux.

Ce fut le cas en Charente-Maritime le 14 septembre dernier : une fête fédératrice réunissant 85 personnes, adhérents et bénévoles, partenaires du sanitaire, du médicosocial et du social et Groupes d'Entraide Mutuelle du département.

Nathalie Cantin, nouvelle Déléguée Départementale a introduit cette journée, remerciant l'ensemble des partenaires présents, mais aussi l'équipe des bénévoles, en la présence de Martine Dos Santos, Déléguée Régionale.

Seul bémol : l'absence des politiques locaux et de relais dans la presse, signe du désintérêt encore marqué sur le territoire pour les sujets de la psychiatrie et de la santé mentale. Signe aussi de l'indispensable présence de l'Unafam pour soutenir et défendre les droits des usagers et de leurs familles.

Les combats justement, il en a été question avec Roselyne Touroude, ancienne Vice-Présidente de l'association et référente handicap nationale. Elle a retracé avec force conviction ces 60 ans d'existence, depuis la création de l'UNAFAM, en lien avec la fermeture des asiles, aux grandes victoires (loi 2005 et reconnaissance du handicap psychique, ouverture de la Prestation de compensation du handicap depuis janvier 2023...) et aux nombreuses batailles encore à mener.

Les partenaires locaux ont aussi livré des interventions de qualité, à l'image de Sylvie Rayé, coordinatrice du Projet Territorial de Santé Mentale de Charente-Maritime pour présenter les actions sur le département.

Ont suivi le Dr Patrick Bendimerad, Psychiatre Hospitalier, Chef du pôle de psychiatrie et du service d'addictologie du Groupe Hospitalier Littoral Atlantique La Rochelle - Ré - Aunis et le Dr Ludovic Bonneau, Psychiatre et Responsable Médical de la Filière de Réhabilitation Psychosociale dans le même établissement. Tous deux ont fait un point sur l'offre de soins hospitalière en santé mentale sur le nord du département, sans omettre les difficultés actuelles de la psychiatrie.

Pour conclure la matinée, 3 personnes concernées par un trouble psychique ont livré, chacun à leur façon, leur parcours de rétablissement (lire encadré). Des témoignages émouvants qui ont marqué l'assemblée.

L'après-midi, plus informelle, a laissé la place aux échanges sous forme de mini table ronde où de nombreux sujets ont été abordés, à commencer par celui du besoin de visibilité de l'UNAFAM au niveau national et la nécessité de faire venir de nouveaux bénévoles.

Une journée conviviale riche en échanges, informations, et rencontres. Nous remercions encore une fois toutes les personnes présentes. De quoi donner force et énergie pour les 60 ans à venir !

**Christina Chiron**  
**CCD Poitou-Charentes**

### Témoignages - Parcours de rétablissement (extraits)

*"Ce fut un exil - une explosion des repères, une noyade éperdue - on jette les bras, pas de bouée pour s'agripper. [...]"*

*Je suis au retour d'un exil, et il me faut renouer avec les vivants ; et j'en pleure de joie, mais de rage aussi. J'ai passé 13 ans loin de tout. J'étais ici, parmi les autres, mais je n'étais pas là - loin de tous, si loin de moi. La terre tournait - le temps n'existait plus. "Tu étais pire que morte" me dira une amie. - 13 ans d'une solitude impénétrable, d'une brume de plomb, d'une éternité douloureuse. [...]"*

*Tout n'était plus qu'hostilité. Un horizon glauque, morne, à perte de vue, - un silence assourdissant : l'écho du vide, si étrange, terrifiant. [...]"*

*13 ans, d'où on ne revient pas. Et puis un jour il y eu le matin que je n'attendais plus - une aurore flamboyante, un matin gorgé de vie. Je suis revenue - j'aurais pu, aussi bien, ne jamais revenir, ne jamais regagner la rive des Vivants.*

*Et depuis ce matin de Janvier, je trace un chemin.*

*A 50 ans je me suis remise à tracer, à nouveau, Mon Chemin.*

*Toujours et encore je vérifie mes ailes - et j'écarquille les yeux, éberluée de tant de vie, de tant de beauté - et ce sourire qui ne me quitte plus.*

*Je n'en reviens toujours pas d'être là, pour de vrai."*

**Geneviève Fourel**

## LES 60 ANS DE L'UNAFAM DANS LES DÉLÉGATIONS DÉPARTEMENTALES (SUITE)

### Témoignages - parcours de rétablissement (extraits)

*Pour commencer, j'ai une maladie psychique au même titre que je suis gourmand, bavard ou discret, c'est une partie des caractéristiques de ma personnalité. Toute seule, elle ne me définit pas. [...]*

