

UNAFAM ESSONNE

Bulletin d'informations

Edito



Un autre regard

Une Association de
Familles au service
des Familles



Sortie randonnée
à Milly-la-Forêt

Lorsque nous vous rencontrons, notamment pendant les réunions d'accueil « nouveaux adhérents », nous entendons très souvent la phrase « **Ah ! si j'avais connu l'Unafam plus tôt !** ». Pour certaines familles, de longues années se sont en effet écoulées avant que, souvent par hasard, elles entendent parler d'une association, animée par des bénévoles concernés par la maladie psychique dans leur entourage proche, qui se propose de les aider.

Nous le savons d'expérience, la maladie psychique isole non seulement les malades mais aussi les familles. Trouver une association qui vous permet de dialoguer avec des personnes qui vous écoutent, vous comprennent, vous proposent de vous aider, une association qui vous permet de rencontrer d'autres familles qui vivent une situation très proche de la vôtre peut constituer une aide précieuse.

A tout moment de votre parcours auprès d'un proche malade cette aide peut vous être utile ; elle l'est cependant tout particulièrement lorsque la maladie psychique fait son apparition dans une famille profondément perturbée par une situation à laquelle elle ne s'attendait pas et qu'elle ne comprend pas. C'est pourquoi nous pensons qu'il faut agir pour que les familles connaissent notre existence et notre action dès qu'elles ont vraiment besoin de nous, c'est-à-dire dès que la maladie d'un proche devient patente.

Pour y parvenir, nous estimons que nous devons nous faire encore mieux connaître en élargissant le cercle de notre communication.

Suite de l'édito page 2.....

Sommaire:	Page
- Les Cafés Rencontres	2
- Compte Rendu SISM 2010.....	3 à 5
- Un peu de vacances pour les Familles.....	6
- Le GEM Intersection.....	6
- IFSI - Les interventions Unafam..	6
- Journée détente annuelle.....	7
- Groupe de parole.....	7
- Accueil temporaire des patients ..	8
- Randonnées.....	9 et 10
- Agenda Unafam.....	11
- Des nouvelles de la Bibliothèque..	11
- Rencontre Familles-Soignants	12
- Permanences, représentation et composition du bureau	12

à vos agendas

**Journée détente samedi 19 Juin
au Château de Breteuil**

**Voir tous les détails dans ce bulletin (page 7).
Renvoyer rapidement le bulletin d'inscription que
vous avez reçu**

**Rencontre soignants - familles
à l'EPS Barthélémy Durand à Etampes
samedi 16 octobre 2010 à 10H00
salle des conférences.**

Voir tous les détails dans ce bulletin (page 12).



**Bientôt un Groupe de Parole ouvert à
Palaiseau (voir page 7)**

Suite de l'édito

Dans cette perspective, nous avons prévu de distribuer des documents présentant notre action en Essonne dans les hôpitaux, cliniques, CMP, CCAS, lieux publics (mairies...) ainsi que chez les professionnels de santé (médecins généralistes, pharmaciens, infirmières libérales...). A terme, la remise de ces documents doit nous permettre de constituer des relais de communication connaissant bien l'Unafam, son rôle, et l'aide spécifique qu'elle peut apporter aux familles.

Pour démultiplier la diffusion de ces documents, **nous avons besoin de l'aide de tous les adhérents**, chacun selon ses possibilités, car il nous paraît préférable que ce soient des personnes de la ville ou du secteur concerné qui interviennent... N'hésitez donc pas à nous consulter si vous pouvez participer à cette action qui sera utile à d'autres familles.

Au-delà de cette campagne d'information, n'hésitez pas également à nous faire savoir que vous pouvez nous aider dans le domaine de la communication ; nous serons heureux de votre collaboration.

D'avance, merci à tous. Et, puisque la période estivale se profile, je vous souhaite de bonnes vacances.

Jean-Claude Matha

Nouvelles des cafés-rencontres

oooooo

Les adhérents du Val d'Yerres et de la région d'Orsay se sont retrouvés, plus nombreux que d'habitude, aux cafés-rencontres de Crosne (20 mars) et d'Orsay (27 mars), après les invitations lancées par leurs animateurs respectifs pour un échange amical.

Habités et nouveaux participants ont fait connaissance autour d'un verre et échangé librement sur les sujets qui les préoccupent ; tous ont souligné l'importance des échanges avec des familles qui vivent une situation très proche de la leur.

Les familles participantes souhaitent des rapports constructifs avec les services psychiatriques et suivent avec intérêt l'initiative prise à l'EPS Barthélémy Durand de faire dialoguer familles et soignants. Ils insistent pour que les cmp rappellent le patient lorsque celui-ci n'honore pas sa consultation. Le problème posé par la prise en charge du malade en cas d'urgence les préoccupe beaucoup.

En cas d'hospitalisation, le manque d'occupation à l'hôpital, les problèmes posés par la libre circulation du cannabis et surtout le manque de préparation de la sortie du malade vers sa famille sont soulignés.

Le manque de structures (notamment d'unités de convalescence après hospitalisation...) est déploré et la création d'ESAT spécialisés pour les personnes avec un handicap psychique s'avère une nécessité.

La formation au handicap psychique de tous les personnels en lien avec le public (et donc avec les handicapés psychiques) est fortement souhaitée, la recherche doit être encouragée.

Quant à l'Unafam, elle doit se faire connaître plus largement : ainsi les familles, informées plus tôt de l'existence de l'association, pourraient être soutenues dès le début de la maladie de leur proche.

