



© Clinique du Parc de l'Hôpital Psychiatrique du Beau Vallon et Action Ciné Média Jeunes.
Une photo issue du projet "Sensations folles", candidat à l'édition 2013 du Reintegration Award

REINTEGRATION AWARD 2014

APPEL À PROJETS

REINTEGRATION AWARD

Edition 2014

Synthèse des projets

Namur – 26 février 2015

1. Artothèque « Art-Pierre-Terre »

L'art permet de susciter la curiosité et de se forger une identité en amenant une nouvelle perception des choses et il possède 2 fonctions :

- a) celle de transmettre des normes sociales à travers les capacités à inventer, à prendre des décisions et à penser ;
- b) celle d'insérer socialement en reconnaissant l'individu comme responsable et singulier.

Le projet : créer une artothèque, permettre d'établir le lien à l'autre, à travers la diffusion d'œuvres artistiques réalisées par des usagers de services de santé mentale, participants artistes du « festival Art-Pierre-Terre ».

Depuis 2007, nous avons expérimenté un festival artistique qui s'appelle « festival Art-Pierre-Terre ». Il s'agit d'un festival de 4 jours, en pleine nature - fil d'Ariane -, avec un éventail d'expressions artistiques (sculpture, peinture, couleur-écriture, musique, land art, photo, expression théâtrale) qui rassemble 2 fois par an, une centaine d'usagers adultes de différents services internes et externes à notre association.

Cette expérience de festival est devenue, en tout cas, un outil dans la revalidation, la réintégration et l'émancipation de tous ceux qui sont porteurs de failles...

Elle vise à développer des qualités d'expression et de relation.

Elle contribue à reconnaître l'individu dans un champ social où il s'est fait une place, sa place.

L'œuvre n'existe qu'en présence.

Pour être, il faut un regard. Ce qui est donné à voir est un résultat. Il ne se donne pas comme un don du ciel mais il est une façon de porter sa pierre à l'édifice du lien social. C'est un engagement du sujet dans le social auprès d'autres sujets. Un sujet vivant va transformer un bout de réel en poésie, peinture, sculpture... et un autre sujet va recevoir cette transformation dans la position d'un témoin de l'inédit.

De cette rencontre même, du nouveau peut surgir et résonner encore auprès d'autres sujets.

C'est en cela que l'œuvre participe du lien social.

Comme un pont, les œuvres artistiques sont des moyens de communication et d'échanges.

Artothèque « Art-Pierre-Terre »

AIGS, Asbl  Rue Vert Vinâve, 60 à 4041 VOTTEM  04/228.89.89  aigs.mg@aigs.be

Contacts : Marc GARCET, Secrétaire général

Liliane GORDOS, Artiste et Conseillère à la direction dans le domaine art et créativité

2. Atelier « Espace Citoyen »

L'Atelier « Espace Citoyen » est un projet à l'initiative d'un partenariat entre le Service Provincial de Santé Mentale de Mouscron-Comines et le Service d'Accompagnement l'Echelle.

Il s'agit d'un atelier collectif pour des personnes adultes ayant un suivi psychosocial dans l'une des deux structures et étant en demande d'une prise en charge de type collective. La personne sera orientée vers l'atelier collectif suite à un travail thérapeutique instauré au préalable.

L'objectif principal de l'atelier collectif est la réintégration sociale de la personne. Nous souhaitons mettre en relation un individu avec un groupe qui pourrait être en partie représentatif du « système sociétal ». Par cette démarche, nous cherchons à combattre l'exclusion et la marginalisation.

Nos objectifs sont de sortir la personne de son isolement, de créer un sentiment d'appartenance à un groupe, de développer le sens de la communication et de sensibiliser la personne à certains savoir-vivre.

Pourquoi créer un atelier visant la réintégration sociale ?

Premièrement, parmi les personnes accompagnées par les deux services, certaines d'entre elles ont exprimé leur envie de sortir de chez elles, l'ennui occupant une grande place dans leur vie. D'autres ont formulé le souhait d'avoir des contacts avec d'autres personnes.

Le constat a également pu être fait que quelques bénéficiaires, actuellement à la recherche d'un emploi, sont très isolés. Ils ont dans l'idée que trouver un emploi apportera des solutions à toutes leurs difficultés. Dans l'attente, ils ne font rien de leur journée.

Deuxièmement, de nos jours, même si l'insertion sociale est reconnue comme un outil permettant de combattre l'exclusion et la marginalisation, elle est encore trop rarement considérée comme une fin en soi.

Alors que les actions pour insérer professionnellement les personnes se multiplient (multitudes d'offres de formations, pré-formations, de services d'insertion socioprofessionnelle, de job-coaching, de création de régies de quartier...), le Service d'Insertion Sociale de Comines-Warneton a récemment fermé ses portes.

Troisièmement, l'isolement géographique de la commune de Comines-Warneton est un sérieux frein pour les personnes fragilisées désireuses de participer à des activités adaptées dans des lieux sensibilisés à leur problématique, à l'extérieur de leur commune. Très peu d'utilisateurs sont capables de se déplacer jusqu'à Mouscron par exemple, ou encore de participer à une activité proposée dans une commune flamande voisine, faute de pouvoir s'exprimer en néerlandais.

Concrètement, l'atelier a lieu deux après-midi par mois et se déroule dans un local mis à disposition à la Maison de la Culture de Comines.

Dans un premier temps, ce sont les animatrices qui amènent les sujets abordés en groupe et cela va tendre progressivement à une implication des participants. Les thèmes abordés touchent toujours de près ou de loin à la citoyenneté et sont abordés à la fois de façon compréhensible pour tous et ludique (sous forme de quizz, jeux, ...).

Jusqu'à présent, les thèmes ont porté sur les économies d'énergie, l'accès à la culture, les traditions et le folklore belge, les services et organismes sociaux. Nous avons également eu l'occasion d'être actifs sur le plan culturel. En effet, nous avons visité quelques musées et vu une pièce de théâtre.

Dans le futur, nous avons espoir que grâce à leur implication au sein de l'atelier, les personnes pourront prendre une place plus active dans leur vie, avec des répercussions à tous niveaux. Nous espérons également que les personnes parviennent à sortir du réseau cominois et que la distance géographique ne soit plus un frein à une réintégration sociale.

Atelier « Espace Citoyen »

SSM Provincial de Comines ☒ Chaussée de Warneton, 20 à 7780 COMINES ☎ 056/55.71.51

✉ cpgp.comines@skynet.be - Contact : Adeline BONTE, Assistante sociale

Service d'accompagnement « L'Echelle » ☒ Rue Saint Joseph, 2 à 7700 MOUSCRON ☎ 0477/20.23.09

✉ echellevanessa@hotmail.com - Contact : Vanessa GRYZON, Assistante sociale

3. Atelier « Éveil musical »



L'atelier musical est le fruit d'une collaboration entre Equinox, projet social de La Chapelle Musicale Reine Elisabeth, l'école primaire d'enseignement spécialisé « Les Chardons », l'école d'enseignement spécialisé secondaire « Jean Bosco » et l'hôpital psychiatrique pour enfants et adolescents « La Petite Maison », trois institutions de l'asbl ACIS. Ce projet a pour objectif de permettre à des enfants et des adolescents souffrant d'une pathologie psychiatrique, souvent associée à des carences éducatives et sociales, de profiter de l'excellence musicale de La Chapelle Musicale Reine Elisabeth.

Cet atelier offre aux enfants une formation musicale à travers une méthode développée par Maria João Pires. Des musiciens de haut niveau viennent enseigner la musique aux enfants de manière intensive (une heure quatre fois par semaine).

L'objectif est de donner aux enfants l'accès au monde musical, à travers une activité structurée et socialisante qui aide les enfants à se développer tant au niveau d'un épanouissement personnel que collectif. Ces objectifs prennent une valeur toute particulière quand ils concernent des enfants qui, par leurs difficultés, se trouvent en situation d'exclusion sociale.

La Petite Maison s'engage à offrir un cadre structuré et sécurisant, garanti par ses équipes thérapeutiques dans un rituel quotidien.

