

©Thierry Debonnaire



PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE, L'UNAFAM S'ENGAGE

Comme il existe des formations aux premiers secours, un dispositif spécifique à la santé mentale a été diffusé dans un certain nombre de pays (à l'origine en Australie, où 500 000 personnes ont déjà été formées).

Il s'agit de donner des outils (formation de 2 jours) à tout un chacun intéressé, afin d'apporter un premier soutien à une personne de son environnement (professionnel, amical, familial...) qui développe des troubles psychiques, de savoir lui parler, vers qui l'orienter. Il s'agit de former aussi des professionnels du social, de l'accueil, des gardiens d'immeuble...

Sollicitée, l'Unafam va s'investir dans ce projet de Premiers Secours en Santé Mentale (PPSM), puisque cela recouvre des préoccupations essentielles pour nous :

- ▶ **Tout d'abord, le repérage précoce** des signes d'alerte des troubles psychiques, pour une prise en charge par des soins gradués et adaptés. Ceci afin de réduire l'évolution des troubles et ainsi éviter ou limiter le handicap psychique.
- ▶ **Ensuite, la déstigmatisation.** Nous connaissons la représentation de ces pathologies dans la population en général (et même chez certains de nos dirigeants, tels les amalgames entre malades psychiques et terroristes !).

La stigmatisation et les préjugés négatifs ont pour conséquences, pour les personnes vivant avec des troubles psychiques, une mise à l'écart, des refus de se soigner ou de faire valoir leurs droits.

Une des priorités de notre récent projet associatif est justement d'améliorer la compréhension des maladies, de porter un autre regard sur les personnes touchées.

L'Unafam s'engage à côté de partenaires (Santé Mentale France et INFIPP). Il s'agit d'un projet ambitieux qui doit se démultiplier sur le terrain, en s'assurant de la qualité de sa diffusion. Les services de l'État sont "partie prenante" dans ce projet. En effet, le Comité interministériel pour la santé vient de le reprendre dans les 25 mesures phares de la politique de prévention.

Il nous est demandé, en particulier, que l'action puisse s'adresser, dès 2019, aux étudiants.

Au-delà de cette action, l'Unafam se préoccupe tout autant de ceux qui vivent aujourd'hui avec des troubles sévères. Et là, ce n'est pas gagné, nous avons besoin toujours et encore de nous mobiliser.

Bien à vous



Béatrice Borrel, Présidente

M. LE PRÉSIDENT, PASSEZ A L'ACTE !

Created by Creativart - Freepik.com



A la veille de son discours au Parlement européen, 51 associations de familles, dont l'Unafam, ont sollicité le soutien du Président de la République, Emmanuel Macron, à la directive européenne sur l'équilibre vie professionnelle, vie privée

des parents et des aidants ([à consulter ici](#)) à travers une [lettre ouverte](#) en date du 18 avril.

Les associations rappellent que cette directive concernerait 550 millions d'Européens, qu'il s'agisse d'aidants de personnes présentant une vulnérabilité liée à l'âge, au handicap, à des maladies invalidantes... Et que la plupart d'entre eux sont des femmes, qui pourraient concilier leur rôle d'aidant et un emploi grâce, notamment, à des aménagements de temps de travail.

Les objectifs spécifiques de cette mesure

sont les suivants :

- ▶ Améliorer l'accès aux modalités permettant de concilier vie professionnelle et vie privée – telles que les congés et les formules souples de travail ;
- ▶ Augmenter le recours des hommes aux congés familiaux et aux formules souples de travail.

Si cette directive était votée, les impacts positifs seraient nombreux : augmentation de l'emploi des aidants, de leurs revenus, de la progression dans leur carrière, riment bien souvent avec prospérité économique et familiale, inclusion sociale et meilleure santé.

PROJET DE LOI LOGEMENT (ELAN) : L'UNAFAM SE MOBILISE

Le [projet de loi ELAN \(Évolution du Logement et Aménagement Numérique\)](#) fait débat, notamment en matière de logements destinés aux personnes handicapées. En témoigne l'article 18 qui réduit le quota de logements neufs accessibles à 10%, le reste étant des logements "évolutifs".