Les cafés-rencontres sont des lieux de rencontre conviviaux et très utiles, dans lesquels tous les sujets peuvent être librement abordés. Cependant la bonne volonté des animateurs ne suffit pas, c'est aux adhérents eux-mêmes de faire en sorte que ces rencontres soient fructueuses pour les familles. Une participation régulière des familles renforce le rôle de ces rencontres, leur permettant d'être à la fois un réconfort pour tous et une force de proposition auprès de l'association.

Avant le temps des vacances d'été, n'hésitez pas à profiter des prochains cafés-rencontres: le samedi 26 juin à Orsay à 14 h.30, à Savigny/Orge à 16h00 et le samedi 19 juin à Crosne à 16h30.

LA SEMAINE DE LA SANTE MENTALE 2010

Tous les ans, au mois de mars, la Semaine d'Information sur la Santé Mentale est l'occasion pour l'UNAFAM 91 de s'adresser à un large public. Cette année, le thème proposé étant «Santé Mentale : comment en parler sans stigmatiser», nous avons présenté deux films qui nous ont paru susceptibles d'instaurer un débat sur ce sujet.

Ces deux présentations ont été possibles grâce à la collaboration de la municipalité des Ulis qui a mis à notre disposition la salle de cinéma Jacques Prévert et grâce aussi à la participation active de Mme le Dr Françoise



BROUERS, responsable du Centre de santé des Ulis, de Mme Anne PARIS, directrice des services médico-sociaux, de Mme Magali MORAND, chef de service du CCAS, de M. CHOMARRAT, directeur du service d'information de la mairie, qui, avec leurs collaborateurs, ont œuvré activement pour la préparation de cette manifestation.

Nous remercions également Maud Olivier, Maire des Ulis, Conseillère Générale chargée de la lutte contre les discriminations au sein du Conseil Général de l'Essonne, pour sa présence et la tonalité générale de son intervention inspirée par Jérôme Guedj, vice-président du Conseil Général, retenu par ailleurs.

Le documentaire « APRES LA FOLIE » de Mickaël Hamon, présenté en début d'après-midi

Le réalisateur sait de quoi il parle : « J'ai eu à faire avec elle, j'en suis un rescapé, explique-t-il. Stabilisé, je vis avec la maladie, car la schizophrénie, c'est comme le paludisme, on n'en guérit jamais totalement et il faut composer avec... Si moi j'y arrive, comment font les autres ? ». C'est pour répondre à cette question que Mickaël Hamon a filmé pendant 8 mois les usagers d'un GEM nantais (Groupe d'Entraide Mutuelle) atteints de schizophrénie, de dépression ou de troubles bipolaires ; ils viennent au GEM, de façon plus ou moins régulière, pour vaincre leur solitude, se faire plaisir, échanger, lire, cuisiner, jardiner, écrire ou passer le temps... Au fil de cette chronique, on les voit vivre et s'exprimer, s'interroger sur leur souffrance, sur le bien-fondé du traitement, sur la folie...

Après la projection, pour lancer les débats, Antoine ROZADA, directeur du SAVS « L'Escapal » de Palaiseau, a rappelé que la **stigmatisation** « c'est tout ce qui, par des paroles ou des actes, amène à transformer une déficience ou un handicap en une marque négative pour la personne ». Selon lui, pour lutter contre la stigmatisation des malades, les principes édictés par Lucien Bonnafé sont toujours d'actualité, notamment l'idée que « la notion de citoyen est fondamentale dans la prise en charge des personnes souffrant de troubles psychiques ».



Les intervenants réunis pour éclairer les débats se sont ensuite présentés et ils ont commenté succinctement le documentaire :

- **Dominique RAMEL, président de l'ALVE**, a rapproché ce film de ce qui se passe au GEM « Intersection », à Sainte Geneviève-des-Bois, GEM parrainé par l'ALVE, et a suggéré à chacun de consulter régulièrement le blog tenu par les usagers de ce GEM (lien sur le site de l'ALVE). Il a souligné aussi l'importance cruciale du logement accompagné pour les personnes en grande souffrance psychique.

- **Sylvie DOREMUS, assistante sociale au CCAS des Ulis**, a été particulièrement sensible à l'esprit de solidarité et d'entraide entre les personnes : ayant vécu des situations semblables, elles se comprennent d'emblée et savent de quelle aide elles ont besoin.

- **Jean-Pierre PROVOOST, psychiatre, chef de service (secteur 91G14)**, a trouvé intéressants les échanges entre « des personnes qui vont mieux ».

- **Pascal CHARBONNEL, médecin généraliste aux Ulis**, a trouvé que c'est une bonne idée d'avoir donné la parole aux patients ; toutefois, il a regretté que le générique ne donne que leurs prénoms, ce qui est pour lui une forme de stigmatisation. Par ailleurs, il a été choqué par la consommation de tabac dans ce GEM et s'est étonné que les soignants ne déploient pas plus d'efforts contre le tabagisme. (à ce sujet l'Unafam rappelle qu'un GEM est un endroit privé et que les soignants n'y interviennent pas).

- **Rose-Marie BOUSSAMBA, élue des Ulis chargée du logement**, a évoqué ses contacts avec une association qui

gère des appartements associatifs accueillant dans la ville des personnes stabilisées et leur permettant de se réinsérer socialement. Elle a parlé aussi de la stigmatisation qu'elle connaît en tant que professionnelle : institutrice spécialisée dans une SESSAD, elle y est sans cesse confrontée. Elle a aussi beaucoup apprécié les échanges entre personnes en souffrance psychique mais a un peu regretté que ce film ne les montre pas dans des situations où elles sont confrontées à celles qu'on dit « normales ».