Les apports de l'apprentissage de la musique dans le développement des enfants ont été étudiés. Un travail de réflexion sur les effets que cette activité peut apporter à cette population particulière est mis en place.



asbl - Association Chrétienne des Institutions Sociales et de Santé



Les Chardons

Atelier « Eveil musical »

La Petite Maison, Hôpital Psychiatrique pour Enfants et Adolescents, ACIS

☰ Rue des Acacias, 8 à 1450 CHASTRE ☎ 010/65.75.38

Contact : Marco FIGUEROA ARRIAGADA, Responsable d'unité ✉ marco.figueroa@acis-group.org

4. « Broyer du Noir »

Le projet s'adresse aux personnes qui souffrent de dépression et propose de les mettre en situation d'action et de création pour s'extraire un temps de leurs tourments et retrouver une certaine forme de joie. Ainsi le projet ambitionne de contribuer à améliorer la condition des personnes dépressives et pourrait être envisagé comme un complément des soins habituels.

Par le biais de la graphothérapie, soit de l'écriture ou de la peinture, le projet propose non seulement de donner un moyen de s'exprimer autrement, mais aussi de donner à voir, autrement dit de parler de la dépression, de briser le silence qui entoure cette maladie en particulier.

Cette forme de médecine alternative donne aujourd'hui certains résultats, comme l'illustrent les études de James Pennebaker, directeur du département de psychologie à l'Université d'Austin au Texas.

« Broyer du noir » est une expression de la langue française, couramment utilisée au sens figuré, qui permet de décrire un état d'esprit mélancolique caractéristique de la dépression.

Couleur des ténèbres, de la mort, de l'enfer, le noir est souvent perçu comme une couleur négative. Cependant, dans son ouvrage « Noir : histoire d'une couleur », Michel Pastoureau démontre que cette couleur est également associée à la fertilité, la tempérance, la dignité, l'autorité, l'élégance et la modernité.

D'origine germanique, broyer tire son étymologie de « brekan » signifiant « briser ». Broyer signifie réduire en poudre. C'est une action qui suppose une transformation. Au sens figuré, ce verbe est synonyme de détruire, anéantir et débarrasser. Le geste apparaît relativement violent, mais suppose un renouveau.

Dans ce contexte, l'objectif du projet est de transformer du sens figuré au sens propre l'expression « broyer du noir », comme les peintres le faisaient avec leurs pigments.

Le projet se matérialise sous la forme d'un ensemble de plusieurs éléments : du charbon, un pilon, un mortier, de l'huile de lin, ainsi qu'une plume et un pinceau. L'utilisateur doit littéralement broyer le charbon ; puis le mélanger à l'huile de lin dans un mortier de façon à fabriquer l'encre.

Muni d'une plume ou d'un pinceau, l'utilisateur devient créateur. Il peut utiliser la préparation à sa guise et laisser libre cours à son expression. Les idées noires peuvent ainsi être jetées sur le papier, finalement expulsées.

L'acte de création lié au changement d'état physique de la matière illustre par métaphore la transformation d'un état mental négatif vers un état positif.

« Broyer du Noir » a pour intention de déstigmatiser les problèmes liés à la santé mentale en offrant les outils et les moyens de s'exprimer et d'extérioriser ses tourments. Le choix de l'expression universelle permet une meilleure compréhension du problème.

Broyer du Noir

Centre Bruxellois de la Mode et du Design, ASBL

☒ Place du Nouveau Marché aux Grains, 10 à 1000 BRUXELLES

Contacts : Pierre-Emmanuel VANDEPUTTE, Designer industriel ☎ 0488/65.54.55 ✉ info@pevdp.com

Olivier GILSON, Responsable des ateliers ☎ 0477/37.95 80 ✉ olivier.gilson@madbrussels.be

5. « Ce que je veux montrer de moi » Atelier d'expérimentation et de création vidéo

Notre souhait en déposant ce dossier de candidature est de diffuser et de partager à un large public la vidéo créée lors d'un atelier d'expérimentation et de création.



Cette réalisation est le résultat d'un projet novateur au sein de l'asbl Psynergie, Initiative d'habitations protégées.

Durant un mois de tournage, un groupe de 20 participants accompagnés de la réalisatrice ont filmé un peu d'eux-mêmes, de leur intimité dans le respect de chacun et dans une ambiance détendue.

Les ateliers ont consisté en des moments d'écriture collective, des micros-trottoirs, des témoignages, des échanges et des discussions. La vidéo finale est un condensé des nombreuses heures gravées sur la pellicule...

Ce projet est avant tout une belle aventure humaine ; il a permis de mettre en valeur la singularité et les atouts de chaque personne, évitant les généralités, il déstigmatise les personnes souffrant de maladie mentale.

Cette expérience artistique est un réel succès, elle est porteuse de sens et dynamique.



Nous souhaitons continuer sur cette lancée en proposant à nouveau des projets collectifs. Pour ce faire, nous devons faire appel à un artiste/animateur, à toute notre énergie et notre imagination afin de trouver les fonds et les idées pour les futurs ateliers.

Céline Ferrazza, Vinciane Zech, les participants de l'atelier et toute l'équipe de Psynergie.

« Ce que je veux montrer de moi »

Asbl Psynergie, Initiative d'habitations protégées

☰ Rue Tillieux, 9 à 5100 JAMBES (Namur) ☎ 0495/57.58.81 ✉ psynergie.jambes@wol.be

Contact : Celine FERRAZZA, Référente et Co-responsable du Centre d'activités

6. Cité Nous



« Cité Nous », une association d'usagers en santé mentale, créée dans le cadre de la réforme « Psy 107 ».

L'association existe depuis septembre 2012.

Elle est constituée d'usagers en santé mentale.

Partage d'expériences personnelles :

Les usagers qui le désirent peuvent porter leur expérience personnelle, aider et informer d'autres usagers avec la possibilité d'un échange.

Les réunions :

Tous les mercredis de 9h30 à 12h00.

Les présentations :

Le premier mercredi du mois.

Devenir membre :

Venez à une réunion ou une présentation. Nous vous accueillerons.

Intervention de professionnels :

Des professionnels de la santé mentale ou d'horizons divers sont invités à présenter leur spécialisation afin d'informer les usagers mais aussi de les sensibiliser.

Objectifs :

- sensibilisation des personnes extérieures à la maladie mentale et au mal être qu'elle engendre (tout le monde peut être touché de près ou de loin) ;
- entraide et soutien entre usagers, notamment par le partage d'expériences (savoir que l'on n'est pas seul) ;
- représentation des usagers : participation à des réunions avec des professionnels de la santé et des représentants politiques pour porter le point de vue des usagers ;
- casser l'image d'exclusion de la maladie mentale, déstigmatisation ;
- soutien et défense des droits des usagers. Soutien au respect et à la dignité humaine.

Cité Nous

☒ Drève de Maire, 22 à 7500 TOURNAI

Contacts : Rémy DURIEUX, Président ☎ 0479/41.52.15 ✉ remydurieux781@gmail.com

Christian DETHISE, Vice-président ☎ 0479/29.59.12 ✉ christian.dethise@gmail.com

7. Conseil d'usagers - Namur

Le Conseil d'usagers est une initiative créée dans le cadre du **Réseau Santé Namur** (réseau 107 mis en place à Namur dans le cadre de la Réforme « Vers de meilleurs soins en santé mentale »), en collaboration avec l'**asbl PSYTOYENS**.

Le Conseil d'usagers est un espace d'**échanges** réunissant les usagers (ou ex-usagers) de services en santé mentale qui souhaitent :

- partager leurs **expériences** ;
- faire entendre leur **voix** ;
- élaborer des **recommandations** à l'attention des professionnels du réseau de soins ;
- permettre l'évolution de la **qualité** des soins en matière de santé mentale sur Namur.

Le Conseil souhaite encourager le **dialogue** entre les usagers de la santé mentale, ainsi qu'avec les professionnels. Cela se passe, notamment, au travers de l'organisation de journées d'études entre usagers et professionnels (appelées « Eclairons-nous »), permettant de mettre les recommandations des usagers en dialogue et en débat avec les professionnels.

