

# CONTACT

Le bulletin de la délégation UNAFAM du Val d'Oise



Décembre 2017  
N° 33

Union Nationale des familles et Amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques – Reconnue d'utilité publique

## Edito

Lors de notre réunion annuelle en septembre dernier, nous étions nombreux à bénéficier des explications données par deux Directrices de services sur les modalités d'accompagnement pour nos proches en situation de handicap.

Mme Lisbeth Bocquet nous a décrit l'accompagnement qu'assure son équipe du SAVS de Cergy-le-Haut, au domicile des personnes en leur proposant des temps d'activités collectives.

Mme Nado de *Présence 2000* coordonne une équipe d'auxiliaires de vie qui accompagne au domicile des personnes qui ont demandé à bénéficier d'une Prestation de Compensation du Handicap (PCH).

Nous les remercions toutes deux encore pour le temps qu'elles nous ont consacré et les précieuses informations qu'elles nous ont apportées.

L'accompagnement et le soutien dans le cheminement de leur vie pour ceux qui souffrent, dans la réalisation de leurs projets, dans le maintien de leur insertion, sont assurés très longtemps par la famille, mais peuvent être poursuivis par des professionnels spécialisés.

Dans ce bulletin nous revenons sur l'accompagnement au plus proche des besoins de vie autonome que la PCH peut apporter à ceux qui nécessitent une aide pour une vie plus autonome au quotidien. Nous vous rappelons ce qu'est la PCH, les modalités pour en bénéficier. Et au travers de deux témoignages de parents, vous lirez des exemples de l'apport de ces professionnelles pour nos proches.

Notre délégation parraine maintenant cinq Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) dans le département ! Vous lirez l'inauguration de celui de Persan *Le Futur*. Tous nos vœux afin qu'il soit lieu de reprise d'espoir pour tous ceux qui viendront en pousser la porte.

Le GEM des *Mille et une vie* d'Arnoville a fait la fête et nous en fait part.

Nous agissons également au sein des instances départementales et régionales pour que le parcours de soins

pour les personnes qui ont des difficultés de santé mentale soit meilleur dans les années prochaines. Les travaux de diagnostic et de préparation du Projet Territorial de Santé (projet départemental qui sera inscrit au niveau régional), et, plus important pour nous, le Projet en Santé Mentale, ont commencé.

Deux bénévoles nous y représentent et y défendent les intérêts de nos proches et de toutes les personnes atteintes de troubles psychiques.

Pour ce faire, nous avons besoin de vous. C'est le moment d'affirmer les besoins, de dire les dysfonctionnements mais aussi de souligner ce qui est positif. Dites-nous ce qui a favorisé et ce qui a bloqué le parcours de soins de votre proche : l'accès réel à un service lorsqu'il ne va pas bien, l'accès au diagnostic, le suivi et la coordination de ses soins sans rupture, l'accès à une hospitalisation quand elle nous semble nécessaire, la préparation de la sortie, des places pour se reposer après l'hôpital, des établissements adaptés selon les pathologies...

**Les bénévoles que vous rencontrez, notre mail et nos téléphones attendent vos témoignages.**

Au seuil de cette nouvelle année 2018, nous espérons que vous nous rejoindrez, afin de voir ces projets, et d'autres, aboutir avec votre association UNAFAM.

Venez nous soutenir, nous aider par vos témoignages, participer au plus près à l'ensemble des activités, nous épauler dans l'ensemble de nos tâches afin que notre association soit toujours plus active.

Maryvonne Gourdin

## Sommaire

- **La vie des antennes :**
  - Arnoville, le GEM Les Mille et Une Vie en fête.....* p. 2
  - Persan : Inauguration du GEM Le Futur.....* p. 3
- **Dossier :** *La PCH .....* p. 4
- **Témoignages :** *bénéfice de la PCH .....* p. 5
- **Information :** *Projet Territorial de Santé Mentale ....* p. 7
- **Billet d'humeur .....** p. 7
- **Bibliothèque .....** p. 9
- **Calendrier .....** p. 9

### ARNOUVILLE

#### Le GEM Les Mille et Une Vie\* en fête

Raconter la journée du 10 mai 2017, date de la première journée Portes Ouvertes du GEM d'Arnouville, c'est se rappeler des moments agréables.

