Voyage d'étude dans un Recovery College à Londres par une délégation de 5 personnes du CoFoR HdF (Centre de Formation au Rétablissement des Hauts-de-France)

Le CoFor HdF est un dispositif innovant de formation, conçu et animé par et pour les personnes concernées par les troubles psychiques. Inspiré des Recovery Colleges anglo-saxons, le CoFoR HdF est inscrit dans la feuille de route santé mentale 2023-2028, action 14, de l'ARS Haut de France. Il est le seul centre de formation au rétablissement en France avec le CoFoR de Marseille. Le CoFoR HdF se situe à la jonction d'approches de promotion de la santé, de prévention et de soutien au rétablissement personnel. Ce modèle d'innovation sociale d'éducation à la santé ne remplace pas les ETP ni l'offre thérapeutique, il leur est complémentaires, en dehors des lieux de soins.

Le CoFoR HdF propose une formation gratuite pour les étudiants et met en avant la richesse des savoirs expérientiels, c'est à dire les savoirs issus de l'expérience du vécu de la maladie et de ses conséquences. Les valeurs du CoFoR s'inscrivent dans celles des approches orientées rétablissement. Le Rétablissement en santé mentale est un processus non linéaire et propre à chaque individu au cours duquel les personnes concernées par la maladie psychique retrouvent du « pouvoir d'agir » et une vie pleine d'espoir et de possibilités. Au Cofor, la pair-aidance est au cœur des pratiques. Par la collaboration étroite avec les personnes concernées, elle permet de recourir moins aux soins en développant des stratégies adaptatives et créant un réseau de soutien et de socialisation.

Le CoFor HdF désigne également le collectif CoFoR. Le CoFoR HdF s'articule autour de 3 « lieux de liens » tous en dehors des lieux de soins : dans ces 3 lieux, on y retrouve à chaque fois les 5 fils rouge, des personnes concernées par un trouble psychique, garant de l'horizontalité et qui animent ces différents lieux. Le premier lieu de liens est le focus groupe : Il rassemble la diversité des acteurs de la santé communautaire. Ouvert à tous, il permet au sein de l'unique Maison des Usagers en Santé mentale hors les murs de l'hôpital en France, la co-construction de modules de formation sur le rétablissement, le partage d'actualités en santé mentale et le développement de nombreux partenariats. Le deuxième est le co-pilotage, lieu où sont prises les orientations financières, organisationnelles et d'évaluation du projet. Le troisième lieu est le centre de formation, il se déroule au CREHPSY où chaque étudiant suit un parcours de formation individualisé en choisissant les modules correspondant à ses besoins et envies.

A ce jour, le programme comprend 4 modules de formation : le bien-être, les relations, la connaissance de soi, les droits. Nous candidatons à ce projet pour financer un voyage d'études de 4 jours en mars 2026 par une délégation du CoFoR HdF de 5 personnes dont 4 personnes directement concernées et une personne ressource dans un recovery college de Londres, étape nécessaire pour voir in situ ce modèle dont la littérature a objectivé la baisse de la stigmatisation au profit de plus de pouvoir d'agir, ceci afin de nourrir nos réflexions dans le cadre du développement du CoFoR HdF. Plus d'infos sur : https://coforhdf.wordpress.com.

CREHPSY LILLE (Porteur financier CoFoR HdF)
Parc Eurasanté Est, 235 – 59120 Loos (France) ☎ 06 23 30 94 27
projetcofor.hdf@gmail.com ☺ Fanny Meriaux – Chercheuse-Paire