

N°50

OCTOBRE 2018

PSYTOYENS .asbl
LE JOURNAL



Trimestriel - octobre / novembre / décembre 2018 - numéro d'agrément : P801174 // Éditeur responsable : Emeline Deroo - Chaussée des Prés, 42-44 à 4020 Liège - Tél : 0495 18 88 42 - Courriel : info@psytoyens.be - Réalisé avec le soutien du Ministre de l'Action Sociale, de la Santé et de l'Égalité des Chances de la Région wallonne et de l'Institut Wallon pour la Santé Mentale, asbl

ÉDITO

Chères lectrices, chers lecteurs,

L'été touche à sa fin et, alors que la lumière s'adoucit et les journées raccourcissent, l'agenda de l'automne se remplit, l'équipe s'agrandit et les projets se bousculent !

En effet, pour commencer, deux nouveaux travailleurs ont rejoint l'aventure psytoyenne. Nous vous les présentons dans ce numéro. Un nouveau comité de rédaction a également été mis sur pied tout récemment pour la publication de notre Journal. En outre, alors que l'été est souvent la promesse d'un rythme allégé, les membres de Psytoyens ont poursuivi leurs missions avec beaucoup d'énergie...

Tout d'abord, la réflexion continue sur l'évolution de la pair-aidance. La légitimité de cette pratique gagne du terrain depuis quelques années, d'une part grâce à l'implication d'acteurs engagés, d'autre part grâce à l'existence d'une formation des pairs-aidants (à l'Université de Mons), ce qui permet de conférer un cadre théorique et déontologique indispensable à cette activité. Nous ferons le point sur la professionnalisation de la pratique. Nous en profiterons pour vous présenter (s'il le faut encore !) une association, l'ASBL En route, qui œuvre avec ardeur à la reconnaissance de la pair-aidance en Wallonie et à Bruxelles.

Cet été a été aussi l'occasion de clôturer la publication d'un guide pour la création d'un comité d'usagers en défense sociale. Un prochain numéro du Journal y sera consacré.

Et puis, ces dernières semaines ont été bien occupées par la mise en place de nouveaux projets et la préparation des prochains événements, notamment ceux qui auront lieu pendant la semaine de la santé mentale (les détails se trouvent dans notre rubrique « Agenda »).

Nous proposons également dans ce numéro un « coin lecture », histoire de vous inspirer lors de votre prochain passage en librairie !

Enfin, nous aimerions donner une place aux propositions de contributions (analyse ou témoignage). Ami/e lecteur/trice, si tu te sens inspiré/e, écris-nous (psytoyens.ederoo@gmail.com) !

Emeline Deroo pour l'ASBL Psytoyens

PRÉSENTATION DES NOUVEAUX TRAVAILLEURS DE PSYTOYENS

Émeline Deroo

Est notre nouvelle chargée de communication. Elle coordonnera la publication du Journal Psytoyens, alimentera le site internet et la page Facebook et participera à l'organisation des divers événements qui s'annoncent prochainement. Après un doctorat en philosophie à l'ULg, Emeline a travaillé pendant plus de 4ans comme éducatrice et responsable d'unité dans un service résidentiel pour personnes adultes handicapées mentales.

POURQUOI AS-TU CHOISI DE VENIR TRAVAILLER À PSYTOYENS ?

« Je travaille également depuis peu comme animatrice à mi-temps au Centre Franco Basaglia. Avec cette nouvelle aventure dans l'équipe de Psytoyens, je suis fière de pouvoir travailler dans des associations où l'engagement citoyen est tout sauf un vain mot ! La santé mentale nous concerne tous, c'est la raison pour laquelle œuvrer à la reconnaissance de la parole de l'autre, même (et surtout) lorsqu'il est fragilisé, me paraît fondamental ».

Pour la joindre :
Mail : psytoyens.ederoo@gmail.com
Tél. : 0495/18.88.42

Marine Aerts

Est notre nouvelle chargée de projet. Elle s'investira, en collaboration avec Angélique Vrancken (coordinatrice), dans les différentes missions de représentation et de soutien menées par Psytoyens. Marine est bruxelloise mais elle est venue faire ses études dans la célèbre Cité Ardente. Les Liégeois l'ont rapidement séduite puisqu'elle s'est installée dans la ville après avoir décroché son diplôme d'assistante sociale. Passionnée par l'écriture, Marine a élargi ses horizons en se lançant dans une spécialisation en art-thérapie.

