



Juin 2013 – N° 28

Mots pour Maux

Bulletin de liaison pour la délégation UNAFAM du Gard

«Dans un passé lointain, on considérait que les familles faisaient partie du problème... Ma conviction, c'est qu'elles font partie de la solution ! »

Philippe Charrier,
Président National de l'UNAFAM.

Mots pour Maux

Bulletin de liaison pour la délégation du Gard de l'Union Nationale des Amis et Familles de personnes malades et/ou handicapées psychiques.

Association 1901 reconnue d'utilité publique depuis 1968.

Président délégué UNAFAM 30
Serge VANNIERE

Siège :
Annexe Centre Pablo Neruda
20, rue du Cirque Romain
30900 Nîmes.



Pour nous joindre :

04 66 23 09 24
06 23 64 31 90

E-mail : 30@unafam.org

Nous remercions nos partenaires



Chers adhérents et amis,

Une année s'est écoulée depuis notre dernière journée annuelle départementale des adhérents et la reprise des activités de la délégation du Gard par la nouvelle équipe de bénévoles.

Une année c'est :

- 5.000 heures de bénévolat (3,1 ETP).
- 18.000 km parcourus dans le département.
- 200 entretiens d'accueil téléphonique des familles.
- 120 entretiens d'accueil physique dans nos permanences de Nîmes, de Beaucaire, d'Alès, du Vigan et plus récemment de Bagnols-sur-Cèze.
- 90 heures de groupe de parole et de rencontre des familles.
- 140 heures de représentations institutionnelles assurées par nos bénévoles.
- 60 heures d'intervention pour formation de professionnels.
- Des stages de formation, des réunions d'information, des projections de films, des débats, des conférences, des réunions conviviales ... pour nos adhérents.

Des dossiers aussi comme la "Convention" qui nous lie désormais au CHU de Nîmes, le projet de construction d'une "Pension de Famille" à Alès qui devrait aboutir très prochainement, d'autres qui sont encore en phase d'élaboration ... tous porteurs de "mieux être", de "mieux aller" pour les familles et leurs proche souffrants.

En 2014 "La santé mentale et les troubles psychiques" pourraient devenir « Grande Cause Nationale » et donner plus d'audience à nos actions.

(Pétition en cours de signature sur le site www.santementale2014.org)

Dans le Gard environ 14.000 familles sont concernées (2% de la population souffre de troubles psychiques sévères).

Notre association, l'UNAFAM, sera présente chaque fois qu'il sera possible de promouvoir une politique juste de santé mentale et de compensation du handicap.

Adhérents et amis, votre soutien nous est précieux, votre engagement nous serait utile ; si vous disposez d'un peu de temps et de compétences parlez-en à nos bénévoles !

Bien cordialement,

Serge Vannière
Président-délégué UNAFAM 30

Info Fiscalité et Handicap Exonération de la taxe d'habitation

Un enfant adulte handicapé (handicap permanent et capacité de travail inférieure à 5% attribués par la MDPH), ayant un logement distinct de celui de ses parents avec lesquels il établit une déclaration de revenus commune («pris comme personne à charge par les parents») sera exonéré de la taxe d'habitation pour son logement si **ses seuls revenus personnels** sont dans les limites prévues pour l'exonération (AAH et / ou revenus de 2012 inférieurs à 10.024 €).

Son lieu de vie doit être considéré comme sa résidence principale.

Un service Assistante Sociale est à votre disposition pour tout renseignement complémentaire,
les lundi, mercredis et vendredis de 9h30 à 12h et de 14 à 16h
au **01 53 06 30 43** (secrétariat)

Le service écoute - famille au 01 42 63 03 03

Ouverture toute l'année

De 09h00 à 13h00 et de 14h00 à 18h00 (vendredi 17h00)

Nos accueils

A Nîmes

Tous les mardis sans RV
de 12h30 à 16h00

Au local de l'UNAFAM
Annexe Centre Pablo Neruda,
20, rue du Cirque Romain
Avec RV au :
04 66 23 09 24
06 23 64 31 90

A Alès

A RESEDA Maison de la Santé
9, rue Docteur Serres
(Adresse provisoire)
Sur RV au :
04 66 23 09 24
06 23 64 31 90

Au Vigan

Le 1^{er} jeudi du mois sans RV
de 15h00 à 17h00
13, avenue Emanuel d'Alzon
Hôtel de la Condamine

