

La PAROLE est

"ODYSSEE" GEM DE VIERZON

Au GEM Odyssee de Vierzon, l'ambiance est bonne. On discute ensemble en buvant le café.

Nous avons des jeux de société, nous faisons des activités et nous organisons des sorties (Meillant, musée, Paris...) et des voyages (Sainte/Royan).

C'est très bien au GEM, tout le monde est bienvenu et c'est très chaleureux. Le GEM permet de vaincre l'ennui, de rompre la solitude. Les journées passent à vitesse grand V: « trois heures ici, on ne les voit pas passer! Souvent on est surpris qu'il soit déjà 17 h »

C'est très convivial et il y a une bonne ambiance. Alors venez participer un après-midi avec nous. Il y a de la complicité, de l'humour !

Rendez-vous au 39 rue Gustave Flourens
18100 VIERZON

Tél : 02 48 75 26 68

le lundi, jeudi et samedi de 14 h à 17 h

le mardi de 10 h à 16 h

Les adhérents

« L'équipe jardin » du S.A.V.S

Février 2008, l'équipe jardin composée de Monique, Ali, Stéphane et Philippe a bientôt 1 an d'existence!

Nos « 4 actionnaires cultivateurs » s'entendent bien, il règne une bonne harmonie, le « travail » de la terre ensemble et les échanges autour d'une pause café permet une bonne cohésion.

L'activité jardinage est soutenue et régulière permettant chaque mercredi aux « 4 mousquetaires de la pelle-bêche » de faire quelques récoltes !

Au mois de juillet, nous avons partagé un barbecue sur notre petit lopin de terre ! et au mois de septembre, nous sommes allés découvrir le jardin médiéval d'Orsan et ses magnifiques carrés potagers.

Durant cet hiver, nous allons peaufiner des projets d'avenir (construction de châssis, épouvantail, nichoirs, gouttière pour récupérer l'eau etc....).

Tout ceci dans la joie et la bonne humeur pour cette équipe gagnante !

L'équipe Jardin



La délégation de l'UNAFAM du Cher se joint à son association affiliée ESPOIR 18—UNAFAM, pour présenter à tous ses lecteurs ses vœux

"OXYGENE" GEM DE BOURGES

Aujourd'hui, mercredi 19 novembre, nous sommes quelques adhérents à discuter de choses et d'autres autour d'une boisson chaude.

Brigitte qui a le rire facile, éclate de rire lorsque Michelle voulant boire une tisane oublia d'appuyer sur le bouton pour faire chauffer l'eau. Voilà comment la matinée commence au GEM. Dans la joie et la bonne humeur!

Ce n'est pas rare que lors d'une activité, nous vivons quelque chose de semblable.

Durant nos activités quotidiennes, nous partageons des moments remplis d'enthousiasme où flotte un air de bonne humeur.

Chaque adhérent pourra vous le dire : « on se sent bien au GEM ! »

Le lundi matin, nous sommes toujours bien accueillis par Michelle, afin de participer à l'activité « initiation à l'anglais » animée par Patrick.

Puis, Jean-Pierre prend le relais en proposant un café avant de jouer au tarot.

Le jeudi après-midi, Marie-Laure, guitare en main, nous attend pour chanter dans une ambiance conviviale.

Le vendredi après-midi est réservé aux arts plastiques avec Mme MEILLANT qui nous donne toujours de bons conseils pour pratiquer notre art.

Le reste de la semaine, nous sommes toujours ravis de venir partager des activités diverses (mosaïques, jeux de société.....) pour notre bien-être et créer un échange mutuel.

Les adhérents

A L'ECOUTE ...

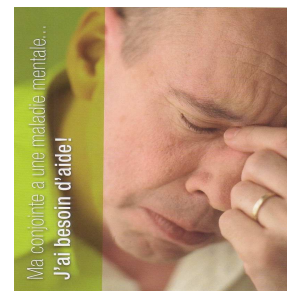
Bulletin n°16

UNAFAM - CHER
(Union Nationale de Familles et Amis des Malades Psychiques)
ESPOIR 18 - UNAFAM

9, 0000 0000
18000 000000
Tél. : 02.48.24.50.40
Fax: 02.48.24.50.24

EDITORIAL

par Marc FEVE Président délégué du



Annoncé dans le N°14 du bulletin (janvier 2008), le 40ème Congrès National de l'UNAFAM s'est déroulé à LYON les 27 et 28 juin 2008. Son thème « BRISER L'ISOLEMENT DES FAMILLES - face à la maladie psychique d'un proche » a parfaitement permis aux actions de l'UNAFAM et de ses PARTENAIRES de montrer leurs volontés :

- d'aider ceux qui souffrent de graves troubles psychiques,
- de répondre par exemple à la demande d'aide qu'exprime le personnage de la figure ci-contre.
- de rassembler et aider tous les membres de la famille qui doivent faire face à une situation à laquelle ils n'ont jamais été préparés.