POURQUOI AS-TU CHOISI DE VENIR TRAVAILLER À PSYTOYENS ?

« Après avoir travaillé dans l'humanitaire, je voulais retrouver la dimension sociale qui m'avait poussée à faire mes études. Je connaissais déjà Psytoyens et suivais de loin cette association que j'admire pour son avant-gardisme. En effet, qui de mieux placé pour représenter les usagers de la santé mentale que les usagers eux-mêmes ? »

Pour la joindre :
Mail : psytoyens.maerts@gmail.com
Tél. : 0493/84.23.57

DES NOUVELLES DE LA PAIR-AIDANCE...

En Route ASBL a vu le jour fin mars 2014. Pourquoi « En Route » ? Parce que nous sommes, pour la plupart des membres, des usagers de la santé mentale en route sur le chemin du Rétablissement. Et nous participons chaque jour au changement de paradigme, au passage du modèle biomédical, où l'individu était une maladie avec des symptômes, à celui du psycho-médico-social, où l'individu est désormais une personne douée de forces à exploiter, d'un pouvoir sur sa vie. Ceci se traduit soit par nos présences aux réunions de travail liées à la réforme de la psychiatrie, soit par des sensibilisations tout azimut auprès des professionnels et dans les écoles....

L'ASBL a vu le jour à mon initiative. Usagère en santé mentale, j'étais, à ce moment, fraîchement diplômée assistante sociale. Après avoir effectué mon stage de dernière année à l'ASBL Psytoyens, je souhaitais vivement faire quelque chose de mon expérience de vécu de la maladie, du rétablissement et de ma connaissance des réseaux et des parcours de soins. Dès lors, il est apparu tout naturellement que le canal de la pair-aidance était le plus indiqué. J'ai lu sur le sujet, me suis beaucoup renseignée. J'ai fait mon TFE sur la pair-aidance et la création de l'ASBL...

Qu'est-ce que la pair-aidance (s'il faut encore le rappeler...) ?

Un Mouvement général de soutien par les pairs ; une fonction basée sur la proximité des vécus et les liens sociaux ; un ensemble de pratiques, de dispositifs et de philosophies de l'accompagnement des personnes en situation de précarisation « psycho-médico-socio-économique » ; une aide à construire, développer ou renforcer des paradigmes du rétablissement, de l'empowerment auprès des bénéficiaires et des équipes.

Qui sont les pairs-aidants ?

Des usagers/ex-usagers qui ont vécu l'expérience de la grande souffrance sociale et/ou psychique et des dispositifs de soins, qui ont développé des compétences et mobilisé des ressources pour y faire face. Ces personnes s'en sont « sorties suffisamment » (rétablissement), elles ont tiré un savoir de cette expérience de vie et surtout, elles souhaitent mettre leur expertise et leur savoir-faire (expérience de rétablissement) au profit d'autres qui vivent des expériences similaires. Les pairs-aidants sont dans une démarche active au niveau du soutien et/ou de la représentation de pairs. Leur expérience a été enrichie par les relations avec d'autres pairs. Certains s'informent et se forment.

Si ces définitions ne sont pas encore gravées dans le marbre, on peut dire qu'elles font pour le moment largement consensus dans la partie francophone du pays. Mais revenons à En Route...

Début donc de la grande aventure qui allait nous mener à des suivis individuels de patients à la recherche d'un mode de soins alternatif... En Route, c'est donc du travail concret de pair-aidance mais c'est aussi un travail de pro-

fessionnalisation de ce nouveau métier de pair-aidant. En Route, c'est un peu la cheville ouvrière de ce grand mouvement en Belgique francophone. En Route coordonne aujourd'hui la Plateforme de la pair-aidance sur Bruxelles et la Wallonie, c'est-à-dire l'instance qui regroupe les professionnels, les usagers ainsi que des membres du corps académique de l'Université de Mons (UMONS) qui dispense la formation à la pair-aidance. Cette plateforme chapeaute tout le processus de professionnalisation de cette nouvelle fonction et, au travers de groupes de travail, nous réfléchissons aux définitions, à l'élaboration d'un nouveau statut, à la formation, au coaching des professionnels, des pairs-aidants, à ce que serait une culture « d'entreprise » adéquate à l'implémentation de ce nouveau métier.