Ceux passés en compagnie de nos invités et des gémeurs\*. Les invités, pour parler d'eux, étaient venus en nombre ce jour-là nous faire l'honneur de leur présence. Sans en faire une liste exhaustive, on pourrait citer : des membres des ESAT de Goussainville et Gonesse, des infirmières et des patients du CATT, nos amis du GEM de St-Denis et d'Épinay, nos partenaires de l'UNAFAM et de la Mayotte, et la mairie de Villiers-le-Bel. Tous étaient réunis pour ce qui allait être une date événement dans la vie du GEM, mais aussi une belle occasion de mieux se connaître.



Et, pour ce faire, quoi de mieux que des locaux mis en beauté, apprêtés, pour en faire le théâtre de réjouissances que nous avons souhaité nombreuses.

Au programme : des grillades, des expos (sculptures, photos, poèmes et peintures), une salle de musique ambiancée par des musiciens expérimentés, et des rafraîchissements.

Les occasions pour se retrouver, échanger, ou même pour certains de se déhancher sur un *dance-floor* improvisé, ne manquaient pas. Le joyeux collectif des gémeurs s'est surpassé pour ses convives.

Assurément une bonne humeur et un soleil au top étaient au rendez-vous. En effet, parce qu'il fallait marquer les mémoires, nous avons invité des artistes, dont le titre était mérité. Tout d'abord, pour ouvrir les festivités, c'est une troupe de flamenco qui nous a offert un spectacle autour de la danse et des chants venus des régions les plus chaudes d'Espagne, OLE ! Ses pas rythmés accompagnés d'airs de guitare et de voix aux accents *caliente*\* ont embrasé la piste. Beaucoup assistaient à un spectacle de ce genre pour la première fois, et tous étaient sous le charme de sa beauté visuelle et sonore. Nous avons pu ressentir la chaleur de cette culture.

Pour la suite c'est MN qui a fait le show. Ce slammeur nous avait déjà gratifié d'une prestation qui l'avait fait connaître du

GEM. Pour certains, c'était donc une chance de réécouter son répertoire et, pour d'autres, de faire la découverte d'un artiste qui mériterait d'être plus connu. Armé de son fidèle *blaster*\* (qui ne le quitte jamais!), de sa carrure, de son vécu, il a touché son auditoire par sa sincérité. Ses textes rodés témoignent d'un bel ouvrage sur les mots et d'une expertise, celle de la rue et d'autres facettes de son expérience vécue. Sa prestation a été saluée, et on peut dire sans modestie que c'est un artiste LOCAL !

C'est en début de soirée qu'est venue l'heure de clôturer la fête, avec le sentiment du travail bien fait. Celui aussi d'avoir vécu une journée pleine de moments de détente, et d'expériences fertiles en échanges. Finalement, tout le travail de préparation de cette journée avait porté ses fruits : ce travail qui devait faire de cette journée une célébration de plusieurs années de vie de l'association et de la collaboration avec ses partenaires précieux. Il a fallu l'implication de tous pour que le GEM accueille l'événement dans de bonnes conditions : rafraîchir et aménager les locaux, rassembler et sélectionner les œuvres à présenter, préparer les victuailles, défendre collectivement le projet devant la commission de la mairie pour obtenir une subvention, parler autour de nous de cette journée pour y inviter une diversité de personnes. C'est aussi pour cela que nous en tirons une grande satisfaction, de quoi faire brûler un peu plus fort cette flamme qui nous anime, nous apporte de la joie et aide notre association à voir plus grand ensemble.

*Tahirou Sissoko, président de l'association,  
avec les gémeurs et les animateurs*



\**Les Mille et Une Vie* : c'est le nouveau nom du Groupe d'Entraide Mutuelle, le singulier de la *Vie* est volontaire.

\**gémneur* : membre, adhérent du GEM

\**caliente* : chaleureux en espagnol

\**blaster* : poste radio portatif

#### GEM des Mille et Une Vie

1 rue du Commandant Marchand  
95400 Arnouville  
01 34 04 89 44

Ouvert : lundi et mercredi de 11h à 18h et certains samedis.





## PERSAN Inauguration du GEM Le Futur

Un nouveau GEM vient de voir le jour, à Persan, à l'est du département. L'UNAFAM 95 en est la marraine, la Mayotte en assure la gestion.