A Beaucaire

Au CMP
Sur RV au 06 83 43 05 21

A Bagnols-sur-Cèze

Au Foyer Léo Lagrange
Le 1^{er} vendredi du mois
Sur RV au 04 66 23 09 24

A Nîmes

(Sans RV)

Rencontre familiale

Au local UNAFAM
Le 1^{er} jeudi du mois
De 14h30 à 17h00

Le Groupe Grands parents

Renseignements au
04 66 64 79 75

Le Groupe Frères et Sœurs

Renseignements au
06 16 5471 52

Renseignements

04 66 23 09 24
06 23 64 31 90

ou sur notre adresse de
messagerie

accueil30@unafam.org

L'UNAFAM présente au CHU Carémeau à NIMES

La signature le 17 avril dernier d'une **convention par le Directeur Général du CHRU, M. Arnaud, en présence du Chef de pôle de psychiatrie, le Dr Abbar, et par Serge Vannièr**e, président de notre délégation, a officialisé une collaboration déjà ancienne entre le Centre Hospitalier et l'UNAFAM.

Nous avons ouvert une **permanence d'accueil dans le bâtiment de psychiatrie**, Hall des consultations les 2^{ème} et 4^{ème} vendredi du mois de 14 H à 16H et avons présenté l'association et ses diverses activités devant le Staff de Psychiatrie.

Cette proximité nous permet d'échanger avec les médecins et les soignants dans un respect mutuel pour la meilleure prise en charge possible des malades, leur accompagnement et l'écoute des familles. Elle nous permettra de participer au projet d'éducation thérapeutique des patients et de leurs proches et **d'organiser des conférences**, avec la participation des médecins et soignants, pour développer l'information sur les maladies psychiques, les diverses thérapies mais aussi les addictions et autres sujets.

Par ailleurs, **notre association** a été désignée comme **représentante des usagers à la "Commission des Relations avec les Usagers et de la Qualité de la Prise en Charge"** et participe à ses divers travaux.

L'installation de l'ensemble des services de Psychiatrie dans le nouveau bâtiment, si attendue de tous, patients, familles, médecins, soignants ... **est prévue à l'automne** avec une nouvelle organisation des services que nous vous présenterons.

N. Veyrenc

Santé Mentale en Afrique de l'Ouest

Nous saluons la naissance de l'association, portée par le Dr William Alarcon, psychiatre du Mas Careiron à UZES et au CMP de Beaucaire.

Dans de nombreux pays d'Afrique de l'Ouest, la situation des personnes souffrant de troubles psychiques, reste très difficile. La faiblesse des politiques de santé mentale et la persistance de croyances autour de la folie, condamne encore très souvent ces personnes, à l'isolement, l'errance, l'abandon et parfois l'enchaînement pendant des années...

Pour pallier à la faiblesse des moyens mis en place, certaines initiatives ont vu le jour mais elles se heurtent à des obstacles importants : approvisionnement en médicaments, manque de formation, absence de politique de santé mentale au niveau international...

L'association **Santé Mentale en Afrique de l'Ouest** a pour objectif de collaborer avec des équipes soignantes africaines.

Elle est née de la rencontre avec un homme : **Grégoire Ahongbonon** fondateur des centres Saint-Camille en Côte d'Ivoire et au Bénin et a pour vocation de soutenir des projets existants, émanant d'acteurs africains de la santé mentale dans les domaines de :

- Aide à l'achat de médicaments psychotropes.
- Aide à la formation en Santé Mentale.
- Envoi de bénévoles en mission.

Sur le site de l'association : <http://www.africapsy.com/>, vous pourrez regarder des reportages qui ne peuvent laisser indifférents sur le sort des malades mentaux en Afrique de l'Ouest et sur le travail de l'association Saint Camille qui se bat pour promouvoir les soins psychiatriques au Bénin et en Côte d'Ivoire :

Dans la page Culture Afrique, **vous trouverez des liens vers des émissions de radio, des articles, des vidéos, des livres ou des films témoignant de la vie de ce continent.**

Tous nos vœux de réussite à ce beau projet.

N. Veyrenc

Compte rendu de la conférence du Dr PALIX

CANNABIS et SCHIZOPHRENIE

Donnée à Alès le 15 mars 2013

A l'occasion de la SISM, le Bureau gardois de l'UNAFAM a invité le Dr PALIX, Chef de Pôle au CHS de Thuir (PO) à venir faire une conférence sur un sujet qui nous intéressait particulièrement : La relation de comorbidité entre l'addiction au cannabis et les troubles schizophréniques.