- Patrice SIMON, psychiatre, responsable de l'équipe DIAPSY91

(équipe mobile d'accès aux soins psychiatriques des personnes démunies) confronté quotidiennement à des gens qui n'ont pas encore accès aux soins, a trouvé ce film particulièrement intéressant parce qu'il montre des gens qui, grâce aux soins, retrouvent une vie sociale riche et sont capables d'analyser finement toutes les problématiques liées à leur pathologie.

- Sabine GENET, directrice d'Emploi Handicap 91, s'est surtout exprimée au sujet du handicap psychique et du maintien en situation de travail (voir ci-après).

Après ce tour de table, Antoine ROZADA a donné la parole au public. Sans entrer dans le détail des échanges qui ont été très riches, mais rarement en rapport direct avec le thème de la dé-stigmatisation, il faut faire état des questions suivantes :

- stabilité ou stabilisation ? Le second terme semble plus adéquat pour caractériser la situation d'un malade, la stabilité restant néanmoins l'objectif idéal ; tous les intervenants insistent sur le fait que « hors traitement, la stabilité durable est illusoire a priori ». Même avec traitement, une rechute n'est pas impossible, elle fait en quelque sorte partie de ce type de pathologie. Nul ne peut empêcher qu'un patient ait l'envie d'arrêter son traitement, comme dans toute pathologie chronique (diabète par exemple). Pour le Dr CHARBONNEL, c'est à l'équipe soignante et à tout le champ social d'être vigilant à ce moment-là. D'où l'importance de l'**accompagnement** et du **GEM**.

- le malade psychique doit-il dire la nature de son handicap à son employeur ? Comment peut-on adapter l'emploi à ce type de handicap ? ... Pour Sabine GENET, plus l'entourage sera informé, plus on pourra mettre des moyens en place, le **tutorat** par exemple, mais aussi la sensibilisation de l'environnement

de travail à la problématique de la maladie psychique, car : « *quand on ne connaît pas, on n'expérimente pas* ». Elle précise également le rôle du « Cap Emploi » : accueillir une personne qu'il ne connaît pas et construire avec elle un projet dont la réalisation nécessitera un accompagnement ; cet accompagnement individualisé durera aussi longtemps que nécessaire, avec parfois l'aide de structures spécialisées

comme le « club ARIHM » ; le « Cap Emploi » est là pour coordonner, pour obtenir l'adhésion de toutes les parties (l'employeur et la personne qui demande), pour favoriser la mise en œuvre de cet accompagnement. Dans certains cas, le service d'accompagnement de maintien dans l'emploi, financé par l'AGEFIPH, peut intervenir pour éviter que la personne ne perde son emploi.

- la souffrance des enfants de personnes malades psychiques et l'éclatement des familles : L'**accompagnement** est, là aussi, le maître mot ; mais le **travail en réseau** (les services de l'ASE, le tribunal, les services de soins, les associations) peut aussi être utile pour faire en sorte que « *la moins mauvaise solution apparaisse de manière collective* ». L'évaluation d'une situation est toujours très délicate, et séparer des enfants de leurs parents ne peut évidemment se décider à la légère.

- les addictions et la prévention chez les adolescents : Tous les intervenants s'accordent sur la nocivité de la consommation de cannabis par les ados car c'est l'âge de la dernière mise en place sur le plan neuronal, ce qui les rend particulièrement vulnérables : toute consommation prolongée pouvant être un facteur déclenchant de la schizophrénie. La meilleure prévention n'est

pas l'interdiction, mais une vraie connaissance de ce qui se passe. Plusieurs associations essonniennes répondent à ces interrogations : « Pause » à EVRY, « Essonne accueil » à MASSY et à EVRY, « Ressources » à ATHIS-MONS. Il ne faut pas hésiter à y aller avec les ados. Il faut aussi évoquer le problème de l'alcool qui devient de plus en plus fréquent. A noter, l'existence d'un Centre Spécialisé de Soins en Toxicomanie, non sectorisé, à ARPAJON (25bis route d'Egry, 01 64 90 62 00) ; il peut aider à un sevrage .

- le risque de suicide et la dangerosité des malades : Comment éviter le passage à l'acte ? Une question que se posent bien sûr les proches, mais aussi les soignants et les éducateurs ; le risque est consubstantiel à la pathologie psychotique et il n'est pas toujours prévisible : « *souvent on ne l'a pas vu venir* ». A souligner que la prise régulière d'un **traitement associé à un accompagnement vigilant** ré-



duit considérablement les risques. Le travail en réseau est aussi primordial. Il est bon de se rappeler que la personne schizophrène est d'abord dangereuse pour elle-même (taux de suicide beaucoup plus élevé que dans la population générale).

- **le tabagisme:** Un vaste sujet et un long débat qui permet d'aborder celui des problèmes somatiques des malades psychiques ; longtemps plus ou moins ignorés par les psychiatres, il semble qu'ils sont mieux pris en compte aujourd'hui (électrocardiogrammes systématiques, prises de sang, surveillance pondérale...). En ce qui concerne le tabac, un responsable de lieu de vie a bien résumé le problème : « *les résidents ont vécu à l'hôpital très longtemps ; ils boivent énormément de café et fument ; la cigarette fait partie de leur quotidien, de leur vie, de leur rituel ; ce n'est pas évident d'arrêter de fumer... Notre rôle, c'est d'être auprès d'eux, de leur expliquer les effets* ». Donc, informer mais pas interdire.