L'Unafam a cosigné, avec plusieurs organisations, représentatives des personnes en situation de handicap et de lutte contre l'exclusion, un [communiqué de presse](#) avant la présentation du projet de loi le 4 avril au Conseil des ministres. Elle dénonce ce quota **discriminatoire et en totale contradiction avec le droit des personnes** à choisir librement leur lieu de vie (article 19 de la [Convention de l'ONU relative au droit des personnes handicapées, pourtant ratifiée par la France en 2010](#)).

Par ailleurs, l'Unafam a fait un travail de lobbying auprès des membres de l'Assemblée Nationale en proposant plusieurs amendements, infléchissant certaines dispositions du projet de loi afin de prévenir les **expulsions locatives dues à des problèmes de santé**, notamment :

- ▶ grâce à l'intervention des **équipes de coordination thérapeutique**,
- ▶ par la mise "en cohérence [des] **plans départementaux** d'accès à l'hébergement et aux logements des personnes défavorisées (PDAHLPD) et [des] **programmes régionaux** d'accès dans le logement accompagné des personnes en situation de handicap psychique, avec des objectifs communs",

- ▶ par l'élargissement "[des] **compétences des conseils locaux de santé mentale (CLSM)**".

L'Unafam fait aussi pression sur les institutions et parlementaires afin de proposer la création d'un **droit au logement accompagné, "allocation"** qui pourrait être mise en commun dans un habitat partagé, si tel est le choix des personnes concernées, avec des personnels rémunérés pour les soutenir.

L'Unafam rappelle qu'en ce qui concerne le handicap psychique, la priorité doit être donnée au **logement accompagné** (en logement individuel ou partagé). Sans oublier les établissements médico-sociaux pour ceux qui sont moins autonomes.

Actuellement, cet accompagnement peut être réalisé par des Services d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS), mais le nombre de places est réduit (souvent 2 ans d'attente). Par ailleurs, l'**attribution de la Prestation Compensatoire du Handicap (PCH) pour obtenir une aide humaine** est très peu accessible pour les personnes vivant avec des troubles psychiques, les critères d'éligibilité visant essentiellement le handicap physique. La question centrale de l'accès à la PCH a été rappelée lors du comité d'entente handicap du 14 mars auprès du Défenseur des droits.

Le projet de loi ÉLAN doit être discuté à l'Assemblée nationale fin mai 2018. L'Unafam ne manquera pas de vous tenir informés de ce dossier.

PARTICIPEZ A L'ÉTUDE "SOIGNER LA DÉPRESSION : CE QUI COMPTE POUR VOUS"

Voici l'occasion de participer à une enquête scientifique menée par l'INSERM recueillant les **attentes par rapport aux traitements de la dépression**. Ce questionnaire s'adresse aux personnes souffrant ou ayant souffert de dépression mais **aussi à leur entourage qui ont de fait une expérience de la maladie vécue par leur proche** et aux cliniciens qui s'en occupent.

Participer consiste à remplir un questionnaire en ligne qui

prend moins de 10 minutes à l'adresse suivante : <http://clinicalepidemio.fr/depression/>

Participer consiste aussi à **partager l'étude avec le plus grand nombre de personnes car nous sommes beaucoup à être concernés**, soit parce que nous avons souffert de dépression, soit parce que nous connaissons quelqu'un qui a souffert de dépression.

D'avance, un grand merci à tous !

FOCUS

L'Unafam partenaire du film « Rester vivant - Méthode »



L'Unafam et France Culture sont partenaires du film "Rester vivant – méthode", avec la rockstar Iggy Pop, l'écrivain Michel Houellebecq et le peintre Robert Combas. Ce film traite de la question du processus de création à travers les témoignages d'artistes vivant avec des troubles psychiques et

de leurs proches. Il sortira dans les salles de cinéma le 9 mai 2018. Vous pouvez visionner la bande annonce en cliquant ici : <https://vimeo.com/261858628>

Ce film va être diffusé dans plusieurs salles à travers la France. Ce partenariat a pour objet de privilégier la parole de l'Unafam, notamment lors de ciné-débats lors des projections. Et pour toutes les villes où les délégations Unafam auraient envie de faire des projections ou des animations autour du film, la société de distribution se tient à leur disposition pour que cela ait lieu dans les meilleures conditions.

