

Mémoire

Centre de Référence en Santé Mentale CRéSaM asbl

Ce mémoire compile les principales recommandations mises en évidence dans le cadre des projets menés en Wallonie par le Centre de Référence en Santé Mentale, CRéSaM asbl. Ces recommandations s'appuient sur l'expertise développée par l'asbl sur les thèmes définis dans son Plan d'action. Elles relaient les éléments exprimés par les acteurs concernés et/ou émanent d'études et de recherches.

Ce mémoire conclut en pointant les conditions nécessaires à la poursuite du travail d'expertise au sein d'un Centre de Référence en Santé Mentale fort face aux enjeux de demain.

Le CRéSaM appelle le prochain gouvernement régional et ses partenaires aux niveaux européen, fédéral et communautaire à concrétiser ces recommandations en posant des choix politiques destinés à améliorer les réponses apportées à la population en matière de santé mentale.



Centre de Référence en Santé Mentale agréé et subventionné par la Région Wallonne



En priorité

Renforcer le rôle des Services de Santé Mentale au sein de l'offre de soins en constante évolution

Les SSM doivent être reconnus, sur base de leur expertise dans les soins de santé mentale ambulatoires et disposer de moyens appropriés pour continuer à assurer leur rôle central et leurs responsabilités dans l'offre de soins en santé mentale en Wallonie.

Répondre aux problèmes de santé mentale dès le plus jeune âge

via (1) la sensibilisation, et la formation de l'ensemble de la communauté éducative (directions, enseignants, éducateurs, parents, etc.) au bien-être et au développement des compétences socioaffectives, (2) la mise à disposition d'outils pertinents pour la détection précoce des troubles et l'inclusion de tous dans la communauté scolaire et (3) l'accroissement de la collaboration entre la communauté éducative et les professionnels de la santé mentale tel que le préconise la nouvelle politique de santé mentale pour enfants et adolescents.

Améliorer la continuité des soins

particulièrement pour les personnes qui cumulent plusieurs fragilités (santé mentale et pauvreté, handicap, grand âge, etc.), via l'intensification des partenariats entre le secteur de la santé mentale et les autres secteurs. Des moyens doivent être dégagés pour soutenir davantage le travail en réseau, les concertations, les prises en charges simultanées, les allers/retours d'un service à l'autre (avec des moments de répit alternant avec des temps de prise en charge intensive), des dispositifs améliorant les moments de passage d'un service à l'autre.

Poursuivre le soutien de l'implication des usagers et des proches à tous les niveaux

micro – afin qu'ils soient partenaires incontournables de leur parcours de soins, méso – afin qu'ils participent effectivement à l'organisation des soins et à leur évaluation dans les services et institutions, macro – afin qu'ils soient interlocuteurs fiables pour les réflexions et les décisions portant sur les politiques de santé mentale et l'organisation des soins, et ce moyennant l'implémentation de conditions adéquates telles l'accès aux informations, l'accès aux différents lieux de concertation, la lisibilité et la compréhension des processus, le développement de statuts adaptés, la reconnaissance et la pérennisation des associations de proches et d'usagers, etc.

Soutenir un Centre de Référence en Santé Mentale qui pourra s'appuyer tant sur des approches basées sur l'expérience que sur des approches scientifiques

Ces approches sont complémentaires et chacune se doit d'être considérée avec toute la qualité, la rigueur et la valeur qu'elle mérite. Toutes deux contribuent à l'élaboration des pratiques, qui évoluent, sont évaluées et peuvent à leur tour faire référence pour d'autres acteurs. Cette double approche a le mérite de mettre en perspective d'une part, les observations sur le terrain réalisées en articulation étroite avec les acteurs et d'autre part, les travaux menés dans les universités ou dans d'autres centres de recherche.

Ces 5 priorités, et toutes les recommandations du mémorandum, doivent pouvoir se concrétiser au sein d'une gouvernance intégrant les différents niveaux de pouvoirs et les diverses compétences et secteurs concernés. En effet, l'évolution des réponses données à la santé mentale doit se réaliser dans une indispensable transversalité et dans une parfaite cohérence entre les Gouvernements (régional, communautaire, fédéral et européen) et entre les différents secteurs.