Le Conseil d'usagers est basé sur la notion d'empowerment (récupération du pouvoir d'agir). En participant au Conseil d'usagers, les usagers nous disent agir successivement et/ou simultanément sur 3 plans :

- « m'investir dans quelque chose/me sentir utile » ;
- « augmenter mon assurance et ma confiance en moi/mettre en avant mes compétences » ;
- « poser un acte citoyen/avoir une parole qui compte et qui peut être entendue ».

Conseil d'usagers - Namur

Réseau Santé Namur  Avenue Cardinal Mercier, 69 à 5000 NAMUR

 081/40.88.99  coordination@reseausantenamur.be

Contacts : Paul LAURENT, Représentant d'usagers

Didier DE RIEMACKER, Coordinateur du Réseau

8. Conseil d'Usagers du projet 107 - Région Hainaut

La réforme des soins de santé mentale qui s'opère en Belgique depuis 2009 contient la volonté de placer les usagers comme partenaires dans la réflexion et la concrétisation de l'amélioration des soins. Cette réforme veut favoriser les processus de rétablissement et d'empowerment auprès des professionnels et des usagers.

Le Projet 107 Hainaut (Mons-Leuze-Wez) a traduit cette volonté en soutenant la mise en place d'un Conseil d'Usagers. L'expérimentation a démarré en novembre 2012 et commence à produire des effets. Usagers et professionnels sont amenés à construire un nouveau partenariat, à dépasser les phénomènes de stigmatisation et d'autostigmatisation. Des liens s'établissent avec l'action communautaire. La coopération s'amplifie entre les professionnels, le management institutionnel et les usagers.

Le Conseil d'Usagers devient un espace possible de transformation identitaire. Il devient un support disponible dans une trajectoire de rétablissement grâce à l'expérimentation in vivo de l'appropriation individuelle, groupale, communautaire de la démarche de participation.

Le Conseil d'Usagers se veut un appui pour la mise en place de groupes d'entraide mutuelle : il recommande aux professionnels la création d'un groupe de parole et d'un café-citoyen.

Une autre initiative soutenue par les professionnels concerne un groupe d'entraide pour les hallucinations auditives : les entendeurs de voix.

Enfin, le Conseil d'Usagers examine la possibilité de se structurer de manière plus formelle pour exercer sa fonction de représentation dans les instances du Projet 107 Hainaut.

Des usagers ont entrepris de se former auprès de Psytoyens.

Des usagers commencent à participer aux lieux institutionnels du Projet 107 Hainaut, assis aux mêmes rangs que les professionnels.

Il est aussi question, maintenant, que l'association s'organise en ASBL, pour accroître sa visibilité et son indépendance.

Mais ces processus émergents sont fragiles. Ils demandent encore un soutien de la part des professionnels, même si l'objectif est d'aller progressivement vers une autonomisation.

Le Conseil d'Usagers est amené à se préoccuper des moyens financiers nécessaires au déploiement de ses actions. La candidature au « Reintegration Award » est une première tentative de se faire reconnaître à l'extérieur. Elle offre l'opportunité d'obtenir un fonds financier d'impulsion et de consolider cette aventure humaine et citoyenne.

Sortir des murs de stigmatisation, soutenir le regard, soutenir une parole, avec d'autres.

Recréer du lien.

Se relever et reprendre une place dans la cité.

S'associer et œuvrer à une certaine solidarité.

Conseil d'Usagers du projet 107 - Région Hainaut

Maison du Réseau ☒ Rue du onze novembre, 20 à 7000 MONS

☎ : 065/73.11.86 ✉ Jean-Marie.warichet@chpchene.be

Contacts : Claire GANZITTI et Philippe (Conseil d'Usagers)

Jean-Marie WARICHET (Réseau)

9. De Soin à Soi

« *Le manque de soin fait plus de mal que le manque de science* »

Benjamin Franklin

N'ayant plus envie de répondre aux difficultés du patient par des médicaments ou des contraintes, il nous semblait très naturel d'explorer d'autres pistes pour apaiser, aider, soigner ... Choisissez le terme qui vous semble le plus approprié.

Le toucher, un sens si souvent oublié dans la pratique de la psychiatrie, est un des premiers modes d'entrée en relation à l'autre. Partant de cette réflexion, nous avons imaginé les différents moyens exploitables pour créer **De Soin à Soi**.

Nous sommes partis de cette simple idée pour pouvoir aborder le patient différemment en joignant au toucher le reste des sens. Au niveau visuel, nous avons réalisé une pièce cocoon tant dans le choix des matériaux que dans celui des couleurs. Pour le côté olfactif, c'est une ambiance choisie et individualisée qui attend le patient grâce au panel de produits qu'offre l'aromathérapie. Il ne manquait à cette douce harmonie que l'ambiance musicale appropriée chère à l'esprit de notre service.

C'est grâce à une collaboration, une concertation, un dynamisme, une ouverture d'esprit entre le médecin psychiatre, la chef de service, l'équipe et la direction que nous avons pu planter ce décor plus qu'inspirant à la réalisation de notre future activité...

Nous sommes quatre soignants, d'expériences et d'orientations différentes, à avoir conceptualisé et finalisé cet atelier de bien-être où nous proposons des massages du corps et du visage, des soins de manucure et de pédicure, de la coiffure, des soins du visage et divers soins cosmétiques... La liste est encore longue et adaptative pour arriver au même but : relancer l'estime de soi, apaiser, diminuer les tensions, reconnecter les circuits du plaisir, soigner.

« *Qui mieux que vous sait vos besoins ? Apprendre à se connaître est le premier des soins...* »

Jean de La Fontaine

De Soin à Soi

CRP Les Marronniers, service Les Tamaris ☒ Rue Despars, 94 à 7500 TOURNAI

☎ : 069/88.03.08 ✉ tama@marronniers.be

Contact : J. FONCOUX, Directeur général faisant fonction

10. «Dis-moi, en corps»

Atelier d'éveil et stimulation au corps et au langage à visée préventive en pouponnière

Nous souhaitons développer l'aspect de prévention dans le domaine de la toute petite enfance. En effet, de par l'observation de ces enfants, de leur vécu et de leurs troubles dans le cadre de l'activité du service de santé mentale, il nous est apparu primordial de centrer notre intervention sur les premières années de leur vie afin de leur assurer le meilleur développement global possible, d'agir préventivement avant que les troubles ou difficultés d'apprentissage et de développement psychoaffectif s'installent durablement.

Les institutions telles que la pouponnière prennent en charge un grand nombre d'enfants et rencontrent des difficultés à organiser vers l'extérieur des activités d'épanouissement favorisant leur développement. Nous souhaitons donc aller à leur rencontre en organisant notre atelier au sein même de ces institutions. De plus, cette activité serait réservée à des enfants qui ne bénéficient pas ou peu de thérapie, d'activités ou de soutien relationnel extérieur.

Nous pensons par ailleurs novateur l'idée d'allier les (deux ?) spécialités que sont la logopédie et la psychomotricité relationnelle, le développement corporel au développement langagier au sein d'un même atelier.

Les intervenants vont créer des lieux (espace) des moments (temps) où l'enfant pourra développer ses compétences en fonction de son développement. L'atelier sera un lieu, semblable au terrain d'exploration, où chaque enfant expérimente, s'affirme, crée, partage, communique ses expériences, son ressenti, ses questions, ses intérêts et où il pourra y développer ses compétences personnelles. On y apprendra aussi à vivre en groupe, à respecter l'autre, à intégrer un cadre et des règles (ne pas casser, ne pas se faire mal, ne pas faire mal), à développer le lien social (respecter un tour de parole, attirer l'attention, faire une demande et trouver sa place dans le collectif).

Les enfants qui grandissent en pouponnière peuvent présenter des troubles liés à leur vécu souvent carencé, voire une fragilité au niveau relationnel dans le sens d'une difficulté à s'attacher ou d'une trop grande adhérence à l'autre. La qualité de la relation amenée par les intervenants viserait à permettre à l'enfant à mieux se situer dans le lien à l'autre. Le corps, comme lieu de perception et de communication, permettant une médiation vers l'extérieur et menant au développement du langage.