Où en sommes-nous à l'heure actuelle ?

Nous avons récemment fait parvenir un questionnaire aux membres de la plateforme pour connaître les points de vue sur différents sujets. Faisons le point sur les résultats de cette enquête.

1. Quant au choix du vocabulaire, prenons le terme « expert d'expérience » qui est connu et reconnu, surtout dans notre petite Belgique francophone, et la traduction presque littérale du terme usité par nos amis flamands : « ervaringsdeskundige ». Il semble que celui-ci tombera bientôt aux oubliettes au profit du terme – plus parlant et internationalement reconnu – de pair-aidant. On utilisera également désormais le vocable « entraïdance » pour parler d'une forme de soutien ne nécessitant pas forcément de formation.

2. Relativement à la formation, il est d'avis que le pair-aidant, qu'il soit bénévole, salarié ou indépendant, aura besoin d'une formation qualifiante. Il faut cependant différencier niveaux ou types de formation. On pourrait imaginer, à côté de la formation complète, un module de base se donnant un certain nombre de fois par an. Quant à la question : faut-il plusieurs organismes de formation ? Nous sommes partagés. Rappelons cependant que l'organisation d'une formation nécessite des moyens humains et financiers conséquents. Mon avis, en tant que fondatrice d'En Route, est le suivant : pourquoi donc ne pas garder un seul organisme, l'UMONS, qui a déjà acquis l'expérience de 3 années de formation, et déployer cette formation sur 2 jours/semaine au lieu d'un seul afin d'augmenter l'offre ? Il faut savoir qu'actuellement, l'UMONS est obligée d'opérer une sélection entre les candidats. Notons cependant que, si la demande est plus importante que l'offre, tous les candidats ne sont pas forcément de bons pairs-aidants potentiels. Les candidats peuvent ne pas encore être assez loin dans leur parcours de rétablissement ou prêts à s'engager dans une formation. Il faut tenir compte de cette donnée. Multiplier l'offre ne me semble vraiment pas un bon calcul. Ne vaut-il pas mieux perfectionner l'existant et – pourquoi pas ? – déplacer 1 ou 2 jours de formation en un lieu plus central, à savoir Namur ou Bruxelles ? Revenons à l'étude :

la validation des acquis et l'adhésion à une charte correspondant pour une grande majorité à l'équivalent d'une formation. Toute la question consiste à déterminer qui fera cette validation des acquis. La rédaction d'une charte nous semble aussi une grande priorité. En Route y a déjà travaillé avec la France et compte se mettre autour de la table avec l'UMONS très prochainement afin d'en élaborer une qui réponde aux spécificités de notre petit pays et de notre culture francophone...

3. Concernant la question du financement, nous avons imaginé à la plateforme une collaboration avec les projets Psy107 des différentes régions. Les porteurs de contrats par région Psy107 (promoteurs du projet de la réforme, à savoir les hôpitaux qui ont fermé des lits afin de financer des équipes mobiles de soins œuvrant dans le milieu de vie des patients) recevraient une enveloppe spécifique dédiée à la pair-aidance couvrant l'emploi d'un ou de plusieurs pairs-aidants ainsi que leur formation (celle-ci, actuellement gratuite, pourrait dès lors être subsidiée). Cette enveloppe serait gérée par le comité de réseau en collaboration avec la plateforme de la pair-aidance qui serait l'interface entre ceux-ci et les futurs pairs-aidants. Les institutions désireuses de compter un pair-aidant dans leurs équipes pourraient ainsi faire appel au dispositif. Voilà où nous en sommes actuellement...

