



La lettre d'information sur la santé mentale en Vaucluse.

« La qualité essentielle de l'homme, c'est d'être fou.

Tout le problème est de savoir comme il soigne sa folie. »

François TOSQUELLES



SOMMAIRE

Décembre 2021

Un fol être.....2.

ÉDITORIAL

Donner à chacun le pouvoir d'agir sur sa santé mentale.....3

DOSSIER

Acteurs et Pratiques en Santé Mentale Aujourd'hui

- Infirmière de Pratique Avancée ?.....4
- Ambulatoire, un fol espoir ?5
- La PREUVE n'est plus à faire.....6
- Portrait de Thomas Mesure, médiateur pair :
« Nos métiers c'est d'apporter de l'espoir »7

FOCUS

Les Groupes d'Entraide Mutuelle

- Au fil de soi, le partage : Histoire de la création
du GEM de Carpentras.....8
- Bonjour le GEM « Partage » / atelier « Tissage » GEM Mordicus.....9

DU CÔTÉ DES AIDANTS

Unafam

- Permanence.....10

BREVES DE TERRITOIRE

- Le collectif prévention écran.....11
- La sensibilisation des élus des communes rurales à la santé mentale.....12
-

SEMAINE D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

Bilan à chaud.....13

*Un fol être vous manque
Et tout est dépeuplé
A quoi bon
Enfermer
Isoler
Infantiliser
Si on peut
Accompagner
Rassurer
Valoriser !*

*En milieu ouvert,
Une équipe mobile
A la clef
Et le tour est joué :
Liberté conservée
Dignité préservée
Capacités stimulées
... et ça coûte moins
Cher à la société !!*

Marie-Jo

La fanfare Haut les Mains



Bertrand Gattegno Culture Loisirs Photo

Donner à chacun le pouvoir d'agir sur sa santé

Voici le premier numéro d'une nouvelle lettre d'information sur la santé mentale en Vaucluse.

Elle est le fruit d'une collaboration entre le CoDES - Pilote du Projet Territorial de Santé Mentale de Vaucluse et le Conseil Local de Santé Mentale d'Avignon (CLSM)- représenté par sa coordinatrice. Mais aussi de la mobilisation de l'ensemble des partenaires de notre département, intéressés et concernés par les questions de santé mentale.

Nous entrons sans doute dans une nouvelle ère de la prise en compte des enjeux de santé mentale en France. Longtemps relégués derrière les murs des établissements psychiatriques, les manifestations et les enjeux liés à la santé mentale-faisant peur, ont été cachés mais cette réalité évolue.

Aujourd'hui la santé mentale ne se résume plus à la psychiatrie. Tout le monde a une santé mentale, dont les états fluctuent, au gré des événements de vie, des fragilités spécifiques, des environnements, des périodes de son histoire. Il n'y a plus d'un côté les bien portants et de l'autre les malades...

Les soins et la prise en charge des troubles psychiques prennent des formes de plus en plus variées et ouvertes : les hospitalisations se raréfient, les soins médicamenteux, psychologiques et psychiatriques, les activités d'expression, de développement personnel, de lien social, d'insertion professionnelle et scolaire forment un tout qui contribue au maintien ou au rétablissement de la santé mentale

La notion de rétablissement souligne que les troubles psychiques ne sont pas forcément dramatiques et définitifs :

1 personne sur 5 souffre d'un trouble mental en ce moment en France, 1 sur 3 en souffrira un moment dans sa vie.

Si les troubles psychiques ont longtemps été perçus comme une dépossession des capacités des personnes, actuellement l'ensemble des constats est unanime : le soin le plus essentiel est de redonner à chacun la possibilité d'expression et le pouvoir d'agir sur sa maladie et sur le cours de son existence.

En Vaucluse, comme partout en France, les axes de travail pour suivre ces évolutions et vers la promotion d'une meilleure santé mentale sont donc :

1. Accorder une plus grande place aux personnes concernées par les troubles psychiques et à leur entourage dans les prises de décision qui les concernent,
2. Développer une meilleure information sur les questions de santé mentale,
3. Mobiliser et de former largement la société civile à ses enjeux et notamment les élus,
4. Déstigmatiser les troubles psychiques et les professionnels de ce champ pour faciliter le recours aux soins.