Très rapidement, que peut-on retenir des longs développements qui ont fait l'objet de ces deux journées d'échanges, de communications, de réflexions intenses. Six points au moins sont à retenir et concourent à « BRISER L'ISOLEMENT DES FAMILLES ». Comment ?

- **par l'entraide.** Les équipes du siège national et surtout celles des 98 délégations départementales de l'UNAFAM proposent des services qui évitent aux personnes concernées de se trouver isolées : accueil, groupe de parole, information, réunion débat...

- **par l'action institutionnelle** qui doit permettre au travers de la CNSA (Caisse Nationale de la Solidarité pour l'Autonomie) et les MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées) d'obtenir la prise en charge et l'accompagnement des personnes ayant des troubles psychiques.

- **en travaillant avec les partenaires** pour réussir une coordination entre soins psychiques et réinsertion, faire aboutir un projet « Mission Habitat » pour trouver des possibilités de logements pour personnes handicapées psychiques...

- **en créant des relations avec les personnels du soin.** Elles permettent un dialogue avec les soignants, de donner une réponse à l'urgence en psychiatrie, une assistance en cas de crise. Des solutions existent ...

- **grâce à la recherche en santé mentale.** Les recherches en sciences cognitives dans le domaine de la schizophrénie, de l'Inserm, d'un laboratoire Neuro-Imagerie en psychiatrie ... la remise de deux prix UNAFAM à deux jeunes chercheurs l'un en neurosciences, l'autre sociologue au Centre de recherche psychotrope, santé mentale et société, nous laissent à penser que des avancées thérapeutiques sont possibles.

- **en regardant ce qui se fait ailleurs.** On n'est pas toujours obligé d'innover, on peut regarder ce qui se fait ailleurs. En Angleterre par exemple la réforme psychiatrie existe déjà depuis 10 ans et repose sur l'objectif « de faire tomber les barrières ». Au CANADA la FFAPAMM équivalent de l'UNAFAM a créée des services de RÉPIT, pour accompagner les familles, des allocations de RÉPIT financées par la province...

Un service de RÉPIT pour construire un projet avec les familles...

Ne pourrions-nous pas s'en inspirer ?

Accueil - Écoute



Notre priorité

• PERMANENCES DE L'UNAFAM DU CHER

- ⇒ à **Bourges** - 9 place Malus, chaque mercredi de 17 h à 19 h.
- ⇒ à **Vierzon** - 10 rue Jean-Jacques Rousseau, le 3ème samedi de chaque mois, sur rendez-vous de 10 h à 12 h en téléphonant au 02.48.75.49.45.
- ⇒ à **St Amand** - à la Maison des Associations - allée de la vigne du Prince - le 2ème mercredi de chaque mois, sur rendez-vous de 17 h à 19 h.

Rendez-vous possible en téléphonant au 02.48.24.50.40

A votre disposition aussi, le service « Écoute Famille » Tél. : 01.42.63.03.03 à Paris.

Sommaire

Éditorial 1

A l'écoute des familles, 2

- En savoir plus...
- Réforme de l'AAH ...

A l'écoute des usagers, 3

- Le logo d'ESPOIR 18—UNAFAM
- La recherche de l'autonomie ...

La parole est aux usagers de l'association 4

- Les adhérents du GEM, Odyssee
- Les adhérents du GEM Oxygène
- L'équipe jardin du S.A.V.S « L'ENVOL »

A L'ECOUTE des FAMILLES ...

La vie de la section :

En savoir plus sur le CH George Sand

Le CH George Sand est un partenaire incontournable des familles de personnes souffrant de troubles psychiques. Bien le connaître est un plus dans leurs relations aux soins.

I- L'établissement est implanté sur 3 sites :

Bourges (George Sand), Châteaumeillant, Dun sur Auron.

Un service commun aux 3 sites, pôle logistique, en assure l'administration. Il englobe le service d'information médicale (SIM), le service de médecine du travail, la direction des soins, les services administratifs, économiques et techniques.

Le directeur, M. SERVIER est le chef de ce pôle.

