

Flash n°11 Décembre 2023

Bonjour à toutes et à tous,

Tout d'abord, nous vous souhaitons de belles fêtes de Noël et Nouvel An avec vos proches.

Nous pensons cependant de tout cœur aux personnes isolées, à celles qui vivent des moments douloureux, ou qui ont actuellement un proche hospitalisé.

A la Commission Des Usagers (CDU), la première cause de plainte concerne le **manque de communication des soignants avec les familles**.

Des **groupes de travail** pour réfléchir aux pratiques de l'Etablissement Public de Santé Mentale d'Allonnes vont se mettre en place. Ces espaces de réflexion sont ouverts aux **bénévoles de l'UNAFAM**.

N'hésitez pas à nous rejoindre pour faire avancer les conditions d'hospitalisation et de prise en charge vers un **meilleur respect des droits des personnes en souffrance psychique**.

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 12 janvier à 13h ou 16h30.
- A la Ferté Bernard, le 15 février de 14h à 17h.

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

En présence d'un psychologue et d'une bénévole, ces groupes dits « *fermés* » sont pour l'instant au complet.

Nous proposons des places au fur et à mesure qu'elles viennent à se libérer.

Les personnes inscrites sont invitées avant chaque séance.

- **Groupes de parole parents Le Mans**
2 groupes de parole ont lieu une fois par mois au 52, rue Chanzy.
L'un le lundi, l'autre le mercredi, de 18h à 20h.
- **Groupe de parole parents Sud Sarthe à Sablé**
A la salle municipale, ancienne école de Gâtines.
Un vendredi chaque mois de 14h30 à 16h30.
- **Groupe de parole conjoints et enfants de personnes en souffrance psychique**
52, rue Chanzy Le Mans. Un lundi par mois de 18h à 20h.

- [Groupe de parole de parents de jeunes et adolescents](#)
52, rue Chanzy Le Mans. Un mercredi par mois de 18h à 20h.
- [Groupe de soutien de parents](#)
52, rue Chanzy Le Mans. Un mercredi par mois de 15h à 17h.
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 27 janvier de 10h à 12h](#)
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 d'échanger sur leur expérience d'aidants.
- [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 134 rue Voltaire au Mans : autour d'une psychologue les 19 janvier, 23 février et 22 mars 2024.

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

La programmation 2024 est en cours d'élaboration avec en projet les formations :

- « Adapter sa communication avec un proche souffrant de troubles bipolaires »
- « Journée d'information sur les troubles du comportement de l'enfant et de l'adolescent »
- « Journée d'information sur les Troubles Psychiques »
- « Mieux accompagner un proche souffrant de schizophrénie »
- « Atelier d'entraide Prospect »

Réunion mensuelle du 6 décembre

Nous avons accueilli trois professionnelles du [DIPPE](#) (*Dispositif de Détection et d'Intervention Précoce dans les troubles Psychotiques Emergents*) de l'EPSM d'Allonnes.

Les équipes de ce dispositif sont des **équipes mobiles** spécialisées dans les **soins d'intervention précoce** pour accompagner les adolescents et les jeunes adultes, entre 15 et 30 ans, après un premier épisode psychotique. Ces équipes ont pour mission, pour chaque personne, de coordonner ses soins, favoriser son insertion sociale, scolaire ou professionnelle, et soutenir son projet de vie.

La soirée qui a rassemblé 55 personnes, s'est prolongée avec le partage d'un apéritif préparé par des personnes en situation de handicap de l'**ESAT « Les Prairies »**.

GEM Tájira

Les chocolats commandés ont été mis en sac par les Gêmeurs et distribués aux personnes à l'issue de la **réunion des familles** du mercredi 6 décembre.

A noter que les commandes de cette année ont été **plus importantes que l'année dernière** avec un bénéfice pour le GEM d'environ 500€.

L'[UNAFAM 72](#) reste le meilleur client !

Les gêmeurs remercient de tout cœur toutes ces personnes.

Grâce à cette **participation financière**, le **GEM** est parti à Nantes le mardi 12 décembre pour la **visite de la ville illuminée et du marché de Noël**.

DESTIGMATISATION

Intervention auprès des étudiants de 2ème année à l'Institut de Formation en Soins Infirmiers du Mans le 23 novembre 2023

Deux bénévoles de la délégation ont présenté notre association et ses actions, ainsi que le rôle des Représentants d'Usagers au sein d'un établissement hospitalier.

Formation auprès des professionnels des services à la personne dans la cadre du projet Habitat « Famille Gouvernante » de l'UDAF de la Sarthe

Le service de formation du national de l'UNAFAM a effectué la formation des professionnels accompagnant les personnes entrant dans ce dispositif innovant de logement. Une de nos bénévoles est intervenue sur une des 2 journées de cette formation.

Emission mensuelle à la radio RCF

Nous avons enregistré une émission avec SOS Amitié en décembre et ce sera avec l'Arche de la Ruisselée en janvier 2024.