Nous espérons que cette lettre d'information contribuera à cette mobilisation. Nous vous en souhaitons une bonne lecture et espérons vos réactions.

Anne Catherine LEPAGE et Alain DOUILLER

M^{me} Lepage est conseillère municipale, déléguée aux solidarités locales, à la mairie d'Avignon et Présidente du Comité Local de Santé Mentale d'Avignon (CLSM).

M. Douiller est directeur du Comité départemental d'éducation pour la santé de Vaucluse (CoDES), qui porte l'animation du Projet territorial de santé mentale de Vaucluse

Dossier :

Décembre 2021

Acteurs et pratiques en santé mentale en Vaucluse aujourd'hui

Infirmière en Pratique Avancée ?

Entretien avec Nelly Baruk, Infirmière au Pôle des Aigues et du Ventoux, CMP de Carpentras

Un Fol Être : Nelly, vous faites partie des quatre agents du Centre Hospitalier de Montfavet qui suivent actuellement la formation d'Infirmière en Pratique Avancée (IPA). Pouvez-vous nous expliquer de quoi il s'agit ? IPA, ça sonne un peu comme IKEA® non ? Est-ce un métier en kit ?

Nelly BARUK : Non ce n'est pas le dernier modèle de commode IKEA® avec un nom enfin prononçable mais bel et bien un **nouvel acteur** dans le champ de la santé. Plus sérieusement l'IPA est un(e) Infirmière de Pratique Avancée c'est-à-dire un(e) infirmier(e) ayant acquis de nouvelles connaissances lui permettant une **pratique élargie** de sa profession. Un prérequis de 3 ans d'exercice est demandé pour accéder à la **formation universitaire**. Cette formation délivre un **Diplôme d'Etat** en Pratique avancée de **grade Master**

Un Fol Être : L'IPA à quoi/qui ça sert ?

Nelly BARUK Ce nouveau statut a vu le jour dans les suites de la loi de modernisation de notre système de santé (2016). La création de cette nouvelle profession vise à un double objectif qui est d'améliorer le parcours de soins et de libérer du temps médical.

Un Fol être : L'IPA, qu'est-ce que ça va changer ? On n'aura plus besoin de médecins alors ?

Nelly BARUK : Les modalités de prise en charge des patients seront définies par un protocole d'organisation qui précisera le cadre réglementaire de la collaboration entre le médecin, l'IPA et le patient. Dans le référentiel d'activité de l'IPA, on trouve notamment :

-L'Observation, le recueil et l'interprétation des données dans le cadre du suivi du patient dans son domaine d'intervention.

-Les prescriptions, renouvellements de prescriptions et réalisation d'actes techniques dans le cadre du suivi d'un patient dans son domaine d'intervention. Cela participe de ce qu'on appelle une « pratique élargie »

Un Fol Être : Existe-t-il une pertinence particulière à former des IPA en santé mentale ?

Nelly BARUK : Le Centre Hospitalier de Montfavet a fait le choix de s'engager de façon progressive dans la formation de ces agents dans le cadre de la promotion professionnelle, les premiers diplômés sont sur le terrain depuis le mois de Juillet de cette année.

Un Fol Être : Dispose-t-on déjà d'un recul sur leur prise de fonctions ?

Nelly BARUK : Bien évidemment la question de l'implantation de ces nouveaux agents est encore en devenir et reste largement à définir. Le référentiel des IPA prévoit aussi *qu'ils « mettent en œuvre des actions d'évaluation et d'amélioration des pratiques professionnelles et qu'ils apportent leur contribution à des études et des travaux de recherche. »*

Un Fol Être : Comment percevez-vous l'avenir de l'IPA ? Est-ce une profession émergente ? Comment sa pratique va-t-elle se construire ?

Nelly BARUK : Être une nouveauté ou une curiosité dans un paysage institutionnel où chaque place est bien ancrée paraît un exercice d'équilibriste, j'espère donc pouvoir devenir funambule afin de porter avec toute la maîtrise nécessaire cette nouvelle fonction au sein de notre institution.

Propos recueillis par Emmanuelle Faure

Dossier :

Décembre 2021

Acteurs et pratiques en santé mentale en Vaucluse aujourd'hui

Ambulatoire, un fol espoir ?