Nous espérons que ces séances à visée préventive conduiront progressivement les enfants du plaisir d'agir (construire, détruire, se mouvoir) au plaisir de se différencier de l'autre, de penser, d'anticiper, de se projeter et au plaisir de dire et de se raconter à l'autre (construction du sujet). L'atelier sera pour eux un lieu pour apprendre à jouer ensemble. Ainsi dans la salle, ils ne seront pas livrés à leurs seuls désirs et pulsions mais aussi à l'évolution vers d'autres plaisirs et d'autres moyens pour appréhender le monde (symboliser, construire, organiser, structurer). La psychomotricité et la logopédie reprises dans une dimension relationnelle pourront contribuer à cette harmonisation, à ce nouage entre le corps et le discours.

« Dis-moi, en corps »

SSM Psycho-J  Rue Hors-Château, 59 à 4000 LIÈGE

 : 04/223.55.08  psychoj@scarlet.be

Contact : Julie JACQUART, Directrice thérapeutique

11. Ecotone



Espace de transition

Le programme **Ecotone** a été développé pour répondre aux besoins des jeunes adultes présentant un 1^{er} épisode de décompensation psychotique.

Les graves troubles psychiatriques comme la psychose débutent le plus souvent à l'adolescence ou au début de l'âge adulte ; périodes cruciales dans l'établissement des compétences personnelles, sociales, et professionnelles de la vie adulte ultérieure. Notre pratique de terrain nous a souvent confrontés à la situation particulière de ces jeunes adultes hospitalisés pour la première fois en raison de l'avènement d'un premier épisode de décompensation psychotique. Nous avons pu constater à quel point la prise en charge psychiatrique « standard » pouvait parfois être inadaptée, voire violente au vu des particularités de cette population. De ce constat est née la volonté de développer un projet spécifique de prise en charge, axé sur **l'accueil** de la personne et la « **déstigmatisation** » du contexte psychiatrique : ECOTONE.

Ecotone est implanté au sein du service CADRAN (ISoSL) et est le premier programme spécifique d'intervention précoce en Belgique francophone qui propose une prise en charge spécifique et adaptée à la population décrite.

L'objectif du programme est de diminuer l'impact de la crise psychotique sur la vie de la personne et de son entourage, de diminuer le nombre et la sévérité des rechutes psychiatriques et de participer à la réinsertion socioprofessionnelle de la personne tout en contribuant à la déstigmatisation de la fragilité psychotique auprès des personnes concernées et de la population générale.

Le programme clinique d'Ecotone s'articule autour d'un pôle hospitalier et post-hospitalier et fonctionne en étroite collaboration avec les services d'intervention dans le milieu de vie et l'ensemble des intervenants du réseau de soins et du réseau socioprofessionnel local.

L'offre de soins a été développée selon les standards internationaux et comprend des entretiens d'accueil de la personne et de son entourage, des consultations psychologiques et psychiatriques, la réalisation de groupe d'éducation à la crise pour la personne et son entourage, le développement de groupe de soutien pour la personne et son entourage, des entretiens de concertation avec le jeune et les intervenants de son réseau social et de soins, ainsi que l'accompagnement et le soutien du jeune vers les différentes structures et les différents intervenants impliqués dans sa réinsertion. L'offre de soins est rendue disponible par l'implication d'une équipe pluridisciplinaire comprenant des « case managers » et d'une équipe mobile.

Au-delà de la philosophie et de l'offre de soins développées dans la prise en charge, le programme prévoit aussi la réalisation de séances ou de campagne de sensibilisation et de déstigmatisation de la crise psychotique non seulement auprès de la population directement concernée mais aussi auprès de la population générale afin de faciliter l'accès aux soins et l'intégration du jeune adulte présentant une première crise dans la sphère socioprofessionnelle. Nous pensons que de diminuer le décrochage socioprofessionnel et ouvrir à la déstigmatisation de la crise psychotique sont des concepts clés en matière de réintégration de personnes fragilisées par une première crise psychotique et une première hospitalisation.

Critères d'inclusion

- Personnes âgées entre 18 et 35 ans,
- Avec suspicion de psychose
- Vivant dans la région liégeoise,
- Jamais hospitalisées,
- N'ayant pas bénéficié d'un traitement neuroleptique pendant plus de 6 mois,
- Sans déficience mentale profonde ou de trouble envahissant du développement,
- Sans toxicodépendance (excepté alcool et cannabis).

Ecotone

ISoSL Secteur (A) Santé Mentale (service CADRAN) ☒ Rue Basse-Wez à 145 LIÈGE

☎ : 04/224.62.54 ✉ f.monville@isosl.be

Contact : Dr Françoise MONVILLE, Médecin psychiatre, responsable du service CADRAN/projet ECOTONE

12. Ecrire : témoigner l'expression singulière de sa voix/voie

Ecrit collectif - Bénéficiaires de soins & Intervenants

L'idée d'écrire à propos de l'hospitalisation en psychiatrie, est née lors de la création de l'affiche en 3D présentant le travail du groupe « projet de vie » qui devait être présentée dans un colloque au Canada en Novembre 2015.

Cette affiche est conçue comme un triptyque dont chaque tableau est découpé horizontalement en trois parties. Le haut concerne les interventions qui viennent de l'hôpital et/ou de l'extérieur ; la partie médiane présente un chemin d'hospitalisation « standard », créé sur base des témoignages de patientes de la Clinique du Parc et le bas reprend les modalités de travail du groupe « projet de vie ». Chaque volet présente un moment de l'hospitalisation : le temps de la crise, le temps de la stabilisation et le temps de l'amélioration.

Cette affiche a été présentée trois fois : lors de la journée « Eclairons-nous » de Psytoyens en 2014. A deux reprises aux classes de 3^{ème} année d'infirmiers en psychiatrie de l'école Ave Maria à Saint Servais, par un groupe de patientes et les co-animatrices du groupe « Projet de vie ». Les débriefings ont montré, de façon évidente, que nous devons garder trace des différents témoignages apportés par les patientes. Très vite une notion s'est imposée : une partie de l'affiche concerne la parole aux patientes. En ce qui concerne la part supérieure, elle appelle le témoignage des intervenants. Et la portion inférieure invite les initiatrices du groupe « Projet de vie » à expliciter le concept de cette activité et à préciser la méthode de travail du groupe tout au long de l'hospitalisation.

L'intérêt de réaliser un écrit collectif est de donner la parole aux patientes et aux intervenants, dans un souci de stimuler un partage authentique des vécus, ressentis et sentiments de chacun. Les modalités de travail proposerons des tâches soit individuelles, en petit ou grand groupe. Chacun étant invité à respecter la production des autres dans un souci d'accueillir les différents points de vue comme des enrichissements, et les critiques comme des moyens d'améliorer les situations évoquées. Chacun pourra s'exprimer suivant le procédé qui lui convient le mieux mais toutefois compatible avec la production d'un livre (qui est l'objectif final de ce projet). Les techniques proposées sont entre autres : l'écriture, le découpage/collage, le dessin, des apports d'auteurs : textes, poèmes, chansons ; ...

Il est prévu dans le projet de nommer un comité de rédaction qui se chargera de stimuler l'action, rassembler les productions, proposer la mise en page, trouver les moyens financiers, ... Enfin pousser à la publication.

Toute personne qui fréquente la Clinique du Parc a une place dans ce projet. Nous sommes invités à collaborer à une réalisation commune incitatrice d'une réflexion globale sur l'hospitalisation en psychiatrie comme : « un temps de grande détresse et de souffrances insupportables, consacré à la réappropriation de son moi réel et à la connaissance de la maladie qui m'atteint, au travers d'un accompagnement thérapeutique personnalisé ».

Cette aventure audacieuse est proposée à toute personne attachée à la Clinique du Parc, intéressée par ce projet et voulant s'y impliquer. Chaque acteur parlera avec conviction de : ses savoirs, ses avoirs faire, son savoir être et son savoir devenir.