II- Les activités cliniques et médico-techniques :

Elles sont réparties entre 5 pôles

1. Le pôle court séjour et addictologie placé sous la responsabilité du Dr Sylvie DUDEK. Il regroupe le Centre d'Accueil et d'Orientation Départemental (CAOD) le département court séjour, l'addictologie.
2. Le pôle ambulatoire placé sous la responsabilité du Dr GBIKPI. Il regroupe les 5 secteurs de psychiatrie adulte : CMP Bourges/Aubigny (Dr GUGGIARI), CMP Bourges/Sancerre (Dr GBIKPI), CMP Vierzon/Mehun sur Yèvre (Dr VABRE), CMP Issoudun/Châteaumeillant (Dr ZAKI), CMP St Amand Montrond/Orval (Dr AZRAK).
3. Le pôle soins psychiatriques de longue durée placé sous la responsabilité du Dr KARCZEWSKI, regroupe les unités de soins psychiatriques prolongés (USPP), l'accueil familial thérapeutique (AFT), la maison d'accueil spécialisé (MAS).
4. Le pôle personnes âgées placé sous la responsabilité du Dr PERARD BAH regroupe les 3 unités de soins de longue durée (USLD).
5. Le pôle médico-psychologique de l'enfant et de l'adolescent placé sous la responsabilité du Dr HENIN regroupe toutes les structures ciblées sur cette catégorie de personnes.

III- L'UNAFAM : représente les usagers (personnes soignées et familles) dans différentes instances du CH George Sand :

- son conseil d'administration,
- la commission départementale de l'hospitalisation psychiatrique (CDHP),
- la commission des relations avec les usagers et de la qualité (CRUQ),
- le comité de lutte contre les infections nosocomiales (CLIN),
- le comité de liaison en alimentation et nutrition (CLAN),
- la commission d'appels d'offres pour les infrastructures. Elle participe aussi occasionnellement à des groupes de travail.

Rappelons encore que le SAVS « L'ENVOI » collabore régulièrement avec la direction des soins et divers services cliniques. Ses prestations apportent un complément indispensable aux soins.

Dans le prochain numéro, vous trouverez quelques informations complémentaires sur les services auxquels, nous parents de malades psychiques adultes, avons le plus souvent affaire.

(à suivre)

M. GUILLEMIN

S'informer

* Réforme de l'Allocation aux Adultes Handicapés :

Mme Valérie Létard (Secrétaire d'État chargée de la Solidarité) a porté à notre connaissance par courrier qu'une revalorisation et une réforme de l'AAH étaient en cours.

« En ce qui concerne la revalorisation, la progression est de 5% cette année et l'objectif du gouvernement est d'atteindre une augmentation de 25% d'ici 2012, soit un montant de 150 € par mois.

Cette revalorisation va s'accompagner d'une profonde réforme de l'AAH. Cette réforme pourra mieux accompagner les personnes handicapées dans leur projet de vie. Elle visera entre autres à mieux orienter les personnes qui le peuvent vers l'emploi.

Plus généralement Madame la Secrétaire d'État avec M. Xavier Bertrand (Ministre du Travail, des Relations sociales et de la Solidarité) veut mettre en œuvre des mesures destinées à améliorer la compensation, l'accessibilité, l'accueil en établissement...

Ces mesures avaient été annoncées dès le 10 juin, lors de la Conférence Nationale du Handicap (CNH). Celle-ci a été l'occasion de préciser les perspectives d'amélioration de la **Prestation du handicap (PCH)**, la création de plus de 50 000 nouvelles places en établissements dont 38 000 places pour l'accueil des adultes. Ces places seront particulièrement dédiées aux personnes souffrant de troubles envahissants du développement ou autisme, de polyhandicap, **d'un handicap psychique**, et aux victimes d'un traumatisme crânien. Enfin la **qualité du service rendu** aux personnes handicapées et à leur famille sera améliorée. (Extrait de la lettre adressée à notre délégation par Mme Valérie Létard).

* Groupe d'échanges et de soutien :

Depuis plusieurs années, Psychologues et Psychiatres du **Centre Hospitalier George Sand** animent, en collaboration avec le service de Nutrition et les psychiatres Libéraux, des **Groupes d'Échanges et de Soutien** à l'intention de l'entourage proche de patients souffrant de troubles des conduites alimentaires (parents - conjoints).

Ces Groupes ont lieu au Château des Gadeaux, 1 fois par mois, de 20 h à 21 h 30.