- les thérapies comportementalistes et cognitives

Pour le Dr PROVOOST, « *le comportementalisme, c'est aider les gens à respecter un traitement, à aller travailler, à se lever le matin, à venir aux consultations, à l'hôpital de jour* » ; ce que font tous les psychiatres : ils informent, expliquent... sans être comportementalistes ! L'offre de soins en thérapie comportementale reste très marginale.

- **l'information des familles** Pour les psychiatres présents, recevoir les familles et les informer est une évidente nécessité, mais il semble que ce ne soit pas pratiqué dans tous les secteurs.

A l'issue de cette longue après-midi, le public - une centaine de personnes : adhérents, travailleurs sociaux, soignants, habitués du cinéma Jacques Prévert - a pu continuer cet échange au RADAZIK pour un pot de clôture offert par la ville des Ulis.

oooo

Le documentaire « VIES DE FOUS » réalisé par SAMUEL LURET

Ce film a été projeté en soirée devant un public un peu différent : 75 personnes majoritairement des Ulis, des élus, des soignants, quelques adhérents. Il présente différents aspects de la prise en charge des malades psychiques ; il montre aussi le véritable « parcours du combattant » des familles en quête d'une prise en charge adaptée pour leur proche malade ; il pointe les carences

particulièrement dans le domaine des structures médico-sociales.

Cette projection a été suivie d'une libre discussion, dans laquelle est intervenue le Dr Danièle BONEL psychiatre, chef de service (secteur 91G 15). Il a été beaucoup question des différents modes d'hospitalisation (hospitalisation libre, hospitalisation à la demande d'un tiers, dite HDT, hospitalisation d'office ou HO) et des difficultés rencontrées lors des hospitalisations sous contrainte : réticence des



médecins à signer une HDT ; réticence des familles à la demander ; refus du SAMU, voire des pompiers, de se déplacer pour un malade psychique, difficulté à trouver un transporteur... Les solutions à mettre en oeuvre ne sont pas évidentes : réseau, équipe mobile... Les difficultés à rompre l'isolement des personnes en souffrance psychique ont aussi été débattues : le rôle des GEM et des SAVS paraît incontournable ; ils ne sont pas assez nombreux, mais la création de nouvelles structures se heurte au problème du financement. Même problème en ce qui concerne le logement accompagné (résidence accueil, logement associatif...).

En conclusion de cette manifestation, il faut retenir que les Groupes d'Entraide Mutuelle et les SAVS ont certainement un rôle majeur à jouer pour que les personnes en souffrance psychique retrouvent une **vie citoyenne**.

Quelques adresses utiles :

UNAFAM91 4 rue d'Ardenay

Palaiseau (91120) - Tél. 01 64 46 96 21

- **GEM INTERSECTION**

Sainte Geneviève des Bois (91700)

10 Av. de la république

Tél. 01 69 25 15 49 ou 06 69 56 63 28

- **GEM INTERSECTION**

Etampes (91150)- 46 rue St Martin

Tél. 06 69 36 04 00

- **GEM Le Café Curieux**

Morsang s/orge (91390)

2bis rue Colas

Tél. 01 69 04 21 59

- **GEM de PALAISEAU (91120)**

38-40 Av. Jean Jaurès

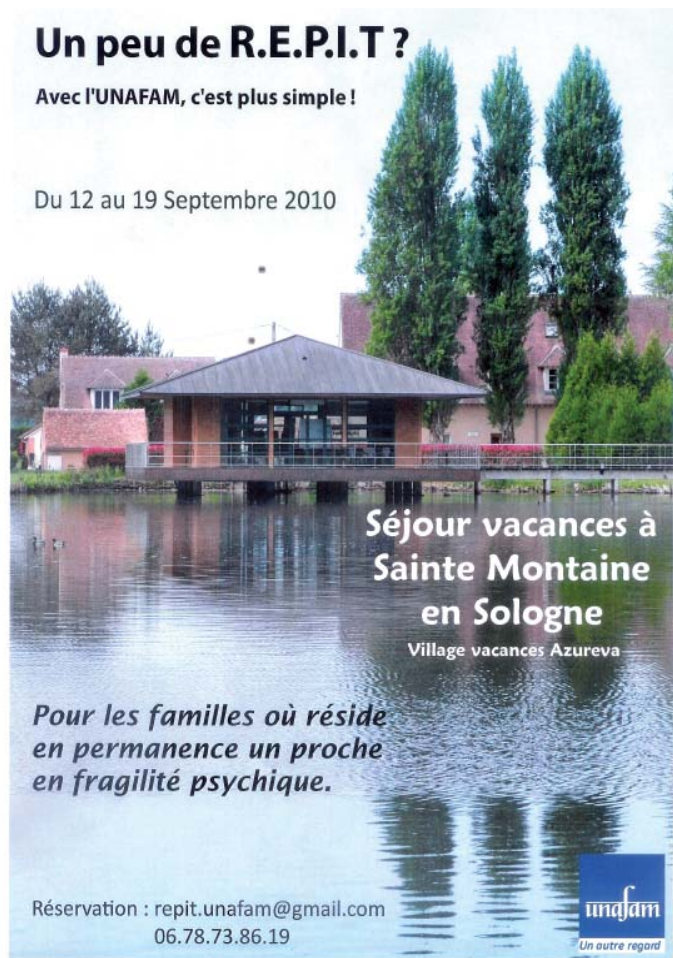
Tél. 06 48 74 29 24

Besoin de vous évader quelques jours?

Un peu de R.E.P.I.T ?

Avec l'UNAFAM, c'est plus simple !