L'inauguration a eu lieu le samedi 4 novembre 2017, en présence de M. Bazin, sénateur, qui présidait le Conseil Départemental au moment de la décision de création du GEM ; M.Kasse, maire de Persan ; Mme Legrand, maire de Nointel et référente pour le Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) et l'ensemble des élus du territoire du Haut Val-d'Oise ; Mme Emilie Ivandekicks, vice-présidente du Conseil départemental déléguée au Handicap ; M.Laraba, représentant de l'Agence Régionale de Santé (ARS) ainsi que M. Delacourt, directeur de la Mayotte, gestionnaire du Gem *Le Futur*. Et l'ensemble de ceux qui ont participé à la mise en place du GEM : assistante sociale des Oliviers, responsable de la mission locale de Beaumont-sur-Oise qui ont permis de contacter les futurs géméurs.

Sans oublier la coordinatrice du CCHVO (Communauté de Communes du Haut-Val-d'Oise) Tiphaine Viteau et Annick Deniset, bénévole UNAFAM, sans qui ce GEM n'aurait jamais vu le jour et un grand nombre de géméurs qui ont participé à l'aménagement des locaux.



C'est dans la bonne humeur, qu'ont eu lieu les discours retraçant la genèse du projet, le rôle de chaque partenaire et les vœux pour l'avenir.

Les futures animatrices ont été présentées et encouragées. Puis toutes et tous ont partagé un buffet bien fourni.

### **GEM Le Futur**

113, rue Eugénie-Cotton  
95340 - Persan

Contact : Tiphaine Viteau, psychologue, coordinatrice du  
Conseil Local de Santé Mentale  
Tél. : 01 39 37 59 78 - 06 08 87 12 74

### Discours de Annick Deniset, bénévole UNAFAM

*Nous sommes réunis aujourd'hui pour fêter un aboutissement : celui d'un projet porté par des acteurs venus d'horizons différents qui, tous ont œuvré pour qu'un groupe d'entraide mutuelle, un GEM, ouvre ses portes, ici, à Persan. C'est une convergence de volontés, de bonne volonté et un gage d'ouverture d'esprit et de cœur !*

*L'Unafam 95 est heureuse d'en être la marraine et particulièrement heureuse qu'un Gem ouvre ses portes sur ce territoire du Haut Val-d'Oise dans un délai que nous n'osions espérer ! Un grand merci à tous les acteurs de ce qui est devenu une belle réalité.*

*Nous fêtons un aboutissement mais aussi un «départ» : celui du Gem le Futur. Le nom choisi est porteur de confiance en l'avenir et celle-ci est indispensable pour redevenir acteur de sa vie.*

*Nous souhaitons donc aux géméurs ainsi qu'aux animatrices qui vont ensemble faire vivre ce lieu de partage, qu'ils en fassent un endroit chaleureux, accueillant qui permette d'apprécier la valeur de chacun et le respect de tous. Un lieu où l'on peut se sentir à nouveau capable de projets, de prendre si on le désire des initiatives. Un lieu d'où on sortira heureux après un café ou une bonne discussion partagée et où les géméurs seront pleinement citoyens parce qu'ils participeront à l'évolution de notre société en faisant accepter et en acceptant la différence.*

*Voilà nos souhaits.*

*Qu'ils sachent aussi que l'Unafam et la Mayotte seront là, auprès d'eux, dans leur cheminement, le temps nécessaire. Et puis dans GEM, on entend aime... que celui-ci devienne un lieu où l'on s'aime davantage. C'est un beau programme pour le Futur !*



Annick Deniset et M. Delacourt

### L'accès à la prestation de compensation du handicap (PCH) pour une aide à domicile

**Le dossier que nous vous proposons, devrait vous inciter à déposer ou à redéposer une demande de PCH suite à un rappel sur la procédure et l'éligibilité au volet aides humaines ; la lecture de deux témoignages de familles ; et au-delà, la perspective ouverte de mutualisation de l'aide vers un habitat partagé.**

**En mars dernier, la CNSA (Caisse Nationale de Solidarité pour l'Autonomie) a publié un guide d'appui aux pratiques des MDPH pour l'accès aux aides humaines. L'Unafam a apporté sa contribution pour que le handicap psychique soit mieux pris en compte.**

#### Comment obtenir la PCH - Aide humaine –

##### Étape 1-

Se procurer le dossier MDPH en téléphonant ou en le téléchargeant sur le site <http://www.mdph.valdoise.fr>.