*J'ai conscience en écrivant ce témoignage que j'ai énormément de chance, je suis privilégié et je tiens à souligner que nous ne sommes malheureusement pas tous égaux devant la maladie. À chacun son métabolisme, à chacun ses réactions, à chacun son environnement extérieur et surtout à chacun sa part de mystère appelée la vie. Cela s'accorde à n'importe quelle maladie et la maladie psychique n'y échappe pas. Pourquoi la maladie psychique se déclenche chez certains et pas d'autres, pourquoi lui ? Pourquoi elle ? Pourquoi moi ? [...]*

*Cela a dû faire partie des premières pensées traversant mon esprit, mes premiers cheminement qui n'ont mené nulle part si ce n'est à me culpabiliser, me dire au fond de moi que c'est de ma faute si ça m'est arrivé. Par contre je ne disais jamais ça à haute voix sinon ça aurait laissé la possibilité à mes proches d'essayer de me rassurer. Ma famille est bien plus que juste ceux sur qui j'ai pu compter, ceux sur qui je compte toujours. Ma famille est un des piliers indéfectibles qui m'a permis de me soutenir en toute circonstances.*

*Ils sont les murs porteurs qui m'ont permis de garder ma structure en place quand j'ai démarré un chantier de reconstruction de mon moi intérieur. D'ailleurs, ils n'ont pas été que les murs porteurs de la maison, ils ont financé les travaux et ils me suivent sur le chantier de près, ils se tiennent au courant des avancées, ils me font confiance et je leur fais confiance. [...]*

*La confiance triangulaire entre mes soignants, ma famille et moi a été capitale dans mon parcours de rétablissement. [...]*

*Après l'hôpital psy et à peu près une année d'hôpital de jour ; j'ai décidé quasi exclusivement grâce aux encouragements et aux recherches de ma maman axées sur mes centres d'intérêts de reprendre des études de langue ce que je vois avec mon recul actuel comme une réintégration à la société, une nouvelle sociabilisation. Me confronter au monde a été comme un premier test. Est-ce que je peux passer pour normal au milieu de tous ces gens ? Qu'est-ce que ça veut dire être normal d'ailleurs ? [...]*

*En soi, nous sommes tous réunis ici aujourd'hui, d'une façon ou d'une autre parce que nous nous sentons concernés par le sujet de la santé psychique.*

*Que ce soit pour une raison professionnelle ou personnelle ou les deux, nous nous sentons concernés alors ensemble, prônons l'éducation à la santé psychique en combattant l'ignorance par le savoir. Chacun à son échelle, à son rythme, avec son propre mode de transport et surtout sur sa propre voie.*

*Comme ma maman m'a toujours répété, ce qui compte ce n'est pas l'arrivée mais le chemin qui nous y mène.*

**Marc** (Prénom modifié)

### LES 60 ANS DE L'UNAFAM DANS LES DÉLÉGATIONS C'EST AUSSI

#### Le jeudi 16 novembre à Tudeils et Curemonte, une journée des familles de l'Unafam Corrèze (19).

Au programme, une matinée consacrée aux 60 ans de combats de l'Unafam et à une présentation de la pair-aidance par Florence Martin, pair-aidante, bénévole à l'Unafam 19 (voir unafam infos n°21). Une après-midi conviviale, après un déjeuner commun, avec la visite du village de Curemonte classé dans les plus beaux villages de France.

#### Le Dimanche 19 novembre journée festive des 60 ans de l'Unafam au Casino de Salies de Bearn avec l'Unafam des Pyrénées-Atlantiques (64).

Cette journée festive sera l'occasion de revenir sur 60 ans d'histoire. Musique, théâtre, rencontres, stands d'animation et autres surprises attendent les participants.

Ces fêtes d'anniversaires dans les délégations sont un préambule de la grande fête nationale des 60 ans de l'Unafam, les 24 et 25 novembre à l'Espace Charenton (Paris). Un anniversaire pour regarder vers l'avenir : place des familles, droits, avancées scientifiques... Parce que le combat se nourrit de l'espoir, cet anniversaire fera la part belle aux raisons d'espérer.



## Semaines d'information SUR la santé mentale

### 34ÈME ÉDITION DES SISM ; « A TOUS LES ÂGES DE LA VIE MA SANTÉ MENTALE EST UN DROIT »

Cette année encore les délégations de l'Unafam ont répondu présentes pour les Semaines d'Information sur la Santé Mentale avec les collectifs SISM locaux (16-17-33-47-64-79-86-87). « Pymone, le petit bolide de la santé mentale » a repris les routes des Deux-Sèvres et a fait des petits. En Haute-Vienne, les bénévoles étaient présents avec leurs partenaires sur les sept étapes du tour du Psy truck 87. Ciné-débat, expositions, concert, spectacles, conférence-débat, atelier Yoga, Psydialogue, porteurs de paroles... les actions proposées par les délégations de Nouvelle-Aquitaine ont été d'une grande diversité. Cinémas, centres sociaux, places de marché, médiathèques, collèges... l'Unafam était présente au plus près des publics (scolaires, professionnels, tout public) pour cette 34ème édition sous le haut patronage du ministre de la Santé et de la Prévention A. Rousseau. **Rendez-vous du 07 au 20 octobre 2024, autour de la thématique : « En mouvement pour notre santé mentale ».**