Devant un public nombreux et motivé (médecins, élus, travailleurs sociaux et médicaux sociaux, étudiants, familles et malades), le Dr Palix a d'abord décrit la plante elle-même et les différents aspects sous lesquels elle est commercialisée et consommée, montrant comment son principe actif, le THC, très lipophile passe très rapidement dans le sang circulant par les alvéoles pulmonaires et se concentre dans les tissus riches en lipides, le cerveau en particulier. Des récepteurs sont spécifiques au cannabis dans le système nerveux central et périphérique et responsable des effets psychotropes ; d'autres récepteurs sont présents sur les cellules du système immunitaire et responsable des effets immuno-modulateurs.

Le cannabis augmente la libération de dopamine dans les structures cérébrales méso-corticolimbiques impliquées dans la schizophrénie ; le cannabis a une action dopaminergique sur le nucléus accumbens impliqué dans le renforcement positif de l'appétence aux substances psychoactives. (Vrai aussi pour l'alcool). Il semble donc, suivant la théorie neuro-développementale, que les personnes génétiquement vulnérables à la schizophrénie et qui prennent du cannabis de façon suivie dès l'adolescence, au moment de la maturation cérébrale, puissent développer la maladie.

S'appuyant sur les travaux du Dr Xavier Laqueille du CH Ste Anne à Paris, Mme Palix décrit les effets psychiatriques du cannabis. D'un usage occasionnel et festif chez les jeunes (16% des expérimentateurs de cannabis ont entre 15 et 24 ans), la consommation de cannabis peut devenir rapidement un usage nocif, voire pathologique, quoique banalisé, et entraînant la dépendance, des troubles somatiques graves et des conséquences socio-professionnelles majeures.

L'ivresse cannabique après une prise aiguë entraîne des troubles cognitifs, mais aussi, après des moments d'euphorie, des troubles anxieux, parfois des attaques de panique, et un syndrome de dépersonnalisation. Contrairement aux idées reçues, le cannabis n'est pas anxiolytique, le niveau d'anxiété augmente avec la prise de cannabis. Une prise de forte dose peut amener des hallucinations visuelles avec une importante agressivité et peut nécessiter hospitalisation et traitement antipsychotique, avec risque de rechute lors d'une nouvelle consommation. On peut aussi penser à une entrée dans la schizophrénie.

L'association schizophrénie-cannabis a pour conséquence l'aggravation pronostique de chaque comorbidité prise isolément, le renforcement des symptômes positifs de la maladie et son aggravation proportionnellement à la consommation de cannabis : fréquence des rechutes, risque suicidaire, désinsertion sociale.

D'après des études statistiques de l'INSERM 2009, les comportements addictifs sont plus fréquents chez les personnes (surtout les hommes) schizophrènes que dans la population générale : 47% contre 17%. Par rapport aux schizophrènes qui ne consomment pas de cannabis, les consommateurs sont des sujets masculins, plus jeunes, qui observent mal leur traitement et qui rechutent, plus violents et/ou plus suicidaires, plus désocialisés. La prise de cannabis aggrave donc la maladie.

D'autre part, selon les recherches de Laqueille (2006) 8 à 13% des sujets schizophrènes n'auraient pas développé la maladie s'ils n'avaient pas été exposés au cannabis.

Dans une seconde partie le Dr Palix a expliqué le concept de prise en charge intégrée au long cours des patients schizophrènes consommateurs de cannabis. En effet addiction au cannabis et schizophrénie ayant des affinités reconnues, il faut simultanément et à égalité, prendre en compte les deux pathologies, en s'appuyant sur une alliance thérapeutique forte et en adaptant le projet aux stades de changement du patient. Des questions pratiques et de compétences spécifiques se posent, les patients concernés étant particulièrement réticents au sevrage.

Les stratégies de sevrage et de post-sevrage s'appuient sur la maturation motivationnelle et sur des thérapies cognitivo-comportementales TCC, avec un aspect psycho-éducatif (information sur la substance et sa nocivité, prévention de l'anxiété, des rechutes, gestion des situations à risque, incitation au refus de consommation, renforcement positif à chaque étape). Cette prise en charge incluant les deux pathologies, très intéressante, se pratique encore peu et mériterait d'être plus souvent organisée pour le plus grand bénéfice des patients victimes de la comorbidité en question.