Le dossier à retourner sera composé :

- d'un formulaire de demande,
- du certificat médical (nouvelle version 2017),
- de notices explicatives,
- de pièces obligatoires en fonction de la situation et des demandes de l'usager,
- de 2 questionnaires complémentaires pour les personnes en situation de handicap psychique.

**Point d'attention** - Ces questionnaires complémentaires n'accompagnent pas toujours le dossier reçu par courrier. Il faut donc les télécharger soit sur le site de la MDPH, soit sur celui de l'UNAFAM du Val-d'Oise.

##### Étape 2 –

- **Remplir le dossier** attentivement en se faisant aider si nécessaire, par l'Unafam 95 (un lundi par mois nous assurons une permanence spécifique sur ces dossiers) ou une assistante sociale à l'accueil de la MDPH.
- **Page 6 du formulaire**, cocher la case PCH et précisez les besoins en Aide humaine dans le paragraphe en-dessous.
- **Questionnaire n° 1**, spécifique pour les personnes en situation de handicap psychique : **Mon projet de vie, mes besoins, mes attentes**, à remplir par la personne en situation de handicap psychique. Ce questionnaire aide à rédiger le projet de vie de la page 4 du formulaire. De nombreuses personnes handicapées psychiques ont des difficultés, voire une incapacité d'évaluer leurs limites et d'exprimer clairement leurs attentes. Il conviendra de les aider à remplir le formulaire et le questionnaire.
- **Questionnaire complémentaire n° 2 : À destination de l'entourage** qui permet d'exprimer la nature des

aides apportées actuellement au proche pour répondre à ses besoins et attentes ainsi que les demandes pour l'avenir.

- **Le certificat médical** est à remplir, de préférence, par le médecin psychiatre ou le médecin généraliste, daté de moins de six mois. Il est impératif que le médecin mentionne le besoin de stimulation, d'incitation, d'accompagnement et de surveillance. Cela a des conséquences directes sur l'évaluation de la MDPH quant à l'éligibilité à la PCH.
- **Le dossier complet** doit être soit déposé à la MDPH qui envoie un avis de réception, soit envoyé en recommandé avec accusé de réception.
- **Compter 4 à 6 mois** pour la décision de la CDAPH (Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées).

##### Étape 3 –

**La commission se prononcera sur les critères d'éligibilité à la Prestation Compensatrice du Handicap par l'aide humaine suivants :**

Il est bien spécifié dans le guide d'appui « *qu'il ne faut pas uniquement apprécier la capacité physique de la personne à réaliser l'activité concernée, mais prendre également en compte sa capacité mentale, cognitive et psychique à faire cette activité et la mener à bien.*

*Dès lors que la personne n'est pas dans la capacité d'initier seule l'activité concernée et en l'absence de stimulation donc l'acte n'est pas réalisé ; la difficulté est considérée comme absolue. »*

Il est également prévu de tenir compte du besoin de surveillance pour les actes de la vie quotidienne : capacités de s'orienter dans le temps et l'espace, de gérer sa sécurité, utiliser les appareils et les techniques de communication, de maîtriser son comportement dans les relations avec autrui, faire face à un stress, à une crise, à un imprévu, etc.

##### Étape 4 –

**Visite de l'infirmière de la MDPH**



Si la CDAPH décide de l'attribution d'une PCH, une infirmière viendra au domicile de la personne pour faire une proposition d'aides en nombres d'heures d'auxiliaires de vie et de répartition de ses vacances, ceci au regard de la situation et des informations recueillies.

Visite à préparer avec votre proche. Intervenir si nécessaire en deuxième lieu auprès de la professionnelle.

Suite à cette visite, la MDPH enverra un plan d'aide qui sera accepté ou non par la personne.

Si la CDAPH refuse la PCH, vous pouvez déposer un recours amiable auprès de la directrice de la MDPH dans le mois qui suit. Attention, pour cela, il faut fournir des éléments nouveaux avec les pièces correspondantes.