12 axes à soutenir pour une réelle politique de santé mentale en Wallonie

Le CRéSaM plaide :

Pour une **évaluation sérieuse des besoins et de l'offre de soins** en santé mentale, basée sur des études fiables et des données harmonisées

Pour des **Services de Santé Mentale** qui continuent à jouer un rôle central dans l'offre de soins en santé mentale

Pour l'implication maximale des **usagers et des proches**

Pour des réponses aux problèmes de santé mentale dès la **petite enfance**

Pour davantage de santé mentale et de bien-être dans les **écoles**

Pour l'inclusion des **personnes âgées** souffrant de problèmes de santé mentale

Pour des réponses nuancées et généralistes aux **usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo**

Pour le développement de projets de proximité qui prennent soin des **personnes fragilisées par la pauvreté et la souffrance psychique**

Pour un accompagnement psychologique, relationnel et social des **personnes étrangères ou d'origine étrangère** en souffrance psychique

Pour une meilleure gestion des **situations de crise** par la société toute entière

Pour une vigilance particulière envers les « **laissés pour compte** » qui cumulent des fragilités

Pour un **Centre de Référence en Santé Mentale** fort face aux enjeux de demain

Pour une évaluation sérieuse des besoins et de l'offre de soins en santé mentale, basée sur des études fiables et des données harmonisées

Le CRéSaM a contribué à la réalisation du « Cadastre de l'offre de soins en santé mentale dédiée aux enfants et aux adolescents » mené par la DG05 (Direction générale opérationnelle des Pouvoirs locaux, de l'Action sociale et de la Santé - devenue AViQ) et à la rédaction de la proposition du CNEH (Conseil national des Etablissements hospitaliers) pour la création d'un enregistrement commun à l'ensemble des services dédiés à la santé mentale en Belgique, validée par la Commission InterMinistérielle Santé Publique du 21 mars 2016. Le CRéSaM saisit toutes les occasions (groupes de travail, recherches, etc.) d'améliorer la récolte des données, leur harmonisation et leur traitement pour mieux situer les besoins, les pratiques ou l'organisation de l'offre de soins et leur donner plus de visibilité.

Harmoniser la collecte des données de tous les services dédiés à la santé mentale en Belgique

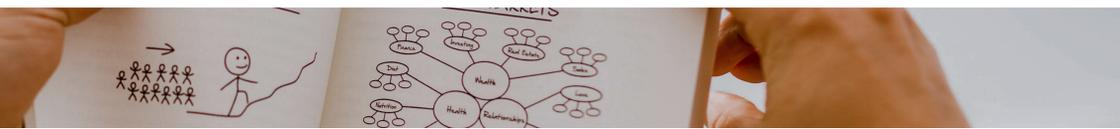
pour que les données récoltées soient comparables à la fois au niveau des régions et au niveau fédéral.

Traiter prioritairement les données déjà récoltées par les services et les administrations

en Wallonie et les mettre en perspective avec les données disponibles tant au niveau fédéral qu'au niveau international.

Réaliser des études

sur les besoins en santé mentale, sur les trajectoires de soin, sur l'articulation entre les services ainsi que sur les leviers et obstacles à la collaboration et au travail en réseau, sur l'accessibilité aux soins et les délais d'attente, sur les fonctions et les missions exercées par les différentes catégories de services, etc., pour déterminer l'adéquation de l'offre en réponse aux besoins exprimés par la population.



Pour des Services de Santé Mentale qui continuent à jouer un rôle central dans l'offre de soins en santé mentale

Le CRéSaM développe une mission d'appui aux acteurs de santé mentale, actuellement principalement dédiée aux services de santé mentale, en répondant aux demandes individuelles et collectives ou en organisant des réunions de travail thématiques. <http://www.cresam.be/projets/appui/>

Renforcer le rôle des services de santé mentale (SSM) au sein de l'offre de soins en constante évolution.

Les SSM doivent être reconnus sur base de leur expertise dans les soins de santé mentale ambulatoires et disposer de moyens appropriés pour continuer à assurer leur rôle central et leurs responsabilités dans l'offre de soins en santé mentale en Wallonie.

Préserver l'accueil de toute personne

en souffrance psychique, via une offre pluridisciplinaire permettant une prise en charge plurielle et intégrée et via une offre accessible à tous. La priorité accordée à certains publics ne devant pas faire obstacle à l'offre généraliste.