Si nous rêvons encore beaucoup, il faut savoir que le fédéral s'intéresse de très près à la question. Il a en effet depuis peu mis en place une commission de concertation qui parle de pair-aidance ou de ervaringsdeskundigheid, nommée commission « experts de vécu » (encore un terme qui ne nous parle pas forcément ou plutôt qui recouvre actuellement une autre réalité installée depuis plusieurs années par le SPP Intégration sociale dans le domaine de la Précarité). Si la régionalisation prochaine du dispositif laisse peu de doutes pour ce qui est du statut, de la reconnaissance du métier de pair-aidant dans les différentes commissions paritaires avec des barèmes y attachés, nous osons espérer que l'impulsion financière de base viendra du Fédéral via les projets Psy107... un peu à l'image de ce qui se fait en France via les Agences Régionales de Santé avec les Médiateurs de Santé Pairs. En tout cas, nous, nous y croyons. La pair-aidance a le vent en poupe. C'est l'avenir d'un nouveau mode de soins, basé sur les liens de proximité, un nouvel outil permettant de lutter contre l'isolement et l'exclusion sociale.

Sophie Céphale

En Route ASBL - « La Pair-Aidance au service du Rétablissement pour et par les pairs en santé mentale »
Rue de l'Association, 15 1000 Bruxelles
0487/15 32 04
<https://www.enrouteweb.org/>

APPEL AUX DONS : LE FONDS INTERNATIONAL NOMINATIF VINCENT DE WOUTERS D'OPLINTER

Le Fonds soutiendra des projets d'aide au Processus de Rétablissement pour les personnes en fragilité psychique. A cet effet, il soutiendra notamment les associations liées à la pair-aidance en santé mentale.

FONDATION ROI BAUDOUIN
N° de compte : BE10 0000 0000 0404
BIC : BPOTBEB
Communication structurée : 018/0060/00064
Réduction d'impôt de 45% sur les dons à partir de 40 € (Art. 145/33 CIR)

Licencié en Sciences Economiques Appliquées, Vincent est ex banquier et ex Trainer IT. Rattrapé par le trouble de la bipolarité il y a 10 ans, il doit quitter le secteur bancaire. Il participe activement à la réforme de la santé mentale. Bien avancé dans le processus de rétablissement, il anime des Groupes de Parole pour « Le Funambule » et travaille en tant que pair-aidant (UMons 2016) pour « En Route ».

Psyrun - Dans le cadre de la journée mondiale de la santé mentale, différents partenaires du secteur de la santé mentale ont décidé de s'associer pour marquer l'événement sur le territoire liégeois, en organisant un jogging.

OÙ ? : Plaine de Cointe, Boulevard Gustave Kleyer, 4000 Liège

QUAND ? : le 6 octobre dès 13h

INFOS ET INSCRIPTIONS : <http://www.psyrun.be/infosetinscriptions/>

Marche pour l'accès aux soins, organisée par la LUSS

OÙ ? : Dans différentes villes de Wallonie

QUAND ? : Du 6 au 13 octobre

INFOS : www.luss.be - 081/74.44.28

For a Better Mental Health : Mobile Teams Connecting », conférence nationale organisée par le SPF Santé Publique

OÙ ? : Hotel Le Plaza, Boulevard Adolphe Max, 118-126, 1000 Bruxelles

QUAND ? : Les 18 et 19 octobre 2018

INSCRIPTIONS : https://apps.health.belgium.be/ordsm/02/f?p=FORMS_EXT:8000:577852015819

« Eclairons-nous » : Journée d'échanges usagers-proches-professionnels

OÙ ? : Centre l'ilon (salle Houyoux), Rue des tanneries, 1 à 5000 Namur

QUAND ? : Le 6 novembre, de 9h à 15h30

INFOS : www.rasanam.be/page/eclairons-nous-journee-usagers-proches-professionnels-6-novembre-a-namur.html

INSCRIPTIONS : secretariat@reseausantenamur.be

Programme complet de la semaine de la santé mentale organisée par le CRÉSaM : « Comment impliquer les personnes les plus fragilisées dans ce qui fait SOIN ? » <http://www.cresam.be/projets/semaine-de-sante-mentale/>

Durant cette semaine, plusieurs événements seront (co)-organisés par l'ASBL Psytoyens :

♦ Une table ronde aura lieu à l'asbl Psytoyens (Chaussée des Prés, 42-44, 4020 Liège) le mardi 9 octobre de 14h30 à 16h30 autour du thème « Comment porter les voix des usagers résidant en MSP ? ».