## Étape 5 –

### Choisir l'Association Prestataire de Service à Domicile.

Notamment parmi celles en convention handicap avec le Conseil Départemental.

Accompagner les premières interventions si nécessaires.

#### Bénéfice de la PCH aide humaine Témoignage sur la venue d'une auxiliaire de vie au domicile.

À Pontoise, en 2009, notre fils Jérôme 42 ans, psychotique stabilisé par des soins ambulatoires intègre l'ESAT (Établissement et Services d'Aide par le Travail) de Cergy-le-Haut.

Dans le même temps, il a l'opportunité de retrouver un logement social dans notre quartier et obtient une PCH aide humaine auprès de la CDAPH (Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées) de la MDPH.

Cette aide consiste en un accompagnement à domicile d'une auxiliaire de vie, deux heures par jour, en semaine, de 17h à 19h à son retour de l'ESAT.

Notre fils est bien conscient des difficultés qu'il éprouve à vivre seul. Il était d'accord pour accueillir quelqu'un qui le rassure et l'encourage dans son quotidien.

Ces professionnelles (car il en a connu déjà beaucoup) sont proposées par l'association *Présence 2000* selon un planning d'interventions mensuelles. Nous avons choisi *Présence 2000* dont le siège était à Pontoise, maintenant à Cergy. Association en convention avec le Conseil Départemental pour intervenir sur l'ensemble du Val-d'Oise.

Jérôme est heureux d'engager la conversation avec l'intervenante, de préparer avec elle le repas du soir, d'entretenir l'appartement. Nous avons gardé l'entretien des

vêtements, les courses, les médicaments, les visites chez les médecins, etc.

Pour nous parents, cet accompagnement au quotidien à domicile est indispensable pour alléger notre charge, mettre un peu plus de distance avec la famille et faire face au manque d'établissements et de structures d'accueil dans le département pour notre fils.

Cette année, suite à une hospitalisation après une chute grave et l'aggravation d'autres troubles, Jérôme est revenu à la maison. L'auxiliaire de vie est intervenue chez nous pour la toilette, les repas, la promenade, toujours avec compétence et bienveillance.

Selon nous, après cette expérience, la compensation du handicap psychique prise en charge financièrement par le département devrait faire l'objet d'une demande systématique lors du dépôt du dossier MDPH, que la personne ait son logement ou loge dans la famille. Ce qui implique de faire soi-même le dossier avec l'accord de la personne et surtout du médecin psychiatre, de bien préparer la visite préalable à domicile de l'infirmière de la MDPH et d'être en phase avec l'association prestataire quant au rôle de l'auxiliaire de vie qui est « d'aider à faire et non pas faire à la place de la personne ».

JPC

#### Autre témoignage

Elisabeth vivait depuis 15 ans dans son appartement. Elle avait arrêté son activité au CAT depuis plusieurs années. Elle avait été très accompagnée par le secteur sanitaire : déplacement bihebdomadaire au CATTTP et rendez-vous avec sa psychiatre. Si besoin en périodes difficiles, une infirmière ou un éducateur se déplaçait chez elle.

Puis changement d'orientation du secteur psychiatrique : l'équipe lui a annoncé qu'elle ne pourrait plus être suivie par eux.

Elle n'avait donc plus d'activités extérieures ni de relations régulières cadrées.

Son mode de vie s'est peu à peu désorganisé : sorties incessantes en ville. Fréquentation de plusieurs cafés où elle pouvait rencontrer des personnes et être écoutée, mais aussi consommations et engagements dangereux pour elle. Elle prenait jusqu'à quatre à cinq repas par jour dans des kebabs, ne gérait plus son alimentation et dépassait son budget.

Déambulations dans la ville qui se soldaient souvent par des interventions des pompiers (sur appel du public) et conduite aux urgences du CHIC pour chutes inquiétantes ou des conflits plus ou moins violents avec des habitants.

Nous, sa fratrie, étions toujours en relation avec elle et l'aidions pour sa vie matérielle : accompagnement pour les courses, entretien de l'appartement, facilitation dans les relations avec les voisins, rendez-vous médicaux,... Mais c'était de plus en plus insuffisant, et transformait à nouveau nos relations avec elle : reproches réciproques, relation de dépendance et culpabilité permanente. Que des nœuds intérieurs !