Ecrire : témoigner l'expression singulière de sa voix/voie

Clinique du Parc – Hôpital Psychiatrique du Beau Vallon

☞ Rue de Bricgniot, 205 à 5002 SAINT SERVAIS (Namur)

☎ 081/72.18.13 ✉ martine.dermine@beauvallon.be

Contact : Martine DERMINE, Ergothérapeute

13. En Route vers le chemin du Rétablissement via la Pair-Aidance !



« En Route » est une A.S.B.L. qui a pour but le développement du nouveau métier de « pair-aidant » et l'amélioration de la qualité de vie des usagers en santé mentale ainsi que des soins dont ils bénéficient. Au travers de ce nouveau métier, il s'agit pour les usagers de la Santé Mentale de retrouver un emploi adéquat dans lequel la personne est acceptée dans son intégralité. D'où la dé-stigmatisation de la personne. La Pair-Aidance est donc un projet de réintégration qui sous-tend que cet ex-usager soit suffisamment rétabli afin de pouvoir devenir pair-aidant à son tour. Il s'agit également de l'aide apportée aux usagers par leurs pairs.

Il y a également tout un processus de sensibilisation du secteur professionnel à mener afin que la Pair-Aidance puisse devenir une fonction en tant que telle et puisse être rémunérée. Pour commencer, le projet sera développé sur la Région bruxelloise avec pour but d'étendre le projet à toute la Belgique francophone.

Nous travaillons en partenariat avec l'ASBL PSY'CAUSE dont nous bénéficions de l'expertise d'un travail de terrain déjà opérationnel sur Liège et sur Verviers. Notre modèle d'aide au Rétablissement par les Pairs est assez similaire au modèle des Alcooliques Anonymes également.

Ce projet est important pour la dé-stigmatisation de la maladie mentale dans notre société

Notre projet se compose de différentes phases :

- (1) se faire connaître ;
- (2) obtenir des moyens financiers ;
- (3) entamer le travail de sensibilisation et de Pair-Aidance en tant que tel.

Nous en sommes actuellement en phase 1 et 2 : internet, flyers, présentations dans les institutions, partenariats (Projet 107, Psytoyens, Psy'Cause...), postes stratégiques dans des groupes de travail (Conseil National Des Etablissements Hospitaliers, groupe de travail psychiatrie), réunions, conférences, colloques, groupes de parole...

En ce qui concerne la partie du projet « programme de formation à la Pair-Aidance », nous avons un contact avec Pascale Jamouille et attendons des nouvelles pour la mi-2015. Nous programmons également des contacts avec les SSM, centres de jours, hôpitaux de jour et CPAS.

Nous craignons de devoir affronter comme obstacle la résistance et le paternalisme des professionnels avec un risque également d'essoufflement du projet entraînant un découragement si les subsides ne rentrent pas.

Nous prévoyons des réunions d'équipe à raison de 2X par mois. A chaque réunion, une évaluation de la progression du projet sera faite.

En Route vers le chemin du Rétablissement via la Pair-Aidance !

En Route ASBL ☒ Avenue Valduchesse, 2B à 1160 BRUXELLES

☎ 0487/37.35.26 ✉ sophiecephale@enrouteweb.org

Contact : Sophie CÉPHALE, Déléguée à la gestion journalière

14. Etre autonome, ça s'apprend...



L'école spécialisée Saint-Exupéry à Leernes accueille un public d'enfants défavorisés ayant divers types de handicaps. Le projet concerne nos classes d'élèves atteints d'autisme et de trisomie 21. Ces élèves se trouvent sur l'implantation de Gozée, qui répond à leurs besoins du quotidien.

Nous avons comme projet de leur apprendre l'autonomie : pouvoir se débrouiller dans la vie de tous les jours tant pour leur présent que pour leur futur. C'est pourquoi, nous essayons de leur expliquer les différents rôles des commerces, des banques, de la poste, des hôpitaux ...

Rien de tel que de se rendre sur place, afin que cela devienne concret pour eux.

Quelques activités sont déjà réalisées au sein de l'école mais les déplacements ne sont pas toujours envisageables pour des raisons de localisation qui freinent le développement à long terme des projets d'autonomisation.

Exemples de projets se déroulant à l'école :

- achat de collations vendues lors des récréations ;
- achat de collations mangées en classe ;
- activités patinoire et piscine ;
- organisation de marchés de Noël (internes et externes).

L'école se situant à l'écart de la ville, il nous est difficile de nous rendre à pied ou même d'utiliser les transports en commun au quotidien.

L'équipe éducative a pensé à l'achat d'un mini bus afin de faciliter les déplacements et pouvoir travailler ce projet au quotidien.

Voici un exemple d'activité qui pourrait être réalisée si notre projet d'achat d'un mini-bus arrive à son terme : Mise en place du projet ⇒ Motivation (Que faire avec l'argent récolté du marché de Noël organisé par les élèves ⇒ Théorie (Qu'est-ce qu'une banque ? Que peut-elle nous proposer comme services ? Rechercher l'adresse de la banque via internet, numéro de téléphone dans le bottin...) ⇒ Pratique (Se rendre sur place, créer un compte, utiliser le distributeur automatique,...).

« Etre autonome, ça s'apprend »

Ecole spécialisée secondaire Saint-Exupéry ☒ Rue de l'abbaye d'Aulne, 2 à 6142 LEERNES

☎ 071/51.98.08 ✉ melanie.cacciatore@ecolesaintexupery.be

Contact : Mélanie CACCIATORE, Enseignante

15. Groupe d'analyse de situations de travail

Le Cites Clinique du Stress et du Travail (service ambulatoire extra-hospitalier d'ISoSL, secteur Santé mentale) et l'Unité de soins Les Pléiades (unité de psychologie médicale d'ISoSL, secteur Santé mentale) s'associent depuis 2009 afin de proposer à leur public respectif des ateliers de gestion du stress ayant pour objectif d'informer, de renforcer les ressources et d'améliorer l'autonomie des participants. La mixité du groupe (hospitalisés/ambulatoires tout venant) a pour but de déstigmatiser la maladie mentale et de faire qu'aussi bien les personnes hospitalisées que les personnes venues consulter en ambulatoire ou même le tout venant qui ne consulte pas, partagent entre eux des problématiques vécues. Les publics de Pléiades et du CITES ont des similitudes dans la symptomatologie qu'ils présentent, mais ne sont pas au même stade d'évolution de la maladie. Il s'agit d'adultes et jeunes adultes, hommes et femmes, souffrant de troubles névrotiques, anxieux, dépressifs, somatoformes, de l'adaptation, de pathologie psychosomatique, liés au stress post-traumatique et de plus en plus de syndromes tels que le burnout ou de problématiques en lien direct avec le travail.

Le projet consiste à mettre en place des groupes mixtes (hospitalisés/ambulatoires), au cours desquels, selon une méthodologie spécifique de réflexion en groupe, les situations propres à chacun *concernant le travail et la reprise du travail* seront discutées, analysées, interprétées et l'objet de propositions de résolution par le groupe. En effet, lors des ateliers « stress » déjà en place, de nombreuses demandes des participants de travailler des situations problématiques *concernant le travail et la reprise du travail* ont émergé. Nous en sommes à la phase de coordination avec Pléiades (recherche bibliographique et 2 groupes pilote sur la méthodo ayant déjà été réalisés).

Les trois objectifs principaux de ces groupes sont :

- de favoriser le maintien, l'insertion et/ou la réinsertion au sein du milieu de vie et en particulier du travail;
- de renforcer la solidarité ;
- de renforcer la déstigmatisation de la maladie mentale.

Pérennité du projet : la configuration spécifique du CITES (prestataires indépendants) constitue un obstacle à l'accès aux groupes pour les personnes plus précarisées, mais dès que celui-ci sera mis en route, l'idée serait de former le personnel soignant de Pléiades (ou autre partenaire, service) intéressé et disponible (en fonction de l'organisation de leur service) afin qu'il puisse reproduire le projet à moindre coût. Cette configuration permettrait d'assurer la pérennité du projet.