Des plaquettes d'information sont à disposition du public :

- * Au CAOD (Centre d'accueil et d'orientation départemental),
- * Dans les services d'hospitalisation du Court Séjour,
- * Dans les CMP (Centre médico-psychologique) de Bourges
- * Et à Valvert.

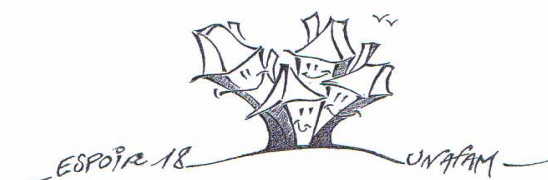
(Rappel du Dr CHAZALETTE – Praticien hospitalier à George Sand- paru dans le journal interne du mois d'octobre « INTERCOM » de ce centre hospitalier). M. FEVE

A L'ECOUTE des USAGERS,

De la sortie de l'hôpital,

vers le retour à la vie ordinaire avec...

Nous sommes heureux de vous présenter le logo de l'association ESPOIR 18—UNAFAM



La recherche de l'autonomie, un leurre ou une dynamique de vie ?

Etre autonome, devenir autonome. Pourquoi ?

Nous naissons de nos parents, nous avons été éduqués par la famille, l'école, la société. Ce que nous sommes aujourd'hui dépend de notre milieu, de notre santé, de notre niveau de vie, de notre pays. Quelles dépendances !

Cependant c'est de ces dépendances tissées d'hier à aujourd'hui que peut naître l'autonomie. En effet, c'est dans ce creuset que se gère la liberté des choix, la liberté de se soumettre à ces divers conditionnements externes ou la liberté d'œuvrer à les gérer.

« Je me rends compte que ce copain a une influence néfaste sur moi. **Trouver le moyen** pour l'écartier de ma vie, sera un acte d'autonomie. Je **voudrais conduire** ma vie ; ce n'est pas lui qui doit la conduire »

« Pendant longtemps, j'ai entendu « tu es malade ». Un jour j'ai pu dire « **je suis malade** ». Cela m'a libéré. A partir de ce jour **j'ai compris** en quoi les médicaments m'étaient utiles. **J'ai parlé** d'une autre façon avec mon médecin. **Je me suis senti être gestionnaire** de ma santé, en collaboration avec ceux qui ont un certain savoir dans ce domaine. Depuis je me sens mieux. »

« Je trouve très difficile de gérer mon budget. L'AAH me semble si mince. Dans ces conditions, avec ce maudit tabac, je n'arrive pas à avoir des fins de mois sereines. Je ne suis pas autonome dans ce domaine. L'aide d'un curateur est un **appui** et je crois que **je me ferai aider** pour en finir avec ma dépendance tabagique. Puisque **c'est moi qui demande** d'être aidé ce sera un acte d'autonomie. Vous êtes d'accord ? »

En fait être autonome, ce n'est pas se révolter contre toutes les dépendances, elles existent de fait ; mais c'est œuvrer pour qu'elles ne soient pas, dans la mesure du possible, dépersonnalisantes, privatives de liberté de choix pour soi, et pour les autres. Les dépendances, peuvent être détruites, réduites, transformées, esquivées ou même rendues fructueuses.

« Tous les jours en allant à « L'envol » je ne résistais pas à l'attrait d'un café dans le bar du coin. **J'ai essayé** un nouvel itinéraire et je me suis aperçu qu'il était plus agréable. En particulier je suis plus détendu.»

« Chaque matin ma mère m'appelait pour me lever et partir à l'heure à l'ESAT. Cela m'agaçait. **J'ai décidé** de me réveiller seule. Elle n'était pas contente. J'ai raté deux levers mais maintenant le matin nous sommes toutes deux de meilleure humeur ».

Devenir autonome n'est pas un leurre puisqu'on peut acquérir cette autonomie pour de petites et de grandes choses, être fidèle à son agenda, faire son repas ou faire des économies pour s'acheter un vélo ou se payer un voyage.

Devenir autonome, c'est aussi se distinguer des autres ce qui permet de se personnaliser, donc d'échanger avec les autres et souvent d'être fier de ses propres progrès.

Il reste un mystère. Pourquoi est-il plus difficile de devenir autonome lorsque l'on est isolé dans la vie ? Le savez-vous ? A la prochaine fois !

En gras les termes clés de la montée en autonomie qui permet de développer la liberté de ses choix.

M. TISSIER

Présidente d'ESPOIR 18—UNAFAM