Nous avons, avec son accord, fait une demande à la MDPH pour qu'une auxiliaire de vie sociale vienne l'aider à mieux s'organiser afin de pouvoir continuer à vivre chez elle.

Lors de la visite pour évaluation, j'étais présente et ai pu ainsi compléter ses dires en décrivant la réalité de ses limites et besoins.

La mise en œuvre s'est faite avec deux auxiliaires qui alternaient pour assurer l'aide quotidienne auprès d'elle. Le planning était connu, fixé avec elle.

Peu à peu, elle a repris des repères et a pu continuer à vivre seule pendant encore des années.

Tout n'a pas toujours été idyllique mais avec des rappels aux règles par la Directrice de l'association employeur, cela a tenu et l'a préparée à son entrée ultérieure en établissement à plein temps.

Il y a eu des accès de tension bien sûr : combien de fois l'auxiliaire a trouvé porte fermée ! Certaines ont fait le tour de ses lieux habituels de vadrouille, d'autres ont marqué la règle en prévenant la directrice et en m'appelant.

Combien de frictions pour lui faire accepter les limites de ce que pouvaient faire les professionnelles.

Et quand au bout d'un temps de bonne connaissance de l'intervenante, ses comportements de débordement des émotions et de violence verbale ont repris ! Dur, dur !

Nous avons tenu, en alliance avec les professionnelles, pour la soutenir dans son chemin et ses efforts.

Nous avons pu progressivement ne plus assurer ce que l'auxiliaire a progressivement fait avec elle, au plus près de ses désirs et selon son rythme.

Mais aussi, quelle valorisation d'elle-même, à travers la meilleure tenue de son studio : elle a pu lancer des invitations au cours desquelles les invités et nous-mêmes ne nous sentions pas obligés de « faire » à sa place.

Et, le jour, où elle m'a invitée pour me faire goûter les patates douces que Maryse lui avait appris à cuisiner, quel plaisir partagé hors des habitudes familiales !

Nous l'avons entendue être satisfaite de son chez elle et de ses relations de voisinage. Les voisins avaient un intermédiaire moins affectif que nous, avec lequel faire évoluer les conflits.

Mais surtout peu à peu nous nous sommes sentis moins sur le qui-vive. Nous avons gagné une certaine sécurité mentale puisque chaque jour (ou tous les 2 jours) quelqu'un venait et vérifiait qu'elle était présente et allait bien.

Pour nous, cela a aussi permis de belles rencontres avec certaines auxiliaires qui se sont très investies, ont perçu les qualités d'Elisabeth et se sont attachées à elle.

J'ai encore en tête certaines paroles : « là au moins je fais mon vrai métier », et deux professionnelles qui l'ont accompagnée ont fait une formation professionnelle ensuite pour devenir aide-soignante et auxiliaire médico-psychologique.

Maryvonne

**Permanences**  
**Aide à remplir le dossier MDPH**  
**Lundis 15 janvier – 12 février – 12 mars 2018**  
**14 h à 16 h 30 – Sur rendez-vous**

**Bureaux de l'UNAFAM 95 -La Mayotte**

**La mutualisation de la PCH pour un mode de logement accompagné**

La mise en commun de la PCH consiste, pour deux ou plusieurs bénéficiaires de la PCH, à additionner leurs prestations, pour financer ensemble les aides dans un habitat en milieu ordinaire.

Ainsi, une personne handicapée psychique aura bien souvent un « petit » plan d'aide, par exemple, 1h ou 1h30 de PCH par jour. S'il y a six logements six résidents, la mise en commun de leurs heures de PCH permettra de rémunérer une auxiliaire de vie sur une grande amplitude horaire, 6 heures ou 9 heures par jour, dans un mode de « logement inclusif ».

Cette mise en commun de la PCH ne peut se faire qu'à la demande de la personne, avec son accord, généralement écrit, dans le cadre d'une convention d'accompagnement.

Cela permet un accès et un maintien dans un logement pérenne, en milieu ordinaire, un accompagnement adapté et souple en fonction des besoins de stimulation et de surveillance qui peuvent être fluctuants, un mode de logement qui rompt l'isolement, favorise la création de lien social, permet aussi de responsabiliser les résidents, de développer les compétences de chacun ainsi que l'entraide.