Santé mentale et suivi en ville : les libéraux s'organisent

La question de la santé mentale concerne à double titre les soignants de ville.

En premier lieu, les médecins généralistes sont, de loin, les premiers prescripteurs d'anti-dépresseurs en France et près d'une consultation sur cinq de médecine générale est en rapport avec un problème psychique, constat que la crise liée à la pandémie de COVID 19 n'a fait que renforcer. A cela s'ajoute la question de la souffrance au travail, en augmentation constante dans les motifs de consultation avec les conséquences sociales importantes qu'elle peut entraîner. Les psychologues libéraux, de plus en plus intégrés à des structures de santé pluri-professionnelles ont vu, ces derniers mois, de nombreuses initiatives visant à améliorer l'accès, notamment financier, de la population à ces professionnels. Enfin, pharmaciens et infirmiers, déjà très sollicités dans l'accompagnement des patients atteints de pathologie mentale, observent un renforcement de leur implication par les dispositifs récents tels que les Infirmières de Pratique Avancée (IPA) ou celui de pharmacien correspondant.

L'autre aspect de la question de la santé mentale pour les soignants de ville est la réalité implacable que nous renvoient les chiffres de la morbi-mortalité des patients atteints de pathologie psychiatrique grave avec une espérance de vie diminuée du fait de comorbidités associées à leur pathologie (addictions...) mais également du fait de la prise en charge par les soignants elle-même : effets secondaires des traitements, moins bonne prise en compte de la plainte de ces patients par les professionnels de santé, moindre accès à la prévention... Enfin, l'observance des traitements peut être directement impactée par les conséquences physiques des effets secondaires de ces thérapeutiques (prise de poids). Ces éléments concourent à montrer combien, dans le domaine de la santé mentale, la prise en charge -

pluriprofessionnelle de ces patients semble être nécessaire pour répondre de façon optimale à leurs problématiques. Pourtant, il a été montré combien les interactions entre les spécialistes de la santé mentale et les autres professionnels de santé étaient perfectibles et en retard par rapport aux autres spécialités, alors que la pathologie mentale elle-même peut altérer la transmission d'informations entre le soignant et le patient.

C'est à ce paradoxe majeur que la Communauté Professionnelle du Territoire de Santé du Grand Avignon (CPTS) a tenté de répondre en construisant un projet autour de la santé mentale. Cette structure très récente, rendue possible par loi sur la modernisation du système de santé de 2016, qui vise à fédérer et organiser les professionnels de santé de ville pour améliorer la prise en charge des patients dans le secteur ambulatoire, a travaillé avec des professionnels de ville et pris contact avec les acteurs clés du territoire (PTA, CLSM, CH Montfavet, associations de patients) pour identifier les principaux défis à relever : améliorer l'accès au dispositif du médecin traitant pour les patients atteints de pathologie psychiatrique grave ; développer les échanges entre les structures hospitalières, les CMP et les soignants afin de mieux prévenir les hospitalisations, les situations de crises et les soins sous contrainte et trouver une réponse adaptée et rapide à un problème urgent ; enfin, permettre un meilleur accès aux psychologues de ville pour la population. La problématique de la santé mentale n'est bien sûr pour les soignants de ville pas dissociable des autres domaines de santé et, par leur diversité et leur proximité, ils semblent en capacité d'apporter des réponses innovantes, notamment grâce au projet commun porté par la CPTS.

Brice CHAUVIN

Pour la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS)

Dossier :

Décembre 2021

Acteurs et pratiques en santé mentale en Vaucluse aujourd'hui

La PREUVE n'est plus à faire

Pair-aidance en santé mentale : De l'auto-support au développement d'une profession émergente

La preuve de l'efficacité thérapeutique de l'association du patient aux soins psychiatriques le concernant n'est plus à faire. De fait la mise en mouvement des capacités de l'usager est de plus en plus utilisée comme outil complémentaire aux soins prodigués par l'ensemble des acteurs intra et extra hospitalier. Le 21 décembre 2020 s'est tenue au Centre Hospitalier de Montfavet, l'assemblée constitutive de la première association de « pair-aidance en santé mentale » du Vaucluse : **PREUVE**¹. S'appuyant sur l'idée que les patients sont effectivement les premiers acteurs de leur rétablissement, des usagers de la psychiatrie, rétablis ou en voie de l'être, ont décidé de partager leurs expériences afin de transmettre à d'autres les compétences acquises durant leur parcours pour les soutenir et les aider à cheminer.