Bilan des Semaines d'Information sur la Santé Mentale

Une réunion a eu lieu le 14 décembre. Le bilan des actions qui se sont déroulées durant ces 2 semaines, du samedi 7 au samedi 21 octobre est satisfaisant avec une participation plus couverte sur le territoire.

La 35ème édition des SISM aura lieu du 07 au 20 octobre 2024, autour de la thématique suivante :

« En mouvement pour notre santé mentale »

Si vous souhaitez vous investir à nos côtés pour développer des actions déstigmatisantes, manifestez-vous.

DEFENSE des INTERETS COMMUNS

Le 2ème congrès national des solidarités aura lieu les 2 et 3 février au Mans au Palais des Congrès

4 thèmes ont été retenus pour préparer cet évènement. Des bénévoles de notre association **UNAFAM** se sont répartis dans chacun de ces ateliers pour des réunions de préparation :

- 1er atelier : **L'aide alimentaire et la qualité**
- 2ème atelier : **Le handicap-inclusion**
- 3ème atelier : **L'insertion**
- 4ème atelier : **L'engagement**

Le 29 novembre, lancement à l'hôpital d'une campagne nationale « Mois sans tabac »

En complément de la campagne nationale « *Mois sans tabac* » pour la sensibilisation à l'arrêt du tabac, une démarche citoyenne de santé publique et environnementale a été proposée.

De **nouveaux cendriers** ont été mis à disposition dans des lieux ciblés. Ils sont porteurs d'un message de sensibilisation à la protection de l'environnement et permettent de visualiser la quantité de mégots recueillis. En parallèle, un temps d'information, d'échange et de sensibilisation a été proposé à la salle des fêtes du CHM. Il était possible de rencontrer l'équipe d'addictologie, le service environnement, le groupe transition écologique, le service de promotion de la santé pour échanger, poser des questions, jouer aux quizz...autour d'un café ou d'une collation. Une **action de ramassage des mégots** a également eu lieu sur le site de l'hôpital.

Cette action s'est poursuivie le même jour sur la ville du Mans en collaboration avec d'autres partenaires (Clinique du Pré, université, CSAPA, CPAM...) pour un point d'arrivée Place de la République à 16H.

Outre l'impact concret sur l'environnement, cette démarche permet de **sensibiliser à l'arrêt du tabac**, et à la problématique de la **pollution liée aux mégots sauvages**.

A l'EPSM d'Allonnes aussi, on veut promouvoir la Santé sans tabac, auprès des patients et aussi des soignants ...La cigarette ayant souvent été considérée comme un vecteur de communication soignants- soignés.

On estime dans un 1^{er} temps à **15 à 20 % la réduction des fumeurs** sur ce lieu de soins.

Il faut mettre en place un **accompagnement des personnes** pendant ces temps où elles ne fument plus, et envisager un **groupe de travail pour un CMP addictologie**.

Le 11 décembre, journée du CreHPsy : isolement, contention et violence en psychiatrie, peut-on comment éviter ?

Le temps n'est plus à se poser la question peut-on éviter l'isolement et la contention mais à s'interroger **comment l'éviter**. Durant cette journée, après une **approche éthique et juridique** présentée par un ancien bâtonnier et une avocate, un bilan de la réalité de la situation sur la région a été dressée par un représentant de l'Agence Régionale de Santé.

Un sociologue a montré une étude où seulement **5% des établissements ne pratiquaient plus l'isolement** et **15% ne pratiquaient plus la contention**.

Puis 2 tables rondes ont permis des regards croisés sur les **expériences d'isolement-contention**. Différents établissements étaient représentés, Mazurelle en Vendée, CHU de Nantes, Saint-Nazaire, Saint-Etienne. Le Délégué régional de notre association était présent. Le témoignage d'une paire- aidante, Philippa MOTTE, a permis d'avoir la vision d'une personne ayant vécu des périodes d'isolement et de contention.

Mandataires judiciaires à la protection des personnes majeures

L'Association Tutélaire Héliante fête ses 30 ans le lundi 11 décembre. Un Bénévole représentait notre association UNAFAM.

Cette association est née en 1993 de la volonté de militants de l'APAJH (*Association pour Adultes et Jeunes Handicapés de la Sarthe*) dans le but alors d'assurer la **prise en charge des dossiers des usagers des établissements de cette Association**.

Le champ de compétence de cette association porte depuis lors sur les mesures de protection des majeurs vulnérables :

mesure de tutelle
mesure de curatelle
sauvegarde de justice avec mandat spécial
mesure d'accompagnement judiciaire (MAJ)

Prochaine réunion mensuelle des familles le mercredi 10 janvier

Nous partagerons la galette.

Pôle associatif Guy MOQUET – 2, avenue GRECO au MANS

Pour tout renseignement n'hésitez pas à nous contacter :

UNAFAM de la Sarthe



- 52, rue Chanzy 72000 LE Mans
- Tél : 02 43 40 44 53
- Site : unafam.org/Sarthe
- Mail : 72@unafam.org
- Facebook : Unafam Sarthe
- LinkedIn : Unafam Sarthe