Nous avons des contacts avec des partenaires du département afin que des « logements inclusifs » puissent voir le jour. Contactez-nous.



### Le Projet Territorial de Santé Mentale

Le décret relatif au **Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM)**, évoqué à l'article 69 de la loi du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé, a été publié en juillet 2017. Il fixe les priorités du dispositif ainsi que les modalités de son élaboration et de sa mise en œuvre.

Les acteurs concernés sont : les professionnels et établissements de santé, les établissements et services sociaux et médico-sociaux, les représentants des usagers et des familles, les collectivités territoriales, les conseils locaux de santé mentale et les organismes locaux d'assurance maladie.

Ce Projet Territorial de Santé Mentale sera élaboré par tous ces acteurs et fera l'objet d'un Contrat Territorial de Santé Mentale conclu entre l'Agence Régionale de Santé (ARS) et les acteurs du territoire participant à la mise en œuvre de ces actions.

**Dans le but de réaliser ce premier Projet Territorial de Santé Mentale, une Commission Spécifique de Santé Mentale a été constituée au sein du Conseil Territorial de Santé.**

Sa mise en place a été réalisée le 7 novembre 2017.

La présidente élue est Mme le Dr Dominique CARAGE, représentante des usagers pour l'UNAFAM, médecin addictologue et le vice-président élu est M. le Dr Gérald MESURE médecin en addictologie.

Marie-Thérèse MAURY, représentante des usagers de l'UNAFAM y participera également.

#### Mission de la commission

La première mission de cette commission est la réalisation du diagnostic territorial partagé en santé mentale avec tous les acteurs concernés dans un délai maximal de 36 mois et si possible d'ici fin 2018 à la demande de l'ARS.

#### Le Diagnostic territorial partagé en santé mentale doit :

- Établir un état des ressources disponibles,
- Identifier les insuffisances dans l'offre de prévention et de services sanitaires, sociaux et médico-sociaux et dans l'accessibilité, la coordination et la continuité de ces services,
- Préconiser des actions pour y remédier.

Ce diagnostic va constituer une base de travail pour développer des actions sur les 6 priorités annoncées dans le décret et qui sont les suivantes :

- Le repérage précoce des troubles psychiques, le diagnostic, l'accès aux soins et aux accompagnements.
- Le parcours de santé et de vie de qualité et sans rupture.
- L'accès à des soins somatiques adaptés à leurs besoins (par des médecins généralistes).
- Les situations de crise et d'urgence.
- Le respect et la promotion des droits des personnes.
- L'action sur les déterminants sociaux, environnementaux et territoriaux de la santé mentale.

#### Votre rôle, adhérents et bénévoles de l'UNAFAM 95

Il est capital de transmettre à Dominique CARAGE et à Marie-Thérèse MAURY tous les témoignages qui peuvent illustrer les manques constatés mais aussi les initiatives prises.

Brigitte BETTEL chargée de mission à la Délégation UNAFAM du Val-d'Oise se chargera de collecter vos témoignages, expériences, récits...

## Le billet d'humeur du saule pleureur

Le saule pleureur que j'étais en ce mois d'octobre 2017 vous livre « cash » la maxime du jour glanée dans l'errance d'un fourre-tout appelé « salle d'ergothérapie » : « *pour vivre heureux, vivons cachés* ».

Cachée des regards indiscrets, les arbres d'Épinay ont pansé mon âme, « les meilleures pensées » surtout : les mails se mêlent, les S.M.S. mieux que les messes. La glissade mélancolique aime le sourire et la parole de réconfort.

Distraitement, je lis la marque du brie « la vie de château » servi ce midi. Notre restaurant trois étoiles (!!!) a des serveurs étranges en blouse blanche et tabliers de plastique blanc et le poids des regards absents. Ma remarque sur la marque provoque à table l'humour noir du désespoir : princes, princesses, manants ou Robin des bois que nous sommes, déchus temporairement autour de nos fourchettes malhabiles s'émeuvent, sourient, s'emballent. J'ai encore le pouvoir d'émouvoir : tout un avenir devant moi.

Merci à Sylvie, Nelly, Monique, Geneviève, Françoise, Catherine, Dominique, Chantal, Isabelle, Sophie, Maryvonne, Nicole, ... Claude et les randonneuses, randonneurs, Ma famille, Mon mari.