Les membres de PREUVE souhaitent donner l'espoir d'une vie possible et autonome à leurs pairs, les accompagner dans leur recherche de moyens concrets pour vivre hors les murs de l'hôpital et parvenir à s'épanouir socialement, notamment par le travail.

PREUVE est l'ambassadrice départementale d'une profession émergente en santé mentale et comme son homologue et partenaire marseillais **ESPER** Pro promeut la médiation en santé paire professionnelle.

La question de la formation de l'aidant est sujette à débat au sein des professions médicales et parmi les aidants. Si la **construction d'un « savoir expérientiel » ne se limite pas à la mise en récit du vécu de la personne**, comment se construisent ou s'enseignent les autres compétences ?

Chez PREUVE, certains membres sont déjà formés et actifs ; d'autres se forment indifféremment en suivant des modules autonomes de formation ou à l'université. Tous réfléchissent cependant à l'élaboration d'un référentiel métier.

En quelques mois **PREUVE** a énormément développé son projet. En plus de l'**accompagnement de pairs** et de l'**animation de groupes de paroles**, de la **lutte contre la discrimination**, l'association proposera et programmera, dès la rentrée de septembre des actions de sensibilisation et des formations (psychopathologie, rétablissement, directives anticipées en santé mentale). De plus en plus d'acteurs institutionnels régionaux et nationaux et de professionnels du secteur sanitaire et social s'intéresse à PREUVE et l'encouragent en y collaborant ou en la reconnaissant. Espérons que ce projet d'un genre nouveau en Vaucluse puisse prendre une véritable ampleur.

Gilles ROBIC

Secrétaire de PREUVE

¹ **PREUVE** : **P**airs-aidants rétablis ou en voie de l'être **R**edonnant leur **E**xpériences auprès des **U**sagers pour un mieux **V**ivre **E**nsemble

Nos métiers c'est d'apporter de l'espoir

Portrait de Thomas Mesure, médiateur pair à l'association RHESO pour le dispositif « Toit d'abord »

Gardois de naissance, Thomas Mesure a grandi près d'Anduze et garde des souvenirs marquants de son enfance. Comme l'inondation de 1997, il avait alors 11 ans, qui avait obligé sa famille à quitter sa maison, envahie en une nuit par plus d'un mètre d'eau. La rencontre d'une petite fille autiste en classe de CE2 a aussi été un moment fort pour Thomas, il en parle encore aujourd'hui avec émotion. « Cette fille criait et s'agitait à tel point que notre enseignant ne savait plus quoi faire. Il est sorti de la classe pour prévenir le Directeur de l'école qu'il ne pouvait plus la garder. Quand il est revenu avec le Directeur, la petite fille ne criait plus. Je m'étais assis près d'elle et avais réussi à lui parler, à la rassurer, à la calmer. Elle a pu rester avec nous et on est resté amis de longs mois. »

Les parents de Thomas se séparent et il quitte le Gard pour Vaison-la-Romaine avec sa mère. Il prend soin de ne pas dire un mot blessant de quiconque et encore moins de sa famille. Cette bienveillance n'est jamais forcée, mais rayonne de Thomas. Il garde ainsi le souvenir des parties d'échec avec son père qu'il voyait plus rarement (jeu auquel il l'a initié à l'âge de 5 ans), comme des moments privilégiés avec lui. L'expression de Thomas est précise, le vocabulaire riche, seules quelques hésitations dans le débit traduisent sa sensibilité à fleur de peau. A l'écouter parler de son parcours et de ses passions, on peine à penser que les relations avec les autres représentent parfois pour lui une « véritable épreuve ».

« Je suis atteint de schizophrénie et de dépression » explique-t-il sans fard. Mais il ne s'étend pas sur les traumatismes qui semblent avoir déclenché ses troubles vers l'âge de 20 ans. C'est que Thomas préfère se tourner vers l'avant et vers les autres.

