

NEWSLETTER

AVRIL 2024

N° 1



**PLATEFORMES DE COORDINATION EN
PSYCHIATRIE ET SANTÉ MENTALE**

AIRE URBAINE

SOMMAIRE

Actualités

Regard sur - MDA NFC

Regard sur - UNAFAM cafés
rencontres

Renouvellement - PCPSM /
PASS Psy

Info sur - SISM / GEM 90

Agenda



Edito...

C'est avec plaisir que j'écris cet éditto qui signe la première lettre d'information depuis la relance de la Plateforme de Coordination...

En effet, après une période de vacance de poste, la Direction Déléguée au Centre Hospitalier Spécialisé (DDCHS) accueille une nouvelle équipe, équipe impliquée avec de nouveaux projets à venir que j'encourage pleinement ...

Je vous souhaite une agréable lecture avec ce nouveau format de présentation.

Françoise MOREY
Adjointe de Direction
DD CHS-AHBFC

Actualités

Un collectif plaide pour faire de la santé mentale la grande cause nationale 2025.

En janvier, le Premier ministre Gabriel ATTAL avait annoncé sa volonté de faire de "la santé mentale de notre jeunesse une grande cause". Un collectif d'acteurs de la psychiatrie et du médico-social plaide pour obtenir le label

"Grande cause nationale" en 2025.

3 grands objectifs :

- informer
- prévenir
- déstigmatiser

Un site internet dédié a été mis en place qui relaie notamment un manifeste ainsi qu'une pétition destinée au chef du gouvernement.



Actualités - suite

Inégalités de santé persistantes entre les hommes et les femmes

A l'occasion de la journée des droits des femmes, Santé publique France rappelle "quelques constats issus de travaux soulignant l'importance d'agir pour réduire les inégalités de santé entre les hommes et les femmes".

Les troubles dépressifs, les gestes et idées suicidaires sont en augmentation suite à la pandémie de la COVID-19 et ce, pour les deux sexes.

Les femmes apparaissent tout de même plus concernées quel que soit l'indicateur.

Les hausses sont particulièrement plus marquées parmi les jeunes adultes de 18 à 24 ans.

Pour en savoir plus : www.santepubliquefrance.fr

Regard sur

La Maison De l'Adolescence

La Maison De l'Adolescence (MDA) est un service visant à répondre aux besoins spécifiques des jeunes âgés de la 6ème à 25 ans, des parents d'adolescent et des professionnels travaillant avec des adolescents.



Nouvel atelier
Inscription
obligatoire

Regard sur (suite)

UNAFAM 90 - cafés rencontres

Témoignage



Hier, comme aujourd'hui, l'Unafam se bat contre toute forme de stigmatisation.

En mai 2022, une bénévole de l'UNAFAM 90 propose, puis organise mensuellement un café rencontre pour les proches de personnes souffrant de troubles psychiques. Bientôt, au vu du nombre de participants, deux dates mensuelles sont proposées. La bénévole est accompagnée par la responsable UNAFAM du département.

Le café rencontre est un moment d'échange convivial entre aidants où les difficultés rencontrées dans le soin, la vie sociale ou personnelle peuvent être abordées. Ce n'est pas un lieu thérapeutique, mais un lieu d'échange du vécu de l'accompagnement. Les bénévoles veillent à ce que chacun puisse s'exprimer. Ces échanges s'effectuent dans l'écoute, le non jugement et l'empathie.

Au fil des rencontres des liens se tissent, qui permettent de trouver du réconfort dans les expériences partagées, de suivre l'évolution des différentes situations, d'encourager ceux qui piétinent dans les mêmes difficultés.

La personne touchée par un trouble psychique a souvent besoin de beaucoup de temps pour connaître et surtout accepter sa maladie d'une part, et d'autre part suivre son rythme exige beaucoup de patience et de tolérance de la part des accompagnants qui se sentent seuls et impuissants.

En effet, l'approche avec la psychiatrie peut se révéler difficile lorsque l'on est accompagnant d'une personne adulte.

Le manque de moyens humains dans la santé aggrave la situation qui peut être préjudiciable à la personne suivie laissant souvent les proches désarmés. Pourtant ceux-ci jouent un rôle important dans l'après hospitalisation.

C'est pourquoi, il est primordial pour les aidants de bien connaître les symptômes de la maladie, ainsi que les modalités d'accompagnement les plus efficaces. Lors des échanges entre participants des cafés-rencontres, des renseignements sur les démarches à effectuer sont données dans le domaine administratif, social, ainsi que sur les droits des malades. Des informations sur les nouvelles expériences, les recherches sur les maladies psychiques, ainsi que des livres sont proposés par les bénévoles de l'UNAFAM, qui insistent sur la nécessité, pour les familles, de s'informer et de se former à l'accompagnement.