Du 12 au 19 Septembre 2010



Séjour vacances à
Sainte Montaine
en Sologne

Village vacances Azureva

*Pour les familles où réside
en permanence un proche
en fragilité psychique.*

Réservation : remit.unafam@gmail.com
06.78.73.86.19

unafam
Un autre regard



Le groupe d'entraide Mutuelle Intersection de Sainte Geneviève-des-Bois compte parmi nous un nouvel éducateur sportif Hervé Meyere. Il remplace Mickaël Haniche depuis le 4 mai 2010. Intersection participera le week-end du 28 au 30 Mai au championnat de France de pétanque à Meaux. De plus un grand nombre de tournoi de foot et de pétanque sont organisés tout au long de l'année. Intersection est en constante évolution; l'association comptabilise actuellement 130 adhérents. Pour nous joindre : association.intersection@orange.fr

Vous pouvez suivre régulièrement nos activités en vous connectant à notre Blog sur internet:
<http://intersection91.canalblog.com>

Exemple des activités de la semaine passée : balades avec prise de photos, visite de l'aquarium de Paris, barbecue, confection de pâtisserie, préparation d'un séjour dans le sud pour cet été, danse primitive, cinéma..... à suivre

INSTITUTS DE FORMATION EN SOINS INFIRMIERS (IFSI) Les interventions de l'Unafam en Essonne

Depuis plusieurs années, des bénévoles de l'Unafam intervenaient à l'IFSI de Corbeil, auprès des élèves, afin de présenter **la place des Familles dans le soin psychiatrique**. Cette année, nous avons étendu nos interventions aux IFSI d'Orsay et de Longjumeau, ce qui fait que nous sommes maintenant présents dans trois IFSI sur quatre en Essonne.

Au cours de ces interventions, des bénévoles concernés présentent aux futurs soignants le vécu des familles confrontées à la maladie psychique d'un proche, leurs difficultés quotidiennes et les problèmes multiples, parfois dramatiques, qui en résultent y compris avec l'institution médicale.

Le programme se déroule en trois temps :

- présentation de l'Unafam, son rôle auprès des familles et des institutions,
- visionnage d'une Vidéo présentant des témoignages de familles (durée 10') suivi d'un débat,
- une partie spécifique sur les relations soignants-familles suivie d'un débat.

Il s'agit donc d'éclairer les futurs soignants sur les situations concrètes des familles, de réfléchir sur les améliorations des relations soignants-familles dans la perspective d'une alliance thérapeutique.

En conclusion, il est important d'indiquer que ces échanges sont toujours appréciés tant par les futurs infirmiers que par les intervenants de notre association.

JOURNÉE DÉTENTE ANNUELLE SAMEDI 19 JUIN 2010

Visite du Parc et château de BRETEUIL CHOISEUL
78460 CHEVREUSE

Rendez-vous à 10h00 devant la grille d'entrée
Téléphone: 01 30 52 05 02
site Web: <http://nb.breteuil.fr/fr>



Rendez-vous à 12H30 pour le **repas en commun**
au Restaurant Country Club en plein coeur du golf
de Gif-sur-Yvette 91190 (rond point du Golf)
téléphone : 01 60 12 04 27
site web : <http://www.le-country-club.fr>

Pour plus de renseignements : UNAFAM ESSONNE - tél : 01 64 46 96 21 ou courriel : unafam91@free.fr

PROJECTION DEBAT à SAVIGNY-SUR-ORGE

" Le Malade de son Imaginaire Malade "

ooooo

Manifestation organisée le 15 Avril 2010 à la MJC (Maison des Jeunes et de la Culture), en collaboration avec le Secteur Psychiatrique Adultes de Savigny-sur-Orge.

La projection de ce reportage réalisé à l'occasion d'un spectacle inspiré du *Malade Imaginaire* de Molière, témoigne bien du partage possible et constructif, dans le respect de la différence.

En effet, ce spectacle réunissait une troupe de théâtre professionnelle, une troupe d'amateurs ainsi que des usagers du CMP de Savigny et d'un ESAT .

Belle initiative, présentée par des usagers enthousiastes, et appréciée par les invités présents, dont quelques familles UNAFAM !

Groupes de paroles

ooooo

Nous envisageons de constituer à nouveau un groupe de parole à Palaiseau
à partir de septembre 2010.

Si vous êtes intéressés faites vous connaître auprès de Charlotte Ribault au 01 64 46 96 21

ACCUEIL TEMPORAIRE ET RETOUR VERS LE SOIN

Depuis l'ouverture des maisons de l'ALVE, un service d'accueil temporaire a été mis à la disposition des familles. Il leur permet un soulagement nécessaire quand on connaît la charge que représente la présence constante d'un adulte psychotique à la maison ; leur proche peut en effet être accueilli dans des conditions satisfaisantes lorsque les « aidants » ont besoin de « souffler » : un accompagnement au quotidien qui rassure les familles et une liberté d'aller et venir qui préserve l'autonomie de la personne.