Il passe ainsi un CAP de menuisier, puis d'ébéniste à la demande d'un patron qui repère ses compétences. Seule la maladie et la confrontation avec la souffrance psychique (la sienne mais aussi celle des autres) interrompent ce parcours vers des métiers du bois. Il découvre alors le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) « Grain de Café » à Vaison. Il s'y rend quelques minutes sans pouvoir dire un mot tout d'abord, après des mois de réclusion dans son domicile et « complètement terrorisé par les autres » explique-t-il. Puis, progressivement, il y retourne plus longuement, finit par y trouver un cadre rassurant et soutenant et en devient même le Président pendant 4 ans ! Ce sont le fonctionnement collégial et les décisions partagées qu'il affectionne. C'est pourquoi il quitte la Présidence lorsqu'il s'aperçoit que le fonctionnement du GEM s'appuie trop sur la personne. C'est alors qu'il est embauché en tant que « médiateur pair » par l'association RHESO à Carpentras pour participer à l'accompagnement de jeunes en errance et en souffrance dans le cadre du dispositif « Toit d'abord ». « Parfois j'y suis comme un poisson dans l'eau, tant j'ai l'impression d'être utile, mais parfois aussi je doute et j'ai tendance à être comme une éponge avec la souffrance des autres. » explique-t-il avec pudeur. « J'y suis depuis un an et demi et je me rends compte, malgré cette période chargée en discours négatifs et en critiques incessantes, qu'il y a aussi beaucoup de gens dévoués et qui sont là pour soutenir les personnes en souffrance. Nos métiers, je pense que c'est souvent d'apporter un peu d'espoir. » Des espoirs et des rêves, Thomas n'en manque pas, même des plus personnels comme ceux de réunir un jour tous les membres de sa famille séparée, « qui ne se voient pas souvent et se connaissent peu. Cela me ferait énormément plaisir. »

Alain Douiller

Directeur du CoDES



Au fil de soi, le partage : histoire de la création du GEM de Carpentras

Cadre de santé au CATTP « Au Fil de Soi » à Carpentras depuis 2017, je faisais régulièrement le constat avec l'équipe pluridisciplinaire des limites d'un CATTP : Le CATTP est ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h. Bon nombre de patients verbalisent auprès des soignants les moments de solitude que représentent pour eux les soirées et les week-ends. Moments de solitude qui sont souvent synonymes de sentiment de vacuité de l'existence, de ruminations morbides, de majoration de l'angoisse, d'un isolement social plus durement ressenti....

La souffrance face à la solitude est un élément fréquemment partagé. Il est associé à une angoisse d'abandon et à des enjeux dépressifs. L'élan vital peut alors être perturbé, et l'estime de soi être fragile. La peur du jugement de l'autre sur la pathologie freine les capacités d'ouverture vers la société. De nombreuses défenses, associées aux pathologies des personnes fréquentant le CATTP, se manifestent, tel que déni et la projection massive. A partir de ce constat, le GEM présenterait certains avantages indéniables. Il offrirait un espace où la peur du jugement ne serait pas un frein. Il permettrait à la personne de travailler la question de l'autonomie et la capacité à faire des choix en dehors de l'accompagnement du soignant. Il apaiserait la souffrance face à la solitude et renforcerait l'élan vital. D'autres raisons nous poussent à promouvoir ce projet.

Un CATTP, aussi dynamique soit-il, avec une réelle volonté d'ouverture sur la cité, une vraie prise en compte des souhaits exprimés par les personnes reste dans le giron d'un établissement sanitaire, psychiatrique en l'occurrence.

La troisième raison qui justifie la promotion d'un tel projet concerne l'exclusion liée à la grande précarité. Outre la question du rejet social, qui est peut-être à rapprocher de la question de la folie, le SDF à l'instar du fou est « un Autre qui me fait peur ». Il est de notoriété publique que 30 à 40 % de la population SDF souffre d'un trouble psychiatrique grave². Ne revenons pas ici sur les raisons de cet état de fait mais posons plutôt la question de l'accès aux soins en rappelant que si l'absence de logement n'est pas un critère d'inclusion au GEM, cela ne peut pas être un critère d'exclusion. Par ailleurs une demande d'adhésion ne s'assortie pas d'un quelconque certificat médical attestant que le requérant est psychotique.