Maorie, Novembre 2017

## Marie-Thérèse a aimé et vous conseille



### **Mon fils est schizophrène** de Dominique Laporte

L'auteure en tant que mère retrace le parcours suivi par son fils, Xavier, depuis le début identifié de sa maladie à l'âge de 19 ans, pendant 12 longues années sans rémission.

Elle fait aussi revivre les bons souvenirs, les moments joyeux de son enfance et de son adolescence.

Cette femme nous livre ses sentiments, ses émotions, ce qui fait sa vie quotidienne. Elle associe ses parents, certains de ses amis ou de ses voisins. Elle nous parle de son travail, de sa vie de comédienne au théâtre...

Le lecteur se retrouve plongé dans ses doutes, ses angoisses, ses inquiétudes face à la difficulté de faire adhérer son fils malade au traitement, aux soins, à l'hospitalisation.

Après avoir eu tellement de mal à trouver l'appui du corps médical, elle se sent en confiance avec le 1<sup>er</sup> psychiatre, elle se fait maltraiter par la 2<sup>nd</sup>e avant de nouer une alliance

thérapeutique avec une 3<sup>ème</sup> pendant 6 ans qui se termineront tragiquement par ce qui ressemble à une démission face à la maladie et qui coûtera la vie à Xavier. Le père est peu présent mais il tient son rôle à un moment clé.

Il faut du courage au lecteur pour lire ce livre qui lui rappellera des moments qu'il a lui-même vécus.

Mais il sera récompensé par l'authenticité du témoignage, par la beauté de l'amour d'une mère pour son fils, d'abnégation de grands-parents pour leur petit-fils mais aussi de leur présence inconditionnelle, de cousines complices pour protéger leur cousin, et d'une sœur qui fera les frais des effets de la maladie de son frère sous forme de rejet agressif de la part de ce dernier mais qui restera toujours proche de lui par l'intermédiaire de leur mère.

A noter que l'UNAFAM a apporté du soutien à cette femme et mère lors de moments difficiles notamment par les groupes de paroles.

**Ce livre et beaucoup d'autres sont à votre disposition à la bibliothèque de l'UNAFAM 95. Consulter la liste sur le site :** [www.unafam95.fr/infos/bibliotheque/bibliotheque.php](http://www.unafam95.fr/infos/bibliotheque/bibliotheque.php)

### JANVIER 2018

Samedi 20 14h30 à 17h00	Rencontre conviviale – Pontoise	Maison Familiale des Cordeliers 2 rue Claude Debussy
Lundi 15 14h30 à 17h00	Permanence Dossier MDPH (s'inscrire au 01 34 16 70 79)	Délégation du Val-d'Oise 165 rue de Paris - 95680 Montlignon

### FEVRIER 2018

Samedi 10 14h30 à 17h00	Rencontre conviviale – Eaubonne	MDA Salle Otto Baetge 3 avenue St Lambert
Lundi 12 14h30 à 17h00	Permanence Dossier MDPH (s'inscrire au 01 34 16 70 79)	Délégation du Val d'Oise 165 rue de Paris 95680 Montlignon

### MARS 2018

Samedi 10 14h30 à 17h00	Rencontre conviviale – Pontoise	Maison Familiale des Cordeliers 2 rue Claude Debussy
Lundi 12 14h30 à 17h00	Permanence Dossier MDPH (s'inscrire au 01 34 16 70 79)	Délégation du Val d'Oise 165 rue de Paris 95680 Montlignon

#### Dates à définir, renseignements à la délégation

Poursuite de l'espace Frères/Sœurs : les frères et sœurs pourront se retrouver librement pour échanger ensemble avec une psychologue.

Accueil des Parents de Jeunes, en partenariat avec le REAAP (Réseau d'Ecoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents) : Groupe de parole, entretien individuel.

Au niveau national de l'UNAFAM : Journées d'information pour les familles : **Ecole et troubles Psychiques**.

### UNAFAM VAL-D'OISE

La Mayotte – 165 rue de Paris – CS 20001 – 95680 Montlignon

Tél. : 01-34-16-70-79 – Accueil familles : 06-80-73-94-13

e-mail : [95@unafam.org](mailto:95@unafam.org) – Site web : [www.unfam95.fr](http://www.unfam95.fr)