Groupe d'analyse de situations de travail

ISoSL, Santé mentale, Service extrahospitalier CITES, Clinique du Stress et du Travail et Unité de soins « Les Pléiades »

☞ Rue Basse-Wez, 145 à 4020 LIÈGE

☎ 04/341.78.11 ✉ a.burlet@isosl.be

Contact : Anne BURLET, Coordinatrice CITES Clinique du Stress et du Travail

16. Housing First - SMES-B

L'approche du Housing First propose une sortie immédiate de la rue par le logement permanent, sans passer par la case réadaptation, à des personnes qui cumulent des problèmes de santé mentale et d'assuétudes. Le logement est ici considéré comme un droit fondamental pour tous et comme la condition première au rétablissement de la personne. Il apporte une stabilité et une sécurité qui permettent de se reconstruire, de retrouver sa dignité et de recouvrir ses droits. Le Housing First ne se limite pas à fournir un logement : il met en place, sur mesure, un accompagnement mobile, potentiellement intensif et adapté aux besoins de chaque personne, lui permettant de retrouver sa place dans la communauté.

Les aspects locatifs et administratifs sont gérés par un responsable spécifique tandis que le soutien psycho-social est pris en charge par trois accompagnateurs. L'accès au logement n'est pas conditionné au suivi d'un traitement et les seules obligations sont le paiement du loyer, le respect des voisins et la rencontre de l'équipe au minimum une fois par semaine. L'objectif est de permettre à la personne de se rétablir et d'augmenter son autonomie décisionnelle par rapport à sa vie et à la gestion de sa maladie mentale. Avec son accord, l'équipe l'accompagne dans la constitution d'un réseau de soins adaptés.

Grâce au logement, la personne est déstigmatisée et peut se réintégrer à son rythme dans la société. Elle accède à un appartement qui ne peut pas être identifié comme étant lié à un projet, selon un bail classique, comme n'importe quel citoyen. Les logements sont dispersés dans la ville afin de faciliter une meilleure intégration sociale.

Dans son logement, la personne gagne en sécurité et en bien-être. Elle retrouve petit à petit sa dignité. Elle a du temps pour se reconstruire. Avoir une adresse lui redonne également accès à l'ensemble de ses droits sociaux. La permanence du logement permet des hospitalisations suivies d'un retour dans l'appartement, sans crainte de le perdre. La stabilité du logement permet aux services travaillant autour de la personne d'être plus efficaces. Les professionnels permettent aussi de jouer le rôle de médiateur vis-à-vis de l'extérieur quand c'est nécessaire.

Concrètement, dix anciens sans-abri, cumulant des problèmes de santé mentale et de toxicomanie, ont pu être relogés dans huit appartements du Foyer Schaerbeekois et deux de l'Agence immobilière Sociale de Molenbeek. Des logements supplémentaires mis à disposition sur d'autres communes viendront bientôt s'ajouter.

Au bout d'un an, 90% des locataires sont toujours dans leur logement et 94% des loyers ont été payés à temps.

Housing First SMES-B

SMES-B, ASBL

☏ Rue Haute, 322 à 1000 BRUXELLES

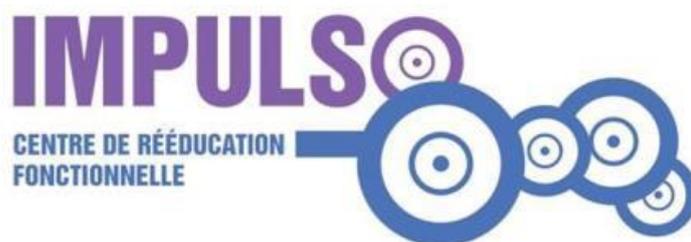
☎ 0488/60.05.65 ✉ housingfirst@smes.be

🌐 www.smes.be et www.housingfirstbelgium.be

Plus d'infos sur : <http://vimeo.com/103890633>

Contact : Muriel ALLART, Coordinatrice

17. Je m'aime, un peu, beaucoup, ...



Le projet « Je m'aime, un peu, beaucoup, ... » vise principalement la resocialisation et la revalorisation des personnes par le biais d'ateliers d'écriture et de photographie.

A travers l'autoportrait tant photographique que littéraire, l'objectif vise à mieux se connaître pour mieux aller vers l'autre. Aller plus loin dans la connaissance de soi grâce à l'expérience du groupe, mais surtout par ce que l'écriture éveille, réveille, mais aussi par ce que la photographie et principalement l'autoportrait nous révèle à nous-même. Il consiste à inciter les personnes à se questionner, à se chercher, à mieux se connaître et, par la récolte de textes et d'images produits par elles-mêmes, à réaliser une mini-édition associée à une exposition visant à mettre en valeur ces questionnements.

L'atelier « photo et écriture », tout comme l'art en général, s'inscrit dans la quête du bien-être des personnes. Cette activité a pour but de donner un sens, une inscription dans le temps et dans l'espace. Elle est indissociable de la notion de projet. Il ne peut y avoir d'action artistique sans une intention, sans un début, une durée, une fin, un lieu inscrit dans l'espace.

Je m'aime, un peu, beaucoup, ...

CRF IMPULSO

📍 Boulevard Charles Quint, 14 à 7000 MONS

☎ 065/97.22.77 📧 direction.crf.impulso@gmail.com

Contacts : Alain DEJONGHE, Directeur

Malik CHOUKRANE, Responsable de l'atelier « photo et écriture »

18. « L'Atelier »

Ce projet fait partie intégrante des activités de notre maison médicale (MM). Celle-ci assure des soins médicaux et psychosociaux de 1^{ère} ligne à une population tout venant, sans aucune discrimination de pathologie. Vu sa grande accessibilité financière, elle prend en charge de nombreux patients ayant des difficultés psycho-sociales. Par ce projet, nous avons voulu apporter des alternatives à la réponse médico-psycho-sociale classique : favoriser les rencontres, tisser du lien social, rompre l'isolement à travers des activités créatives qui visent à développer des aptitudes individuelles (apprentissage de techniques) et collectives (apprentissage de la vie en groupe) et, ce faisant, à renforcer l'estime de soi (empowerment).

A l'occasion de la réforme (107), le nombre de problématiques psychiatriques rencontrées a fortement augmenté. Une évaluation réalisée en 2014 montre que 7% des patients de notre MM (soit plus de 200 patients) présentent des difficultés psycho-sociales majeures, avec ou sans parcours psychiatrique. La présence de ces patients dans notre projet permet une intégration et une déstigmatisation du fait qu'ils se sentent partie prenante d'un projet ouvert à tous, sans discrimination, sans étiquetage, avec une réelle volonté de la part de l'animatrice de valoriser chacun à hauteur de son talent, quelle que soit son parcours personnel.

L'Atelier (appellation spontanée venant des usagers) est ouvert tous les jours de 9h à 16h, à toute personne adulte intéressée, de plus de 20 ans, résidant sur le territoire de la commune. L'animatrice (éducatrice de formation) est présente pour accueillir les usagers et les accompagner dans les activités qui sont autant de *prétextes* à l'expérience de la vie collective : ateliers d'expression et de créativité dans des techniques diverses (papier mâché, meubles en carton, luminaires, tissage sur grillage, cuisine, fabrication de décors, activités tricot-papote, activités bien-être, etc.). Quelques activités ponctuelles renforcent la visibilité du projet dans le quartier et dans la ville : exposition porte-ouverte, souper convivial, réalisation d'œuvres exposées lors d'une fête de quartier très populaire (la fête de l'accordéon), excursion familiale, ...

L'Atelier est situé dans un *local distinct du lieu de soin*, c'est aussi un lieu ouvert sur le quartier où chacun peut venir *franchir la porte*, pour boire un café ou discuter.

A travers une *co-gestion participative*, les participants sont invités à adhérer à la charte de vie en groupe, à assurer les tâches d'intendance et à choisir collectivement les activités de sorte qu'elles puissent évoluer en fonction des besoins :

- certains, ayant un parcours psychiatrique lourd, y trouvent de quoi mener une expérience de vie dans un lieu « ordinaire » ;
- d'autres, jamais psychiatisés bien que présentant des troubles importants, y trouvent de quoi construire des liens, se rendre utile, se donner une image positive, reprendre confiance en la vie ;
- d'autres encore, citoyens plus « ordinaires », viennent se rendre utile en apportant leur savoir-faire.