Voilà donc un lieu, le GEM, prêt à accueillir un « fou errant » et qui tout en le sachant aussi fou qu'errant ne verrait d'abord en lui qu'un citoyen désireux de partager un petit moment d'humanité... Cela n'est pas sans rappeler certains lieux tombés dans les oubliettes des temps modernes et dont les vieux « psy » de tout poil gardent la nostalgie.

Par rapport à ce type d'adhérent il faut rappeler que le cahier des charges préconise fortement le rapprochement du GEM avec les structures sanitaires, CMP en particulier, à travers des conventions de partenariat. De ce point de vue là, le GEM apparaît bien comme une porte d'accès au soin.

Juillet 2020 : après un long travail de concertation entre l'association RHESO, qui sera gestionnaire, l'UNAFAM, qui sera parrain, le GEM « PARTAGE » ouvre ses portes à Carpentras. Souhaitons-lui une belle et longue vie !

Frédéric GUIBAUD
Cadre de Santé au CATTP de Carpentras

Deux Groupes d'Entraide Mutuelle en Vaucluse Gem Partage et Gem Mordicus

Bonjour le Gem

Ça fait quelques temps que le « GEM » se développe harmonieusement, grâce à Valérie et Patricia son binôme ; elles veillent au grain.

Nous allons déménager sans doute car nos locaux sont petits. Nous avons besoin d'espace pour des brochettes ou grillades ou un terrain pour jouer à la pétanque ou « griller une clop ».

Maintenant, il n'y a plus de discrimination, on peut discuter ouvertement grâce au GEM et avec les responsables.

Ces paroles s'estompent, on commence à réfléchir, on dessine, on peint, on colorie...Des photos fusent sur les murs, des livres habillent les étagères, la musique adoucit les mœurs, sans trop fort, en sourdine.

Nous devons tous nous aider, non subjectivement mais objectivement, non pas par derrière mais en toute franchise, ouvertement, sans froisser la psychologie de l'être en devenir. Nous sommes tous en soins. Nous ne nous disputons pas, nous ne nous éparpillons pas, sans discrimination, social, raciale, politique ou religieuse ou verbale.

La vie est tellement courte.

Joëlle D.

Membre du Gem « Partage » de Carpentras

Présentation de l'atelier « Tissage / Mes Tissages »

L'atelier du GEM Mordicus est un lieu de rendez-vous dans une dynamique d'ouverture, d'échanges et de rencontres, dans le réseau associatif du bassin d'Apt. Il est également un lieu de création artistique, dont le tissage. Le principe du tissage consiste à entrecroiser les fils de chaîne et les fils de trame. Le GEM consiste à créer un lieu dans lequel des personnes vont tisser des relations, des amitiés, retisser des liens sociaux souvent par le biais d'activités artistiques et/ou culturelle. Ainsi, le confinement que nous avons tous vécu, a cassé ou endommagé nos liens, les rendant distendus ou bien même rompus pour certains.

Le cadre du GEM, tel un métier à tisser répond pour partie à maintenir un équilibre pour les adhérents. En effet, nous entrecroisons par nos actions, nos relations au sens propre comme au sens figuré. La symbolique de se mettre à tisser des cordes, des ficelles, de la laine, des papiers, tout en incorporant « dedans » des éléments de la nature du « dehors » et en mélangeant nos mots, nos paroles, nos sensibilités et nos savoirs faire. Cette activité nous a conduit vers un dialogue entre le monde interne et externe.

Apparaît alors un tissage / mes tissages / croisement qui nous a paru opportun et favorable envers ce contexte précis et à sa bonne évolution dans le temps. Le tissage nous a permis ainsi de renouer nos liens à travers le cadre de l'atelier artistique du GEM Mordicus.

Dans l'avant-propos de son livre « Les Tisserands », Abdenmour Bidar écrit : « Un peu partout dans le monde, comment à se produire un million de révolutions tranquilles, dans tous les domaines de la vie humaine : travail, argent, santé, habitat, environnement. (...) J'appelle Tisserands les acteurs de ces révolutions. Leur objectif commun, en effet, est très simple : réparer ensemble le tissu déchiré du monde. »

Hélène QUERE

Coordinatrice et « art-thérapeute » du GEM
www.coallia-tourville.org

Permanence

Le téléphone sonne :

- « Mon fils borderline a disparu en Italie.
Comment le retrouver ? »

Le téléphone sonne :