*En conclusion, cette conférence riche et instructive, a permis de mieux comprendre les interférences entre maladie psychique et addiction : d'une part, les personnes psychiquement fragiles sont les victimes privilégiées des addictions ; d'autre part, la consommation de cannabis, surtout chez les plus jeunes (12 à 15 ans) peut précipiter dans la maladie psychique, perturbe ou retarde le diagnostic ; pour tous les malades, elle aggrave les troubles et compromet le traitement et la stabilisation. Les Services Psychiatriques et d'Addictologie auraient avantage à unir leurs efforts et à travailler de concert pour obtenir les meilleurs résultats dans l'intérêt des patients.

L. Vannière



Une des priorités d'action de l'UNAFAM :

Une communication externe forte et décomplexée, accompagnée d'un développement de notoriété de l'Association.

Pour suivre l'actualité de l'association rejoignez-nous sur www.unafam.org

« **Perturbateurs endocriniens et troubles du comportement** »

Le Dr Marie-Odile Soyer Gobillard, Directeur de Recherche Emérite honoraire au CNRS, présidente de HHORAGES France et présidente de la délégation UNAFAM des Pyrénées Orientales jusqu'en 2012 a présenté lors de la réunion régionale de l'UNAFAM à Narbonne le 4 mai dernier ses **recherches scientifiques**, publiées dans ARET Actualités 2013

Marie Odile, personnellement très concernée, a travaillé notamment avec l'équipe du Pr KREBS de l'Hôpital Ste Anne à Paris et le Pr Charles SULTAN du CHU de Montpellier, à une **présentation des ravages du Distilbène**, œstrogène prescrit jusqu'en 1977 : **troubles somatiques chez les enfants exposés in utero** (malformations génitales chez les filles et les garçons, stérilités, cancers...) et **troubles psychiques** (schizophrénies, troubles bipolaires, dépressions récurrentes, troubles anxieux ou troubles du comportement alimentaire).

Les observations sont confortées par de nombreux autres travaux récents concernant l'effet d'autres perturbateurs endocriniens tels le Bisphénol A ou certains pesticides, entraînant les mêmes troubles.

L'analyse des dossiers de l'Association HHORAGES fait apparaître des troubles émergents, somatiques et/ou psychiques chez des petits enfants des mères traitées (3^{ème} génération) et pose le problème de la transmission aux générations futures des effets délétères de ces toxiques.

L'association Hhorages-France (**Halte aux HORmones Artificielles pour les Grossesses**) est affiliée à l'UNAFAM.

<http://www.hhorages.com>

Nous remercions Marie Odile pour sa persévérance et son implication depuis plus de 10 ans dans ces travaux et soutenons ardemment son combat pour que les démarches entreprises par Hhorages auprès des pouvoirs publics tant auprès de la Direction Générale de la Santé que de l'institution judiciaire permettent la reconnaissance publique de l'état de victime des personnes atteintes et de leur famille et qu'un avenir décent leur soit assuré.

N. Veyrenc

Deux livres dont nous vous recommandons la lecture

De Xavier Amador

“Comment faire accepter son traitement au malade”



De Polo Tonka
“Dialogue avec moi-même”



L'UNAFAM

L'Union Nationale des Amis et Familles des personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM), est une association loi de 1901 fondée, à Paris le 4 août 1963, par des familles soutenues par des psychiatres et reconnue d'Utilité Publique en mai 1968.

L'objet de l'association est de « regrouper sur le plan national les familles et amis dans un but d'entraide, de formation et de défense commune de leurs intérêts ».

L'UNAFAM est une association reconnue par arrêté du Ministère de la Santé et des Solidarité pour représenter les usagers dans les instances hospitalières ou de santé publique.

Les actions d'accueil, d'accompagnement, de formation et de représentation sont conduites par des bénévoles concernés.

La délégation départementale permet d'agir au plus près des personnes dont un proche est touché par la maladie.

Pour adhérer à l'association ou soutenir nos actions contactez-nous :

- Dans le Gard : Centre Pablo Neruda 20, Rue du Cirque Romain 30900 Nîmes. Tel 04 66 23 09 24
- Au siège national : 12 villa Compoin 75017 Paris. Tel 01 53 06 30 43
- Auprès de nos bénévoles.