Chaque participant, chaque visiteur, à son niveau, contribue à la réussite de ce projet qui s'inscrit dans le long terme.

Le fait que la maladie mentale ne soit *ni une condition d'accès ni un critère d'exclusion* pour l'accès à nos services (que ce soit la MM ou à l'Atelier) est un élément de déstigmatisation majeur. Certains usagers, qui refusent toute psychiatisation (« je ne suis pas fou ») y trouvent des réponses. D'autres, avec un parcours psychiatrique parfois très long et lourd, viennent à l'Atelier parce que les autres lieux proposés (clubs thérapeutiques...) sont fréquentés presque exclusivement par des personnes ayant le même parcours qu'eux.

La déstigmatisation est également favorisée d'une part par une *approche égalitaire*, chacun étant présent avec ses aptitudes de départ et ayant la possibilité d'évoluer au contact des autres et, d'autre part, par une *accroche via les compétences* (plutôt que par la maladie) : l'animatrice a la même exigence envers chacun et il faut parvenir à un résultat abouti, quitte à recommencer plusieurs fois les mêmes gestes ... La technique offre une occasion de communiquer autrement qu'avec des mots, une expression d'eux-mêmes dans l'« ici et maintenant », une occasion très concrète, pour chacun, d'être valorisé et compris.

Dans le réseau psycho-médico-social, nous constituons le maillon « *entre deux* », faisant le lien entre le monde de la psychiatrie et le monde « ordinaire ». De cette manière, nous passons d'une *logique de soins de santé primaire à une logique de philosophie de santé (Charte d'Ottawa)*.

« L'Atelier »

Maison médicale le Gué ☒ Rue Saint-Piat, 56 à 7500 TOURNAI ☎ 069/22.28.37

Contacts : Olivier MARIAGE, Directeur-coordonateur et Isabelle DECHAMPS, Chargée du dossier

19. Le Trouble Bipolaire, parlons-en !

Saviez-vous que le Trouble Bipolaire touche 5 % de la population, proches compris, femmes et hommes de tous âges ? Certaines personnes souffrent de variations très profondes de l'humeur qu'elles ne peuvent souvent relier à aucun événement particulier. Pendant une période (plus ou moins longue) elles vivent une euphorie incontrôlable et à d'autres moments elles ne trouvent plus aucun sens à la vie.

Le Funambule est une association de fait créée en 1999 par quatre psychologues. En 2005, des usagers vivant avec le trouble bipolaire reprennent le flambeau et créent l'ASBL Le Funambule qui, aujourd'hui, compte dans son équipe une douzaine de bénévoles en processus de rétablissement et proches.

Actuellement, quatre groupes de parole sont organisés mensuellement sur Bruxelles (3) et Namur (1). Ils visent la réintégration sociale et professionnelle. En animant ces groupes, nos volontaires apportent l'espoir, favorisent l'entraide ainsi que les liens entre pairs et proches. Dans ces lieux de rencontre, les membres se sentent tout d'abord écoutés lorsqu'ils expriment leur vécu. Ainsi ils (re)-trouvent l'estime de soi, parviennent à accepter la maladie et finalement se donnent la possibilité d'améliorer leur qualité de vie.

Le projet en cours, débuté en 2014, remplit un double objectif. D'une part, nous voulons nous rapprocher de nos membres en créant des groupes de parole en Wallonie (Namur en avril 2014 et deux autres groupes de parole en 2015). D'autre part, nous souhaitons participer au changement de regard et informer encore plus via des conférences, la diffusion du livre « J'ai choisi la Vie. Être bipolaire et s'en sortir », le site internet, les brochures, le kit documentaire électronique, la page Facebook, les dépliants, etc ...

L'apprentissage continu des volontaires est une priorité. En suivant des formations ou en participant à des colloques d'où ils ramènent des bonnes pratiques, nos experts de vécu partagent leur savoir-être et leur savoir-faire, non seulement auprès des membres, mais aussi à l'extérieur de l'asbl : recommandations dans le cadre de la réforme 107, parutions dans les médias, actions de sensibilisation dans les écoles, les CPAS et les institutions de soins.

Notre crédibilité augmente au fil des années. Des collaborations avec des professionnels de la santé mentale se multiplient dans l'approche de ce trouble psychique. Ensemble, nous participons au processus de rétablissement.

La pair-aidance, telle que nous la pratiquons au sein du Funambule, a valeur d'exemple : en tant qu'usagers de services de santé mentale en processus de rétablissement, nous apportons l'espoir et nous encourageons l'entraide entre pairs par le partage d'expériences. Nous contribuons à lever les préjugés. Nous ne sommes pas la maladie. Nous sommes des êtres humains citoyens avec des projets de vie que nous concrétisons, au sein du Funambule notamment !

Le Trouble Bipolaire, parlons-en !

Le Funambule, ASBL

☞ Rue Gaston Biernaux, 22 boîte 30 à 1090 BRUXELLES (Jette)

☎ 0492/56.79.31 ✉ info@funambuleinfo.be

Contact : Agnès SIMON, Présidente

20. « Notre tour du monde musical »

« **Notre tour du monde musical** » est un projet qui se nourrit d'une découverte - au sens large - de la musique. Projet permettant une valorisation artistique et créative des personnes ayant une problématique psychiatrique et séjournant, pour certaines, en Habitations Protégées et, pour d'autres, à domicile.

Ce projet a été réfléchi par l'équipe encadrante du centre d'activité « L'Intervalle » au sein de l'IHP Famenne-Ardenne. Un grand nombre des usagers de ce centre montraient un intérêt tout particulier pour la musique. Suite à un afflux de demandes, « Notre tour du monde musical » a vu le jour en septembre 2014 pour se clôturer en juin 2015.

Ces mois musicaux ont pour but premier **de découvrir la diversité de la musique** à travers une grande partie des styles musicaux existants ainsi qu'à travers **le rythme des percussions et de la batterie**. Cet apprentissage musical permettra de développer - pour les personnes participantes - *leur créativité, leur appartenance* à un groupe et *d'exprimer des ressentis* avec l'appui de l'instrument. A travers l'art qu'est la musique, ces personnes se rencontreront à fréquences régulières de deux à trois fois par mois pour se retrouver dans un projet commun.

Plusieurs modules regroupent le contenu de ce projet :

- un module se base sur des rencontres avec un professeur d'une académie de musique et ce, afin de se mettre à la découverte des cuivres, des cordes, des bois et des instruments à vent ;
- le module central du projet est la *rencontre avec Stéphan LAY*, professionnel de la batterie et de la percussion depuis son plus jeune âge. Stéphan Lay transmettra sa passion par le biais de rencontres organisées tous les quinze jours avec les participants ;
- l'atelier « la boîte à musique » organisé par la cellule article 27 permet une découverte en douceur de la musique classique ;
- des sorties musicales (la visite du Musée de l'Instrument de Musique (MIM) de Bruxelles, concerts,...) seront programmées pour enrichir la diversité de ce projet.

La finalité de ce « tour du monde » portera sur deux représentations devant un public :

- une première représentation au mois de mai lors d'un concert de Stéphane LAY avec l'appui du groupe « Mondo Rythm » ;
- une deuxième représentation au mois de juin au BERTRIX HALL qui permettra de rassembler les familles des participants, les services travaillant en collaboration avec l'IHP ainsi que toute personne intéressée par notre projet.

« Notre tour du monde musical »

IHP Famenne-Ardenne

☒ Rue des ardoisières, 100 à 6880 BERTRIX

☎ 061/41.52.63 ✉ hp.lambertcatherine@gmail.com

Contact : Catherine LAMBERT, Coordinatrice

21. Osons ! Ensemble, nous sommes plus forts



Objectifs du projet :

Aider la (re)création de lien social pour les usagers en santé mentale. En vue de créer du lien entre les personnes en souffrance et isolées, le projet consiste à la mise en place de lieux d'accueil, d'échanges, de rencontres et d'informations. Ces lieux sont créés par les usagers de l'association *Osons* pour les usagers de la santé mentale.

Groupe-cible – lieu de réalisation :

Le projet est destiné à toute personne, hommes ou femmes, souffrant de troubles psychiques, mais également aux personnes souffrant d'isolement et de solitude.