Encourager le développement de processus d'évaluation qui ont du sens

pour les équipes de SSM et qui soutiennent la réflexion continue sur leurs pratiques.

Pour l'implication maximale des usagers et des proches

Le CRéSaM implique des représentants d'usagers au sein de son conseil d'administration et leur propose une place centrale dans la plupart des projets mis en œuvre.

Favoriser l'implication des usagers et des proches à tous les niveaux :

micro – afin qu'ils soient partenaires incontournables de leur parcours de soins, méso – afin qu'ils participent effectivement à l'organisation des soins et à leur évaluation dans les services et institutions, macro – afin qu'ils soient interlocuteurs fiables pour les réflexions et les décisions portant sur les politiques de santé mentale et l'organisation des soins.

Mettre en place les conditions de participation adéquates :

accès aux informations, accès aux différents lieux de concertation, lisibilité et compréhension des processus, développement de statuts adaptés, reconnaissance et pérennisation des associations de proches et d'usagers, etc.

Porter une attention particulière à la souffrance des proches des personnes souffrant de troubles mentaux

Pour des réponses aux problèmes de santé mentale dès la petite enfance

Le CRéSaM a piloté durant plusieurs années un groupe de travail réunissant des professionnels concernés par la petite enfance afin d'échanger autour de pratiques d'interventions en milieu de vie et en réseau pour les jeunes enfants avec, à la clef, un cycle de deux séminaires à destination des professionnels. <http://www.cresam.be/projets/petite-enfance/>

Encourager le travail au cas par cas

essentiel pour le travail avec des enfants en très bas âge : chaque situation est unique et le réseau se construit autour (et à partir) de chaque enfant et de sa famille et non selon un modèle préétabli.

Prendre en compte le caractère évolutif du diagnostic chez les tout petits

qui nécessite une formation au développement précoce et à l'utilisation d'outils spécifiques d'observation de l'enfant

Soutenir des espaces-temps de concertation entre professionnels

essentiels, non seulement pour penser au mieux les interventions les plus adéquates pour les enfants et leurs familles, mais aussi pour prendre en compte la souffrance des intervenants face à ces situations.



Pour davantage de santé mentale et de bien-être dans les écoles

Le CRéSaM a organisé en 2016 un colloque dédié à l'articulation entre le secteur de la santé mentale et le monde scolaire qui a permis la mise en évidence de points d'attentions et de pistes d'actions spécifiques.

<http://www.cresam.be/projets/semaine-de-sante-mentale/>

Sensibiliser les professionnels de l'enseignement

(enseignants, éducateurs, direction, etc.) à la question du bien-être, par exemple dans le cadre de formations continuées.

Privilégier des moments structurés de prise de parole et d'écoute entre enseignants, élèves et direction.

Il s'agit de favoriser un climat scolaire tourné vers la bienveillance via l'écoute des jeunes et via des espaces d'échanges entre enseignants pour rompre le sentiment de solitude qu'ils peuvent ressentir.

Inclure le développement des compétences socio-affectives

(vivre-ensemble, estime de soi, sens de l'écoute, expression du vécu, dialogue, construction de sens, empathie, etc.) tout au long du cursus scolaire afin d'aider les enfants et les adolescents à entretenir des relations satisfaisantes avec les autres.



Pour l'inclusion des personnes âgées souffrant de problèmes de santé mentale

Le CRéSaM coordonne un groupe de travail réunissant les Initiatives spécifiques « Personnes âgées » des services de santé mentale wallons qui œuvre pour une meilleure prise en compte des besoins spécifiques des personnes âgées.

<http://www.cresam.be/projets/pa/>

Favoriser la transversalité et la continuité des soins pour les personnes âgées

entre les différents professionnels et les lieux de vies, en mettant la personne au centre, pour assurer la complémentarité des aides apportées et veiller à la temporalité des interventions.

Lutter contre les stéréotypes et l'isolement des personnes âgées

en favorisant leur intégration dans la vie sociale et dans la communauté.

Favoriser le maintien des personnes âgées à domicile quand c'est possible.

Le rétablissement est généralement plus rapide pour les personnes à domicile mais l'intervention des professionnels est primordiale pour éviter l'épuisement des aidants proches.