- « Mon frère qui entend des voix vit seul et loin de moi.
A qui l'adresser ? »

Le téléphone sonne :

- « Ma fille ne sort plus de chez elle et entasse des sacs poubelle dans son studio.
Qui peut l'aider ? »

Le téléphone sonne :

- « Mon mari dépressif est sorti de l'hôpital sans suivi .
Comment je vais faire ? »

Le téléphone sonne :

- « Ma sœur regrette d'avoir signé une tutelle dans un moment de faiblesse.
- « Comment revenir en arrière ? »

Le téléphone sonne :

- « Mon fils de 18 ans est à l'isolement et on ne veut rien me dire car il est majeur.
Quels sont nos droits ? »

Le téléphone sonne :

- « Mon fils se lève la nuit et va frapper sa sœur.
Que faire ? »

Voici quelques situations parmi tant d'autres qui illustrent la détresse extrême des familles démunies face à la souffrance de leurs proches.

*Christine et Marie-Jo
Bénévoles à l'Unafam*

Territoire d'Apt : Le collectif prévention écrans

Le Collectif prévention écrans, constitué d'une 20aine de structures, regroupe des professionnels de l'éducation, du social, de la santé, de la culture et des parents d'élèves. Tous se rejoignent autour des mêmes constats : les écrans peuvent être source d'apprentissages et de découvertes mais aussi de dérives avec des répercussions sur la scolarité, la vie de famille et les conduites à risques. Depuis 2018, une réflexion est menée au sein de ce collectif permettant de croiser les regards sur les pratiques des écrans, leurs répercussions sur le public accompagné que ce soit chez les tout petits inscrits en crèche, les enfants et les adolescents en milieu scolaire ou sur les temps périscolaires mais aussi auprès des parents. Des actions de sensibilisation, de prévention, de réduction des risques sont menées, des partenariats sont tissés permettant de proposer des actions enrichies par les compétences professionnelles de chacun.

Chaque année, le Collectif organise une semaine prévention écrans. C'est l'occasion d'inviter l'ensemble des habitants à se questionner sur leur rapport aux écrans mais aussi communiquer sur le travail mené par le Collectif. Cette année, au programme :

Des actions de sensibilisation en milieu scolaire (ex : diffusion d'un clip vidéo réalisé par des élèves du collège Jeanne d'Arc en partenariat avec l'Etape 84)

Des animations (activités parents /enfants, groupes de parole, atelier de fabrication de robots japonais) proposées par la médiathèque d'Apt, des associations, des services municipaux et de la communauté de communes

Une conférence sur le thème « Jeux de société et jeux sur écrans : impact sur le développement de l'enfant » - Serge LAGET, auteur de jeux de société et conseiller pédagogique

Diffusion des interviews d'un médecin généraliste, d'un éducateur spécialisé et une psychologue de l'Etape 84, de Serge LAGET, sur Comète FM, radio locale.

Estelle VIGNAL

Coordinatrice de l'atelier santé ville d'Apt

Contact Collectif prévention écrans

asv.ap@orange.fr



**SEMAINE PREVENTION ECRANS
DU 21 AU 27 JUIN 2021**



La sensibilisation des élus des communes rurales à la santé mentale

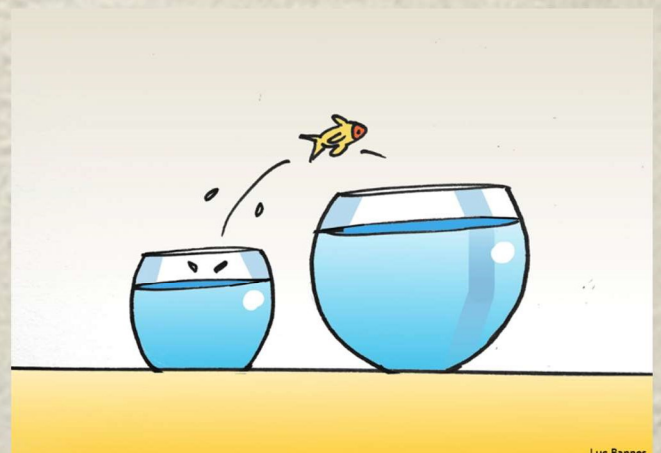
La sensibilisation des élus du territoire aux questions de santé mentale est une des trois priorités du Projet Territorial de Santé Mentale de Vaucluse. Dans ce cadre, Frédérique ANGELETTI, Maire de Vaugines initie un stage de formation pour donner quelques outils aux élus des communes rurales du département pour mieux agir avec les personnes souffrant de troubles psychiques. Ses objectifs généraux sont les suivants :