♦ Une autre table ronde sur ce thème aura lieu également à la MSP « Bois de la Fontaine » (rue du Vieux Chemin de Fer, 31 à Manage) le mercredi 10 octobre de 13h30 à 15h30

INFOS ET INSCRIPTIONS : Angélique Vrancken 0491/89.17.84 ou info@psytoyens.be

♦ Une matinée d'échanges, témoignages et activités ludiques autour des pratiques de rétablissement et de pair-aidance en santé mentale avec l'asbl En Route, l'asbl Psytoyens et le groupe « rétablissement et pair-aidance » d'ISoSL.

Le jeudi 11 octobre de 9h30 à 11h30 au Petit Bourgogne, rue Professeur Mahaim, 84 à 4000 Liège

INFOS ET INSCRIPTIONS : 04/224 62 74 - 04/224 63 52 - e.balthazart@isosl.be mn.levaux@isosl.be

LE GENDA



CAUSE-CAFÉ :

RENCONTRES-DÉBAT 2018

26/10 - Santé mentale, dernier rempart d'une société malade, approche centrée sur la personne ou collectivité ?

23/11 - Stigmatisation et auto stigmatisation

28/12 - !!! séance annulée !!!

OÙ ?

À La Maison Arc-en-ciel rue du Marché-au-Charbon, n° 42 - 1000 BRUXELLES

(à 2 pas de la Grand' Place)

QUAND ?

De 13h30 à 15h30

RENSEIGNEMENTS ?

Angélique Vrancken : 0491/89.17.84 ou info@psytoyens.be - www.psytoyens.be
Participation gratuite !

LE COIN LECTURE DE JEAN-PAUL

Robert CLARKE, Super cerveaux, des surdoués aux génies, PUF.

Intéressant et agréable, ce livre nous éclaire en prenant pour exemple des mathématiciens, des physiciens et des artistes célèbres.

Marshall ROSENBERG, Les mots sont des fenêtres (ou des murs), Ed. Jouvence.

Très intéressant, un livre de référence sur la communication non violente. A lire Absolument.

Emile MEURICE, Quatre « Jésus » déliants. Essai de compréhension, l'Harmattan.

Ce livre m'a particulièrement plu par sa tentative de rechercher dès l'enfance des signes avant-coureurs de la schizophrénie. Il est intéressant également car les cas suivis l'ont été durant de très longues périodes.

François BAUMANN, Burn out : Quand le travail rend malade, Ed. Josette Lyon.

Le burn out est à considérer comme une pathologie moderne, car elle est particulièrement provoquée par la vie moderne et est mieux identifiée que par le

passé. Ce livre est intéressant pour bien comprendre le ressenti des soignants, qui sont les premières victimes du burn out.

Jacques LESAGE DE LA HAYE, La mort de l'asile, Les Editions Libertaires.

Un bon livre. Il traite de l'enfermement des malades mentaux depuis les années soixante à nos jours. Le point de vue et le regard de l'auteur est très enrichissant. Le coté libertaire donne à ce livre une vision éclairante du sujet de l'enfermement en général.

Alain REINBERG, Le temps humain et les rythmes biologiques, Editions du Rocher.

Le style de ce livre est plus scientifique mais son contenu est remarquable.

David AUTISSIER, Elodie ARNEGUY, Petit traité de l'humour au travail, Editions Eyrolles.

Livre bien écrit et utile dans la vie de tous les jours, il apporte sa touche légère dans cette liste de suggestions.

Bonne lecture !



PSYTOYENS

OCTOBRE 2018

Comité de rédaction:
Sophie Céphale
Pascale Fransolet
Jean-Paul Noël
France Dujardin
Emeline Deroo

Mise en page :
Atelier « A l'Est »
d'Article 23 asbl

A l'Est



avec le soutien de la Région Wallonne