Pour des réponses nuancées et généralistes aux usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo

Le CRéSaM aborde le sujet depuis plus de dix ans à travers de nombreux travaux : recherche concernant les usages problématiques d'Internet et des jeux vidéo (Région wallonne), étude sur les besoins en la matière (Recherche BELSPO), rapport sur l'usage des espaces numériques dédiés aux jeux d'argent et de hasard (Loterie nationale), conférence sur l'adolescence et la sexualité, publications de rapports de l'Observatoire « Vies Numériques », etc. Le CRéSaM contribue à la concertation autour de ces thématiques et propose des formations à l'attention des professionnels du secteur de la santé mentale et des secteurs connexes pour les aider à prendre en charge et prévenir les situations d'usage problématique d'Internet et des jeux vidéo. <http://www.cresam.be/projets/internet-jeux-video/>

Eviter de pathologiser trop rapidement

les usages des adolescents qui, pour la plupart, relèvent de problématiques éducatives et/ou du contexte « adolescente ». La médicalisation de ces usages du quotidien peut s'avérer contre-productive sur le moyen et long terme.

Favoriser l'accueil des situations d'usages problématiques des jeux vidéo et des mondes numériques au sein des services généralistes.

Les questions liées aux mondes numériques relèvent d'une clinique du quotidien qu'il est important de ne pas cantonner à des services spécialisés.

Dans ce sens, il est essentiel de maintenir l'offre de formation à l'attention des services généralistes en santé mentale



Pour le développement de projets de proximité qui prennent soin des personnes fragilisées par la pauvreté et la souffrance psychique

Dans le cadre d'une recherche action « Faire lien et prendre soin », le CRéSaM s'est intéressé aux personnes doublement fragilisées par la pauvreté et par des souffrances psychiques. Il a travaillé les questions d'empowerment, de co-construction de projet intersectoriel (action sociale, santé mentale, associant usagers et professionnels) et d'intégration dans la communauté. <http://www.cresam.be/projets/sante-mentale-pauvrete/>

Favoriser l'inscription des personnes cumulant problèmes de santé mentale et situation de pauvreté dans la communauté

en encourageant le développement d'initiatives avec des partenaires issus de différents secteurs, notamment de la société civile.

Favoriser la participation et le pouvoir d'agir de ces usagers

et, par-là, renforcer leur estime de soi, via la co-construction de projets auxquels ils apportent leur contribution.

Contribuer davantage à l'accueil de la différence et à la déstigmatisation

des personnes marginalisées par la souffrance psychique et la pauvreté en encourageant le développement de projets élaborés au sein des communautés locales dans des contextes de proximité.

Pour un accompagnement psychologique, relationnel et social des personnes étrangères ou d'origine étrangère en souffrance psychique

Le CRéSaM a réalisé un état des lieux de l'offre de soins en santé mentale disponible pour les personnes d'origine étrangère, une recherche portant sur l'accessibilité aux soins en santé mentale pour le public migrant, une autre sur les ressources mobilisées par les Mineurs Etrangers Non Accompagnés (MENA) en situation de souffrance psychique. En collaboration avec les équipes spécialisées dans l'accompagnement des personnes étrangères ou d'origine étrangère, le CRéSaM organise des formations et des interventions à l'intention des acteurs de ce secteur.

<http://www.cresam.be/projets/exil/>

Renforcer l'offre de soins de santé mentale à destination des personnes étrangères ou d'origine étrangère

compte tenu de l'évolution du contexte migratoire dans la Région, en prenant appui sur l'expertise développée par les équipes « Exil ». L'accessibilité à cette offre passe par l'information des primo-arrivants quant à leurs droits, notamment concernant l'accès aux soins de santé mentale.

Stabiliser, sensibiliser et former le personnel des centres d'accueil

pour soutenir leur capacité d'écoute des personnes migrantes et les aider à orienter, lorsque c'est nécessaire, les personnes en souffrance vers un accompagnement adéquat. Outiller tout particulièrement les centres d'accueil pour MENA afin de permettre aux jeunes de trouver les ressources nécessaires à leur bien-être et les préserver de nouvelles situations de violence ou de rupture.