Si cet accueil temporaire est utile aux familles, il peut aussi être bénéfique pour la personne accueillie comme le montre l'histoire de B..., patient psychotique ayant interrompu pendant 6 années la prise de ses médicaments ainsi que le suivi par son psychiatre, et qui a repris son traitement dès sa première semaine d'accueil temporaire à la maison d'Edma. Voici son histoire : ce jeune homme, aujourd'hui âgé de 41 ans, est malade depuis sa 26^{ème} année. Elève brillant, il se destinait à la recherche scientifique. Mais une succession d'événements a bouleversé sa vie : service militaire, difficultés professionnelles pour lui et ses parents... Il en est tellement déstabilisé qu'il doit être hospitalisé, d'abord en clinique psychiatrique, puis en HDT à l'hôpital Barthélémy Durand d'Etampes. Quand il en sort, il est apparemment stabilisé : il prend régulièrement et avec beaucoup de sérieux son traitement, et cela pendant 6 ans ; il réussit un concours pour entrer dans la fonction publique, mais ne parvient pas à se maintenir dans l'emploi qu'il a trouvé à la mairie de Paris... Et, sans doute en liaison avec différents événements de sa vie familiale, tout bascule à nouveau : il interrompt son traitement ; les efforts de sa mère pour le convaincre de se soigner restent vains, elle en vient à lui administrer ses médicaments à son insu... Jusqu'au jour où il accepte, à l'occasion d'un voyage de ses parents, de faire un séjour à la maison d'Edma. Il voit bien que tous les résidents prennent un traitement et les éducateurs l'aident dans cette prise de conscience ; au bout d'une semaine, il accepte un rendez-vous au CMP de son secteur et n'a jamais interrompu son traitement depuis ce jour. Il est revenu souvent en accueil temporaire, ce qui montre que la formule lui convient. En témoigne son enthousiasme au retour d'un voyage organisé par le foyer : « Maman, maman, on a fait plein de choses ! », annonce-t-il à sa mère, émerveillée par le contraste avec son attitude habituelle, plutôt triste, ou résignée. Certes, tous les problèmes liés au traitement ne sont pas réglés ; quelques

soucis demeurent quant à la prise des comprimés... Mais cependant, quel progrès !

L'équipe du foyer de l'ALVE et les conditions de vie dans cette maison ont apporté à ce jeune homme l'accompagnement psychologique et social dont il avait besoin pour rendre le traitement acceptable. On ne peut que le féliciter pour avoir réussi ce que personne n'avait pu obtenir !

Pour les familles encore hésitantes, ce service est fait pour vous ; il vous permet de prendre du recul en toute quiétude : vous savez que votre proche est bien encadré et grâce à ce séjour, il peut revenir au soin et sortir de son isolement

N'hésitez pas à prendre contact avec les responsables des maisons ; ils répondront volontiers à toutes vos interrogations :

- Maison des Belles fontaines
JUVISY-SUR-ORGE 01 69 21 39 33
- Maison de la Pergola
ETAMPES 01 69 78 16 05
- Maison du Chêne à 4 oreilles
BRETIGNY-SUR-ORGE 01 60 85 20 40
- Maison d'Edma
MASSY 01 69 53 09 60

Quelques recommandations :

Même si vous pensez que votre proche n'est pas prêt à bénéficier de ce service, il se peut qu'un jour vous souhaitiez tenter cette expérience (ou que vous en ayez vraiment besoin) que ce soit pour vous permettre de prendre un peu de répit ou pour expérimenter la vie en foyer : dès aujourd'hui, effectuez les démarches administratives nécessaires pour constituer le dossier qui demeure valable plusieurs années :

- dossier MDPH : demande d'orientation en foyer de vie avec internat à titre temporaire. La commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) se réunit régulièrement pour rendre sa décision (compter plusieurs mois)
- dossier d'aide sociale : à établir une fois que vous aurez reçu la notification de la MDPH, au service d'aide sociale de votre mairie (CCAS)

N'hésitez pas à vous rendre aux permanences de l'UNAFAM pour obtenir des précisions.

La Balade du 9 mai dernier Milly-la-forêt et le massif de Coquibus

Bien connue pour ses Halles du XV^{ème} siècle et la Chapelle Saint Blaise des Simples (reste d'une ancienne léproserie) décorée par Jean Cocteau en 1959, la petite ville de Milly nous surprend par la richesse de son patrimoine. La grande église Notre-Dame, démolie par nos amis les Anglais lors de la guerre de Cent ans comme la majeure partie du bourg, a été reconstruite sous Louis XI et sur sa base ancienne du XII^{ème} siècle, massive, un nouveau clocher plus aérien s'élance. Puis nous découvrons le château de la Bonde, reconstruit lui aussi vers 1475, sur un gué de la rivière Ecole, au croisement des anciennes routes Paris - Lyon et Etampes - Fontainebleau. Sur ce gué est aménagée une retenue d'eau, à la fois défensive,



comme douve, utilitaire comme réservoir et abreuvoir à trois pentes pavées, et suivie par un beau lavoir en pierre

(aïe !... les genoux des lavandières !!). Près de l'église s'élève la belle maison de Jean Cocteau qui y vécut jusqu'à sa mort. Nous repassons par les Halles (qui accueillent un salon d'antiquaires) et nous dirigeons vers la forêt. O surprise ! le soleil vient accompagner notre pique-nique à l'orée du bois, près des genêts fleuris et des jacinthes sauvages.. Un rossignol chante, le coucou aussi, une poule faisane se cache dans les feuilles mortes. Nous marchons en bavardant, il fait beau ... Mais nos deux G. O.* veulent nous "tester" sans doute ? Ils nous font emprunter des sentiers qui « montent sec », redescendent de même, avant de nous faire grimper avec célérité les cent marches de pierre qui escaladent l'aqueduc (110 paraît-il). Enfin nous arrivons à la ferme de



Coquibus : fermée, elle nous accueille pourtant avec ses massifs de lilas fleuris, une grande table et ses bancs, le charme d'un lieu un peu abandonné ... Nous y resterions bien. Entre ces dames, les échanges botaniques sont animés, inspirés sans doute par le jardin des simples vu ce matin : euphorbes, stellaires, jacinthes bleues, muguet à partager, et même des petits pois « vivants » (sic), dans leurs gousses ! Puis il faut se quitter, mais quel bonheur de reposer nos pauvres pieds ! Vraiment une bonne journée de détente et d'amitié ! Vous êtes tous invités à la prochaine!