- « • Permettre aux les élus de se sentir plus à l'aise avec les habitants ayant des troubles psychiques, en particulier lors de situations de crise et d'intervention nécessaire dans la commune
- Permettre de diminuer la stigmatisation pour une meilleure insertion sociale de la personne en souffrance
- Faciliter le contact avec l'entourage de la personne souffrante dans le respect de sa dignité.»

Le programme du stage est déjà construit. Il sera animé par une psychologue et un médecin psychiatre (Mina VASSALLO et JL MEDGE). Il se déroule sur 2,5 jours (en trois temps) : deux journées à distance l'une de l'autre, afin de laisser du temps entre les sessions pour intégrer les connaissances acquises, commencer à les mettre en pratique et pouvoir échanger à nouveau, faire des retours d'expérience ou approfondir certains points si nécessaires, puis une demi-journée de débriefing final.

NB : Pour faciliter sa prise en charge, cette formation figure au catalogue de l'AMF.

Frédérique ANGELETTI
Maire de Vaugines en Luberon
f.angeletti@vaugines.fr



Ouvrons le débat !

Six mois après le lancement de la campagne nationale sur la santé mentale : « en parler, c'est déjà se soigner », quelques jours après la clôture des assises de la santé mentale et de la psychiatrie, les **Semaines d'Information sur la**



Santé Mentale se sont tenues du 4 au 17 octobre 2021 sur le thème : « pour ma santé mentale, respectons mes droits ».

A Avignon et dans le Vaucluse une vingtaine d'événements ont été proposés. Bien ancrée dans le programme empêché de mars 2020, la remise des prix aux gagnants du Concours Vidéo : « Différent, et alors ? » a enfin rencontré son public à la Maison des Ados le mercredi 13 octobre.

Valeur sûre, les projections de films ont provoqué l'émotion de leurs spectateurs et suscité de belles rencontres. Les plus passionnés ont pu profiter des portes ouvertes au Musée des Arcades, à l'association Isatis, au PAISMT, à l'ARIP, ... Les conférences ont capté un public choisi. En clôture, celle du Dr GIORDANA, vendredi 15 à l'université d'Avignon a rappelé que « la stigmatisation vis-à-vis des problèmes de santé mentale est systémique, elle infiltre l'ensemble de notre société : elle prend racine dans notre imaginaire collectif, alimenté de mythes associant folie, crime et danger » (Aude CARIA, Directrice de Psycom)

Le défi est bien toujours le même : contribuer à ce que les personnes souffrant de troubles psychiques accèdent à leur légitimité de citoyens. Cette année, tout au long du parcours d'orientation sur la santé mentale du samedi 9 octobre, en ouvrant la porte des GEM ou en participant au concert de Gospel du dimanche 17 octobre, des personnes concernées par des troubles psychiques se sont rendues visibles. Elles ont contribué activement à l'organisation des événements, côtoyé des professionnels de la psychiatrie. Elles ont participé aux échanges et enrichi le débat. Nous sommes tous invités à le laisser ouvert.

Emmanuelle FAURE

*Coordinatrice du Conseil local en santé mentale
d'Avignon*

THAT REPRE

UN FOL ÊTRE

Décembre 2021

La lettre d'information sur la santé mentale en Vaucluse.



Un fol être, lettre d'information gratuite, est une proposition du Clsm d'Avignon et du CoDES, porteur du Projet Territorial de Santé Mentale de Vaucluse

N°0 : Décembre 2021

Responsables de la publication : A.C. Lepage et A. Douiller

Rédaction : E. Faure, L. Fayolle

Coordination du numéro : E. Faure

Ont collaboré à ce numéro :

F. Angeletti, N. Baruk, M.J. Callies et Christine Marin,
B. Chauvin, A. Douiller, E. Faure, F. Guibaud, T. Mesure, H. Quere, G. Robic, E. Vignal,

Conception graphique : G. Robic

Contact mail : unfoletre@gmail.com