Favoriser la possibilité, de nouer des liens de qualité

et de bénéficier de relations sincères et bienveillantes qui ont un impact significatif sur leur bien-être, pour les MENA en particulier.



Pour une meilleure gestion des situations de crise par la société toute entière

Le CRéSaM a mené une étude sur la manière dont une personne en souffrance traverse une « crise ». Réalisée en partenariat avec l'asbl Psytoyens, l'étude s'est centrée sur la parole des personnes qui ont traversé une crise en santé mentale, afin d'identifier les ressources mobilisées, leurs besoins et leur idéal de soins.

<http://www.cresam.be/projets/crise-sante-mentale/>

Assurer la création d'outils d'information

sur les aides disponibles en situation de crise, destinés au « tout public » et le

développement de campagnes de sensibilisation

à la santé mentale via différents médias (brochures, vidéos, affiches, web-documentaires, spectacles-forums, ect.).

Encourager la participation de tous aux réseaux

et particulièrement aux réunions de concertation avec l'usager, afin de développer une gestion intersectorielle des situations de crise, en associant les proches.

Soutenir la diversité des lieux d'accueil des personnes en crise

via le développement de petites structures d'accueil qui permettent le « répit », de manière à ce que chaque personne soit accueillie « sur mesure », en proximité avec les intervenants et en fonction de ses besoins.

Pour une vigilance particulière envers les « laissés pour compte » qui cumulent des fragilités

Le CRéSaM a organisé en 2017 un colloque dédié aux « laissés pour compte », en vue d'identifier les failles dans l'organisation de l'offre de soins, de repérer les initiatives et les pratiques porteuses, et de dégager des recommandations. <http://www.cresam.be/projets/semaine-de-sante-mentale/>

Favoriser, chaque fois que c'est possible, l'intervention de services de soin/d'aide généralistes

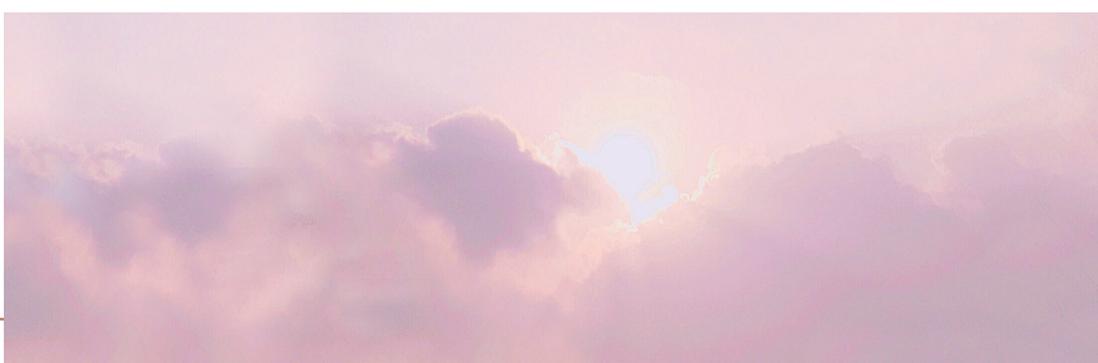
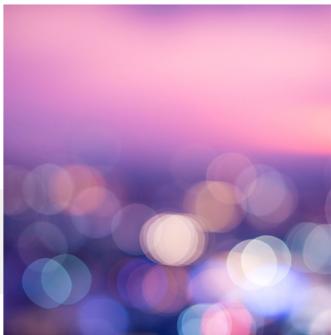
tout en encourageant la formation voire la spécialisation des professionnels dans les services généralistes afin de leur permettre d'accueillir aussi les personnes les plus fragilisées.

Améliorer la continuité des soins

via la possibilité de désigner un intervenant « fil rouge » et le renforcement de la concertation entre les acteurs lorsque l'utilisateur fréquente plusieurs services, ce qui est particulièrement fréquent lorsque l'utilisateur cumule les difficultés.

Intensifier les partenariats entre le secteur de la santé mentale et les autres secteurs

afin d'influer sur le développement d'actions et de décisions qui diminuent l'exclusion des personnes les plus fragilisées.