Actuellement, le projet se développe dans les communes de La Louvière et de Manage. Mais les usagers qui y participent viennent d'un peu toute la Région du Centre du Hainaut.

Réintégration et impact :

Notre projet vise à créer des lieux de rencontres et d'échanges afin que les personnes puissent sortir de l'isolement et de la solitude ce qui, pour nous, est une des premières étapes de la réintégration. De plus, la rencontre entre usagers, la prise de conscience que l'on n'est pas seul à vivre la souffrance, permet une certaine déstigmatisation face à soi-même et notre propre maladie. Par rapport à la déstigmatisation, nous comptons sur notre projet de « bar à soupe » pour y contribuer. En effet, nous pensons qu'en ouvrant un lieu de rencontres et d'échanges au sein même de la ville et ouvert à tous, même aux passants curieux de connaître le lieu, nous travaillerons à la déstigmatisation.

Calendrier :

Actuellement, nous avons trois rencontres mensuelles. Une à Manage, au sein de l'hôpital psychiatrique de Saint-Bernard et deux à La Louvière, au sein du Club Arthur, club thérapeutique des habitations protégées. Et nous envisageons, bientôt, la création d'un nouveau lieu de rencontre, le bar à soupe, qui lui sera situé au cœur de La Louvière et hors institution.

Evaluation et suivi :

L'évaluation se fera sous forme de plénière participative avec les membres de l'association, les participants, un représentant de Psytoyens qui nous accompagne dans notre projet et des professionnels du secteur. Les critères d'évaluation seront : le nombre de personnes mobilisées, le taux de fréquentation de ces lieux de rencontre ainsi que les apports aux participants.

Au sein de l'association, nous avons créé un comité de pilotage, composé du noyau fort des membres et soutenu par l'ASBL Psytoyens, afin de penser et organiser le suivi de notre projet. Ce comité de pilotage a actuellement lieu une fois par mois.

Osons ! Ensemble, nous sommes plus forts

Osons – Association de fait d'usagers en santé mentale

📍 Rue Omer Lefevre, 34/2 à 7100 LA LOUVIÈRE

☎ 0477/30.40.23 📧 Osons@psytoyens.be

Contact : Daniel MULIER, Président

22. Petit guide illustré de prévention des troubles du comportement alimentaire (TCA)

Le projet consiste en la création d'un petit livre illustré adressé aux jeunes de 12 à 18 ans, fait de dialogues et d'images parlantes qui leur expliquent les TCA, afin de les informer de ces véritables maladies, de les prévenir, de briser les idées reçues en déstigmatisant et en permettant aussi la réintégration des jeunes atteints de ces maladies dans leur classe après une plus ou moins longue absence. Ce livret permettra aussi de donner les liens vers les structures et associations qui peuvent venir en aide à ces personnes et leur entourage (proches, amis, professeurs, éducateurs, etc.) car bien souvent, ces troubles se développent en silence durant l'adolescence, période où le besoin d'appartenir au groupe est très important.

En tant que présidente de l'association, j'ai moi-même vécu la stigmatisation et la déscolarisation suite à une longue hospitalisation en 1991. Nous avons pu nous rendre compte en intervenant dans un collège en 2014, que cette stigmatisation et la difficulté de réintégration au groupe était toujours aussi difficile.

Expliquer la maladie mentale aux jeunes, qui - peut-être - seront eux-mêmes un jour confrontés à cette situation n'est pas aisée. Mais utiliser un petit livret fait spécialement pour eux, avec des textes et des images adaptées, pourra certainement les aider à ne plus juger.

La personne concernée (un proche, un(e) ami(e), elle-même) souffre d'une trouble alimentaire, mais elle n'est pas le trouble alimentaire. La maladie est comme une cage qui se referme sur cette personne. Il faut la regarder au-delà de la maladie qui l'emprisonne, au-delà de la maladie mentale.

En conclusion, en expliquant les TCA aux jeunes et en cassant les croyances qui y sont liées, on veut arriver à une meilleure compréhension des troubles alimentaires afin d'arriver à un moindre rejet des personnes en souffrance. Eviter la stigmatisation permettra d'éviter le décrochage scolaire, la perte d'emploi ou l'incapacité à trouver un emploi, et par là même, toutes les difficultés de réinsertion scolaire et professionnelle qui peuvent s'en suivre.

Petit guide illustré de prévention des troubles du comportement alimentaire (TCA)

Anorexie Boulimie Ensemble, ASBL

📍 Chemin du Beau Site, 3a à 1430 REBECQ

☎ 0474/45.00.26 📧 info@anorexie-boulimie.be

Contact : Nathalie DECOO, Présidente

23. Un Lit d'Œufs sur du Sable Mouvant

Anatole écrit des slams pour proposer à la société une vision alternative, un projet de société qui prend en compte les points de vue des gens d'en bas. Faire en sorte qu'ils soient entendus, aussi marginaux soient-ils.

Jonathan écrit comme il peint, pour parler en silence. Pour laisser une trace de son passage. Il écrit ses propres mythes, son histoire et il pense que nous avons tous une histoire à raconter, même si nous n'avons pas toujours quelque chose à dire...

Anatole et **Jonathan** sont tous deux diagnostiqués psychotiques. Souffrant d'une maladie mentale, ils travaillent avec un contrat adapté, Wall'iph, au **Théâtre des Travaux et des Jours**.

En 2014, ils ont écrit à deux la trame d'une pièce de théâtre. Nous y suivons le séjour de M. Dufourneau en hôpital psychiatrique. Du vécu pour les deux auteurs.

Pour améliorer encore la réinsertion de nos deux collègues, **Anatole** et **Jonathan**, le **Théâtre des Travaux et des Jours** va créer la pièce de théâtre en 2015.

Nous allons prendre le temps pour que la pièce devienne notre nouvelle création autonome, de niveau professionnel, avec **Anatole** et **Jonathan** aussi, comme acteurs dans la distribution.

Nous allons construire la diffusion future de la pièce, en 2016, autour d'un partenariat qui nous fera toucher des populations marginalisées, le grand public, des professionnels du secteur, des décideurs.

Participer au Reintegration Award nous permettra de toute façon de croiser la piste d'autres organismes voulant contribuer à la déstigmatisation des personnes souffrant de maladies mentales et de les aider à réintégrer la société.

Une pièce qui dramatise afin d'aider à dédramatiser !

Faire prendre conscience que l'homme et la femme souffrant de maladie mentale vivent dans notre environnement direct et méritent regards et attentions.

Nous jouerons **Un Lit d'Œufs sur du Sable Mouvant**, spectacle sur la fragilité, pour que le positif l'emporte sur les peurs, les incompréhensions et l'ignorance.

Un Lit d'Œufs sur du Sable Mouvant

Le Théâtre des Travaux et des Jours

☰ Route de Durbuy, 15 b à 6990 MELREUX

☎ 084/77.90.27 ✉ bureau@theatretravauxetdesjours.be

Contact : Jacques DEHAESE, Animateur coordinateur

Table des matières

1. Artothèque « Art-Pierre-Terre »
2. Atelier « Espace Citoyen »
3. Atelier « Eveil musical »
4. « Broyer du Noir »
5. « Ce que je veux montrer de moi »
6. Cité Nous
7. Conseil d'usagers - Namur
8. Conseil d'Usagers du projet 107 – Région Hainaut
9. De Soin à Soi
10. « Dis-moi, en corps »
11. Ecotone
12. Ecrire : témoigner l'expression singulière de sa voix/voie
13. En Route sur le chemin du Rétablissement via la Pair-Aidance !
14. Etre autonome, ça s'apprend...
15. Groupe d'analyse de situations de travail
16. Housing First - SMES-B
17. Je m'aime, un peu, beaucoup,...
18. « L'Atelier »
19. Le Trouble Bipolaire, parlons-en !
20. « Notre tour du monde musical »
21. Osons ! Ensemble nous sommes plus forts
22. Petit guide illustré (TCA)
23. Un Lit d'Œufs sur du Sable Mouvant.



R E I N T E G R A T I O N A W A R D