*G. O. : il s'agit de nos « gentils organisateurs », Nicole et Philippe.

Résidence du Docteur Jules Falret à Draveil Ouverture de l'accueil de jour

Cette prestation, réservée aux personnes souffrant de maladies psychiques, est ouverte du lundi au vendredi et propose de nombreuses activités (aquagym, peinture, salle de sport, bibliothèque, danse, cuisine, sorties....). L'objectif de ce dispositif est de favoriser le maintien à domicile en proposant des points de repères dans la semaine, de lutter contre le repli et l'isolement et de développer l'autonomie et la socialisation des malades psychiques.

Pour tout renseignement complémentaire, vous pouvez contacter Madame Sylviane Auguste, chef de service au 01 69 39 24 50, par mail : sauguste@oeuvrefalret.asso.fr. ou par courrier au 39 avenue de l'Europe, 91210 Draveil.

Les randonnées de fin d'année 2010

oooooooooooooooo

samedi 25 septembre : Balade en forêt de Fontainebleau, circuit du rocher de Bouligny à proximité du château de Fontainebleau.

- Rendez-vous : à 13h30, parking du carrefour de Maintenon
 - Accès : N.7 jusqu'au carrefour de l'Obélisque puis N.6 direction Moret-sur-Loing : le petit parking se situe 1km après l'Obélisque, devant une allée forestière dallée.
 - Durée : 3h de marche environ, et arrêt repos. Retour prévu pour 17h30 au plus tard.
 - A découvrir, visite libre :
 - avant la rando : le château
 - après la rando : tour en ville.
 - Attention : terrain en partie rocheux, chaussures de randonnée et boissons indispensables.**
- Pour plus d'informations : Anne Boursier, organisatrice : 06 99 42 94 24

samedi 16 octobre : Balade guidée dans Le Parc Botanique de Launay de l'Université d'Orsay organisée par Jacqueline Bellair membre UNAFAM.

- Rendez-vous : à 14h, parking rue Elisa Desjobert en prolongement de l'avenue de Lattre de Tassigny.
- Accès : N.118 sortie Orsay ; prendre la rue Guy Mocquet et l'avenue de Lattre de Tassigny.
- Guide : M. Bertrand (botaniste à l'Université d'Orsay)
- Durée : 3h.
- A découvrir :
 - le jardin traité à l'anglaise répertorié depuis le XVIème siècle ; faune diversifiée et flore de plus de 450 espèces des plus rares,
 - le vieux moulin, la ferme, les pavillons du XVIIIème siècle, la pagode, les sculptures d'André Abbal, de Paul Belmondo, d'Alfred Jannio, le verger conservatoire, les collections botaniques.

dimanche 21 novembre : Traversée est-ouest de Paris (tronçon ouest)

- Rendez-vous : 10h30 métro Luxembourg sortie bd. St. Michel
- Accès : RER B
- Durée : 3h
- Déjeuner : au restaurant pour ceux qui le souhaitent
- A découvrir avec commentaires :
 - le Jardin du Luxembourg,
 - trois cents ans d'histoire dans les murs de l'hôtel des Invalides :Jardin de l'Intendant, église Saint-Louis-des-Invalides....,
 - le Champ-de-Mars et la dame de fer
 - les jardins du Trocadéro

Pour plus d'informations : Nicole Bourdoncle 06 80 13 58 50
Philippe Richard 01 64 90 09 01



Des nouvelles de la Bibliothèque



Quelques nouvelles acquisitions faites en début d'année 2010 sont venues enrichir notre fonds documentaire. Nous essayons d'étoffer notre sélection au mieux, mais nous ne pouvons pas acheter tout ce qui nous plaît... Vous pouvez consulter la liste mise à jour (avril 2010) de tous ces livres sur le site internet de notre section.

A partir de septembre 2010, pour vous faciliter l'accès à la bibliothèque, et vous encourager à lire, nous essaierons de nous organiser pour que vous puissiez emprunter les livres à l'occasion des permanences de Savigny et Brétigny ou des cafés-rencontres de Savigny et Orsay.

A partir de septembre prochain, vous pourrez nous contacter sur ce sujet par téléphone (01 64 46 96 21) le mercredi après-midi.

Vous pouvez aussi venir consulter les résumés/commentaires de livres que font certains de nos lecteurs à la suite de leurs lectures. Cela peut vous aider dans vos choix. Nous essayons aussi de garder les commentaires parus dans "Un Autre Regard", ou dans d'autres revues.

A titre d'exemple, voici un court commentaire du livre de Marcel Rufo : La vie en désordre – Voyage en adolescence – 2007 : « M. Rufo nous fait vivre la maladie, le mal-être de jeunes rencontrés lors de sa vie professionnelle, les soins à l'aide de cas vécus. Facile à lire, très intéressant pour nous les parents, grands parents ou amis. Ce livre aide à bien appréhender la maladie et la difficulté des soins. Se lit très facilement. »

Nous vous souhaitons de bonnes vacances et espérons vous voir en septembre.

Agenda UNAFAM

Informations recueillies sur le site <http://www.unafam.org>

21 juin 2010 : «Adolescents sympathiques - Adolescents antipathiques – Quels effets sur les pratiques ?»