Regard sur (suite)

UNAFAM 90 - cafés rencontres

Témoignage

Qu'en disent d'autres participants ?

"Entendre d'autres personnes parler d'un proche qui fait des progrès, qui avance dans la vie malgré la maladie, m'apporte beaucoup d'espoir. Et j'ai aussi l'impression d'être utile, d'aider d'autres personnes quand je parle de ma propre expérience. J'ai plaisir chaque mois à retrouver ce moment de convivialité, qui remet un coup de boost au moral et en plus on n'est obligé de rien...si on ne veut pas parler, on peut juste être là pour écouter les autres...Pour ma part j'ai beaucoup avancé avec les expériences de chacun des participants, j'ai surtout appris à relativiser. Il faut également souligner qu'on est bien entouré et bien conseillé par des bénévoles très dévouées."

"C'est très utile et cela permet de s'extérioriser. Entendre le vécu des autres peut aider. Je trouve également ces cafés rencontres très bienveillants."

En conclusion, le café rencontre permet de sortir du sentiment de solitude et d'isolement vécu suite aux troubles inhérents à la maladie psychique. Les échanges se faisant dans la confiance donnent des pistes pour poursuivre l'accompagnement; les résultats positifs des uns redonnent de l'espoir, surtout quand les situations mettent du temps à évoluer positivement. Ce temps de partage offre enfin la possibilité de se ressourcer, permet de sortir du sentiment de solitude et d'isolement vécu suite aux troubles inhérents à la maladie psychique. Les échanges se faisant dans la confiance donnent des pistes pour poursuivre l'accompagnement; les résultats positifs des uns redonnent de l'espoir, surtout quand les situations mettent du temps à évoluer positivement. Ce temps de partage offre enfin la possibilité de se ressourcer.

"L'UNAFAM souhaite aller plus loin dans le soutien aux familles en créant un groupe de parole, pour lequel nous sommes en quête d'un(e) psychologue" Marie Jo BITTARD, Délégation Territoire de Belfort.

CONTACT

BUREAU DE LA DELEGATION

39, rue du Maréchal Leclerc

90 300 VALDOIE

☎ 06.77.76.08.01

✉ 90@unafam.org



Renouvellement

Plateforme de Coordination en Psychiatrie et Santé Mentale

La Plateforme de Coordination en Psychiatrie et Santé Mentale de l’Aire Urbaine vous informe de l’arrivée d’une nouvelle équipe composée de :

- Myriam NASRI : Coordinatrice
- Claire RESZEL : Assistante administrative

Vous pouvez nous retrouver sur :

- Internet : www.coordination-sante-mentale.fr

LinkedIn : Plateforme de Coordination en Psychiatrie et Santé Mentale

Un changement, un évènements à venir?
 Pour apparaitre dans notre newsletter,
 N’hésitez pas à nous contacter :

✉ pcpsm-au@ahbfc.fr

☎ 03.84.57.42.55 (Claire)

☎ 03.84.57.42.25 (Myriam)

CHS de Saint-Rémy et Nord Franche-Comté
 Site Pierre Engel; 5 route de Froideval
 90800 BAVILLIERS