**Roselyne Touroude, notre référente nationale handicap**



## LE BAROMÈTRE UNAFAM 2023

À l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale, l'Unafam a dévoilé les résultats de la 4ème édition de son baromètre consacré à la santé mentale et aux troubles psychiques. Parmi plus de 4 300 répondants se trouvent pour la première année des personnes concernées par un trouble psychique. Alors que le Conseil de l'Europe dénonçait en avril dernier le fait, qu'en France, les personnes en situation de handicap étaient entravées dans l'exercice de leurs droits, le baromètre de l'Unafam 2023 met concrètement en lumière cette réalité : **85% des répondants considèrent que leur proche accède difficilement à au moins un de ses droits fondamentaux comme l'accès aux soins, à l'accompagnement et à l'emploi.**

Découvrez le baromètre sur le site de l'Unafam ([www.unafam.org](http://www.unafam.org))

## NOTRE DÉLÉGUÉE RÉGIONALE DÉCORÉE DE L'ORDRE NATIONAL DU MÉRITE

Samedi 9 septembre dans les salons de la Préfecture de Périgueux (24), Martine Dos Santos, Déléguée Régionale Unafam Nouvelle-Aquitaine, a reçu la médaille de chevalier de l'Ordre national du Mérite, des mains de Geneviève Demoures, présidente de France Alzheimer Dordogne, vice-présidente nationale de France Alzheimer et officier de l'Ordre national du Mérite. Une distinction pour saluer son engagement en tant que Déléguée Départementale de l'Unafam Dordogne (de 2015 à 2020).

Une reconnaissance célébrée devant ses proches, l'ancien directeur général de l'ARS Nouvelle-Aquitaine Michel Laforcade, et de nombreux bénévoles, adhérents de l'Unafam, de partenaires et des salariées de la délégation régionale. Félicitons et saluons son engagement au sein de notre association !



Martine Dos Santos entourée de bénévoles, adhérents et salariées de l'Unafam.

## LES FORMATIONS POUR LES AIDANTS

«**Journée d'information sur les troubles psychiques**». Cette journée permet à toute personne nouvellement confrontée à la maladie psychique d'un proche, d'acquérir les repères essentiels sur les troubles psychiques et l'offre de soins et d'accompagnement près de chez lui. **Le samedi 18 novembre à Niort (79) et le samedi 09 décembre à Bordeaux (33).**

«**Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie**». Cette formation a pour objectif d'apporter des informations pratiques (savoir-être et savoir-faire) aux proches de personnes souffrant de schizophrénie afin qu'ils puissent mieux les accompagner dans la durée et se préserver. Elle complète le module e-learning «**Les schizophrénies**». **Le samedi 09 décembre à Limoges (87).**

«**Atelier d'entraide Prospect**». Permettre aux participants d'identifier, grâce au travail collectif de réflexion et d'élaboration avec les animateurs, des savoir-faire et des stratégies pour une reprise en main de leur propre vie et leur donner la possibilité de construire des projets d'avenir.

**Du jeudi 07 au samedi 09 décembre à Biarritz (64).**

Participation gratuite mais **inscription obligatoire auprès de la délégation organisatrice :**

**Unafam 33 :** 05 56 81 44 32

**Unafam 64 :** 05 40 39 59 07

**Unafam 79 :** 79@unafam.org

**Unafam 87 :** 06 51 97 62 84

Mail : N° de la délégation@unafam.org

Formations ouvertes aux adhérents et non adhérents de l'Unafam. Réalisées avec le soutien de la **CNSA**.

## RENCONTRES AUTOUR DE FRANÇOIS TOSQUELLES DU 11 AU 12 NOVEMBRE 2023

François TOSQUELLES, psychiatre et psychanalyste né en 1912 en Catalogne, naturalisé Français en 1947, est décédé en 1994 à Granges-sur-Lot (47) où il a vécu une vingtaine d'années. Dominique Lavallée, élue au Temple-sur-Lot, pilote et organise ces rencontres avec la participation de l'Unafam 47 et Nouvelle-Aquitaine. Elles auront lieu au Temple-sur-Lot et à Granges-sur-Lot (47).

Ces journées proposent une approche vivante et décomplexée de la psychiatrie à destination du grand public (expositions, concert, ciné débat, théâtre).

La parole est donnée aux personnes concernées en écoutant leur savoir expérientiel et leurs propositions innovantes pour l'avenir de la psychiatrie lors d'une table ronde qui leur est consacrée.

Programme et information complémentaire sur notre site : <https://www.unafam.org/nouvelle-aquitaine/actualites/>

**Directrice de la publication :** Martine Dos Santos.

**Contributrices :** Christina Chiron, Martine Dos Santos et Marie-Pierre Guitard.

Lettre réalisée avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine.