Pour un Centre de Référence en Santé Mentale fort face aux enjeux de demain

qui pourra :

S'inscrire dans la transversalité

avec l'ensemble des acteurs qui ne peuvent travailler qu'en articulation entre eux. Il serait paradoxal de voir chaque catégorie d'acteurs soutenue par des centres d'appui parallèles alors que tout encourage aujourd'hui les acteurs à travailler ensemble pour rencontrer les besoins de la population du territoire.

S'appuyer tant sur des approches basées sur l'expérience que sur des approches scientifiques.

Ces approches sont complémentaires et chacune se doit d'être considérée avec toute la qualité, la rigueur et la valeur qu'elle mérite. Toutes deux contribuent à l'élaboration des pratiques, qui évoluent, sont évaluées et peuvent à leur tour faire référence pour d'autres acteurs. Cette double approche a le mérite de mettre en perspective les observations sur le terrain réalisées en articulation étroite avec les acteurs et les travaux menés dans les universités ou dans d'autres centres de recherche.

Agir aussi en amont

sur les éléments de l'environnement et de la société qui influencent la santé mentale de la population (logement, emploi, enseignement, etc.). A cet effet un travail de promotion et de prévention (notamment la formation et la sensibilisation des professionnels des secteurs connexes et du grand public) doit pouvoir trouver sa place dans les missions du Centre de référence.

Développer en son sein les centres de référence spécifiques

prévus par le Code wallon de l'action sociale et de la santé afin de renforcer dans la réciprocité les méthodologies de recherches, les résultats des études et le croisement des actions et des travaux respectifs sans démultiplier les lieux ni disperser les énergies avec, de surcroît, l'avantage d'économies d'échelle dans l'organisation. Plusieurs thématiques pourraient être ainsi reconnues de façon spécifique, telles santé mentale et emploi/réinsertion, écoles/jeunesse, logement, personnes âgées ou exil, autant de thèmes régulièrement pointés par l'ensemble du secteur. L'analyse des activités et des données épidémiologiques disponibles sur l'offre de soins bénéficierait également d'une approche particulière tout comme la prévention et promotion de la santé mentale.

Développer un axe spécifique pour la sensibilisation, la déstigmatisation et l'information

dédiée au grand public et aux professionnels des autres secteurs : via des outils d'information, notamment informatiques, sur l'offre et les ressources disponibles, via des campagnes de sensibilisation à la santé mentale, via des formations, via différents médias, etc.

Situer les enjeux wallons dans une perspective élargie au niveau belge et international

en participant et en s'ouvrant davantage aux projets fédéraux et internationaux afin d'y apporter une contribution sur base de l'expérience acquise en Wallonie et de contextualiser les données récoltées et les réponses proposées dans la Région.



CRéSaM

Pour que la santé mentale soit une priorité des futurs gouvernements, le CRéSaM propose trois autres outils - auxquels il a contribué - qui complètent utilement ce mémorandum :



Avec ses partenaires bruxellois et flamands, usagers, proches et professionnels, le CRéSaM a rédigé un « Plaidoyer pour la santé mentale en Belgique » qui soutient 7 leviers incontournables pour améliorer la santé mentale de la population en Belgique.

<http://www.cresam.be/wp-content/uploads/2019/03/Plaidoyer-SM-2019-web.pdf>



Avec des experts wallons de la santé mentale (usagers, proches et professionnels), des secteurs connexes (handicap, logement, emploi, etc.) et de la société civile, le CRéSaM a rassemblé au sein du document « Repères pour une politique wallonne de santé mentale » les besoins et pistes d'action en matière de santé mentale.

[http://www.cresam.be/wp-content/uploads/2018/06/Repères CRéSaM 2018.pdf](http://www.cresam.be/wp-content/uploads/2018/06/Repères_CRéSaM_2018.pdf)

A manifesto for better mental health in Europe

For the European Elections 2019

Comme membre de « Santé mentale Europe – Mental Health Europe », le CRéSaM soutient « A manifesto for better mental health in Europe - For the European Elections 2019 » qui vise les politiques européennes.

<https://mhe-sme.org/wp-content/uploads/2018/12/MHE-Manifesto-EU-Elections-2019.pdf>



www

Plus d'informations sur
www.cresam.be



Personnes de contact

Christiane Bontemps
a.bontemps@cresam.be

Alexis Vanderlinden
a.vanderlinden@cresam.be
081 25 31 40