Colloque proposé par Patrice Huerre et Anne Révah-Lévy

Lieu : Espace Reuilly 21 rue Hénard 75012 Paris

Renseignements et inscriptions : 01 70 13 42 34 - patricia.bronet@sfr.fr

22 juin 2010 : Clôture du cycle de conférences - Dernières innovations en psychiatrie

par F. Baylé, dans le cadre des conférences d'informations et conseils destinés aux patients souffrant de troubles anxieux, de troubles de l'humeur, de troubles schizophréniques

de 19h à 21h à l'amphithéâtre de la CMME - centre hospitalier Sainte-Anne - 100 rue de la Santé - 75014 Paris

Renseignements : auprès de la délégation Unafam-Paris

29 juin 2010 : débat du groupe grands-parents

thème : «Aider sans dévaloriser les parents ?» Animé par une psychologue et un juriste

de 19h à 21h au Café des Parents, 162 bd Voltaire 75011 Paris (métro Charonne)

Renseignements et inscriptions : 01 44 93 44 84 (3 € à régler sur place) - www.cafe-des-parents.com

du 6 au 7 décembre 2010 : La psychiatrie citoyenne : utopie ou réalisme ?

1er colloque international de «psychiatrie citoyenne», organisé par l'association «Les Invités au Festin»

Lieu : Grand Kursaal de Besançon (Doubs)

Ce calendrier ne présente qu'une partie des manifestations et conférences à venir.
Pour connaître l'ensemble des manifestations et conférences, consultez le site: www.unafam.org

Rencontre soignants - familles à l'EPS Barthélémy Durand

Une avancée positive, fruit d'une longue coopération....

oooooooooooo

Le samedi 30 janvier 2010 a eu lieu à l'Etablissement Public de Santé Barthélémy Durand à Etampes, une rencontre entre les parents ou proches de personnes hospitalisées (ou suivies en CMP par cet hôpital) et une équipe d'animation composée de médecins, infirmiers, psychologue, assistante sociale et représentants des usagers (Unafam). Cette rencontre "libres échanges" a permis d'apporter aux familles un certain nombre d'informations et de conseils.

Le dialogue a été fructueux pour tous.

Une 2ème réunion est prévue à Etampes **samedi 16 octobre 2010 à 10H00, salle des conférences** à l'Etablissement Public de Santé Barthélémy Durand.

D'autres rencontres sont prévues en janvier et mai 2011.

Les permanences d'accueil de l'UNAFAM en Essonne (sauf vacances scolaires et mois d'août)

Pour rencontrer nos bénévoles, prenez rendez-vous,
téléphonez préalablement au 01 64 46 96 21
en cas d'absence laissez un message sur le répondeur

BRETIGNY -sur-ORGE

CCAS 29 rue E. Branly
Mercredi 10h - 12h

MENNECY

CCAS
avenue de la Jeannotte
sur RV

SAVIGNY-sur-ORGE

4 av. Charles de Gaulle
Lundi 14h - 16h
Mercredi 16h - 18h

PALAISEAU

4 rue d'Ardenay
Voir ci-dessous

ETAMPES

Maison de l'habitat
1, rue du Coq
Mercredi de 10h - 12h

LES ULIS

Centre municipal de santé
rue Brie
Mardi 17h - 19h
Samedi 9h - 11h

EVRY

Centre de santé des
Epinettes
allée de la commune
Vendredi 14h - 16h

oooooooooooo

Une psychologue peut recevoir les familles,
sur rendez-vous, à Palaiseau

La représentation institutionnelle de l'Unafam en Essonne

* Conseil Départemental Consultatif pour les Personnes Handicapées (CDCPH)

-> J. C. MATHA - J. LEFEVRE

* MDPH de l'Essonne:

- Commission Exécutive

-> Ph. HARGOUS

- Commission des Droits et de l'Autonomie (CDA)

-> M. HUILIZEN

* Commission Départementale des Hospitalisations Psychiatriques (CDHP)

-> D. PRIOLET

* Conseil d'administration et/ou CRUCQ :

- Hôpital B. Durand à Etampes

-> J.C. MATHA et J. RAMEL

- Hôpital F. Manhès à Fleury-Mérogis

-> Y. FOUQUET - P. BREMARD

- Hôpital de Longjumeau

-> A. GENEST

- Hôpital d'Orsay

-> C. LOOTENS

- Clinique Bel air de Crosne

-> P. ROYAUTÉ / P. BREMARD

- Clinique Château de Villebouzin de Longpont-sur-Orge

-> P. BREMARD / M. AUGOYARD

- Clinique de l'Abbaye de Viry Chatillon

-> P. BREMARD / M. AUGOYARD

* Conseil d'administration UDAF

-> P. BREMARD et J.C. MATHA

* Caisse Primaire d'Assurance Maladie

-> M. HUILIZEN et C. LOOTENS

U.N.A.F.A.M. Section de l'Essonne

Horaires d'ouverture du siège (hors jours fériés)

	Après-midi
Lundi	14 h 30 - 17 h 00
Mardi	14 h 30 - 17 h 00
Mercredi	14 h 30 - 17 h 00
Jeudi	14 h 30 - 17 h 00
Vendredi	14 h 30 - 17 h 00

Président délégué

Jean-Claude MATHA

Vice-Président : Jean LEFEVRE

Secrétaire : Christine LAMBLIN

Trésorier : Jean LEFEVRE

Membres : Ph. HARGOUS - J. DYBAL

Le bureau se réunit chaque 1^{er} mercredi du mois à 17h au siège,

4 rue d'Ardenay - PALAISEAU.

Les bénévoles responsables d'une activité ou d'une représentation sont plus spécialement invités à y participer, ainsi que les adhérents qui souhaitent y intervenir.