du lundi au vendredi
 de 8h30 à 12h
 et de 12h30 à 17h

Permanence d’Accès aux Soins de santé psychiatrique

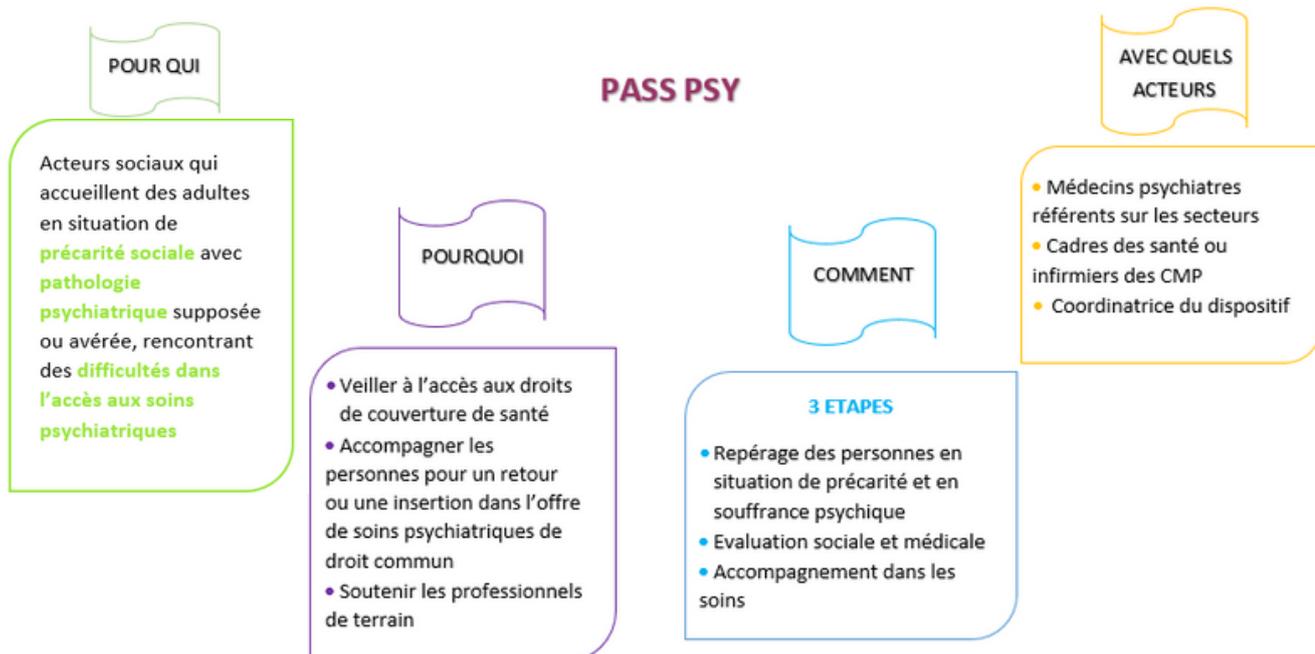
Coordinatrice PASS PSY : Hadjer ROUAG LOUCHENE,

✉ pass.psy@ahbfc.fr

☎ 03.84.57.42.93

☎ 06.75.16.64.42

Site Pierre Engel; 5 route de Froideval
 90800 BAVILLIERS





Info sur

SISM 2024 (Semaines d'Information de la Santé Mentale) :

Thème : "En mouvement pour notre santé mentale"

Du 7 au 20 octobre 2024

Vous souhaitez organiser un évènement et/ou être partenaire de la Plateforme pour les SISM, faites nous part de vos projets.

La Plateforme de Coordination met en place un sondage à destination des partenaires pour adapter au mieux l'évènement à leurs attentes (voir sur le site internet : www.coordination-sante-mentale.fr).

**Groupe d'Entraide Mutuelle 90
Territoire Espoir**

**Le GEM compte sur vous
AIDEZ le GEM 90 à trouver de nouveau locaux**

LOCATION

La joyeuse troupe du GEM TE90
recherche sa maison du bonheur,
soit un local de 90 m² de 4 pièces lumineuses
avec une facilité d'accès
pour personnes à mobilité réduite
dans un cadre bucolique.
En bonus, un petit parking et un jardin bien vert.



Merci de contacter le GEM TE90
au 03.84.58.98.12
ou à te90@orange.fr

Agenda



25 Mai 2024

Kermesse Organisée par l'association le Relais au profit de patients
CHS Site Pierre Engel Bavilliers



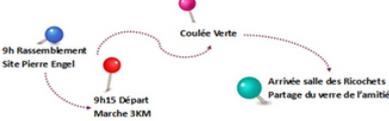
La Marche Ensemble pour La Santé Mentale



À l'initiative du Psychodon, La Marche Ensemble pour la Santé Mentale est un appel à la mobilisation citoyenne pour dire NON à la stigmatisation des personnes concernées par un trouble psychique.

Usagers en santé mentale, familles et aidants, professionnels du soin et de l'accompagnement, associations, bénévoles...

Dimanche 9 Juin à 9h
Marchons ensemble!



Adresse du lieu de rendez-vous :
Centre Hospitalier Spécialisé / Site Pierre Engel
9 Route de Froideval 90800 Bavilliers





9 Juin 2024

La Marche Ensemble pour La Santé mentale



Comité de réflexion : ; Myriam NASRI (PCPSM, AHBFC) ; Claire RESZEL (PCPSM, AHBFC), MDA NFC, UNAFAM 90, GEM 90
Comité de rédaction : Myriam NASRI (Coordinatrice Plateforme de Coordination; AHBFC) ; Claire RESZEL (Assistante Administrative Plateforme de Coordination ; AHBFC)
Comité de Relecture : Arnaud REMOND (DDCHS, AHBFC) ; Françoise MOREY (Adjointe DDCHS) ; Christelle THOMAS (Responsable communication, AHBFC)