Nous espérons que ce partenariat permettra à notre réseau de pouvoir s'appuyer sur le film comme d'un outil concret pour faire parler des troubles psychiques et de la cause que nous défendons !

LANCEMENT DU CONCOURS D'ART POSTAL UNAFAM 2018

L'Unafam lance son **cinquième concours d'art postal**, auquel s'associent le Musée de La Poste et le GEM Artame Gallery. Il aura pour thèmes : le **CONTE** et **RÊVES D'ENFANTS** (au choix).

L'art postal offre un moyen de communication et d'expression accessible à tous : artistes amateurs ou professionnels, jeunes ou moins jeunes, personnes vivant avec un handicap ou non... Toutes les possibilités sont offertes : peinture, collage, dessin... sur une enveloppe affranchie dont la dimension ne dépasse pas 32 cm de côté et envoyée **avant le 20 septembre**. Le règlement complet et le bulletin de participation sont disponibles [sur le site national de l'Unafam](#). Des membres de l'Unafam, du Musée de La Poste et du GEM Artame Gallery composeront, entre autres, le jury qui désignera les lauréats des catégories enfants et adultes.

Les prix seront remis à l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale en octobre 2018.

ASSEMBLEE GENERALE ORDINAIRE DE L'UNAFAM

L'Assemblée Générale Ordinaire (AGO) de l'Unafam aura lieu le **jeudi 21 juin 2018** à Paris. Vous recevrez, à partir de la dernière semaine de mai, une enveloppe contenant votre convocation, la liste des résolutions, l'ordre du jour et

le bulletin de vote par correspondance. Vous y trouverez aussi une présentation synthétique du rapport moral et financier pour l'exercice 2017, la liste des candidats au Conseil d'administration, le bilan au 31/12/2017, le compte de résultat pour l'exercice 2017 et le budget 2018.

Même si vous pouvez assister à l'AGO, nous vous recommandons de **voter par correspondance** en utilisant l'enveloppe retour "Assemblée Générale Ordinaire" contenue dans ce courrier pour simplifier le traitement des bulletins.

Informations pratiques :

Assemblée Générale Ordinaire de l'Unafam Jeudi 21 juin à partir de 14h

ASIEM, 6 Rue Albert de Lapparent - 75007 Paris

Métro : ligne 10 : Ségur - ligne 6 : Sèvres Lecourbe - ligne 13 : St François-Xavier.

PSYCYCLETTE : MILLESIME 2018 !

Du **11 au 19 juin 2018**, l'Unafam lance la cinquième édition de **Psycycllette**. Psycycllette, c'est une randonnée cyclotouriste de plus de 1000 kilomètres contre les idées reçues et un défi audacieux : traverser la France à vélo en faisant participer des personnes souffrant de troubles psychiques, des soignants, des bénévoles de l'Unafam et des cyclotouristes avertis.

A chaque ville traversée, les "psycyclistes" vont à la rencontre des habitants afin de parler de leur initiative et de briser les tabous sur les maladies

psychiques à travers des manifestations festives.

Participez au défi ! Que ce soit dans une ville-étape près de chez vous ou à l'arrivée à Paris, n'hésitez pas à bloquer la date dans vos agendas pour acclamer nos valeureux cyclotouristes lors de leur arrivée !

Si vous le souhaitez, vous pouvez aussi **soutenir Psycycllette en participant au financement des frais d'hébergement et de repas des "psycyclistes"** en faisant un don et en invitant votre entourage à faire de même sur la page de financement participatif de Psycycllette 2018 : www.alvarum.com/unafam/psycycllette2018.

PSYCYCLETTE #5

2 PARCOURS

DÉPARTS

GAP : LE 11 JUIN

ALBI : LE 12 JUIN

ARRIVÉES

GAP : LE 16 JUIN

SAINT-DIÉ-DES-VOSGES : LE 19 JUIN

22 VILLES TRAVERSÉES

LE 11 JUIN : Forcalquier

LE 12 JUIN : Avignon, Rodez

LE 13 JUIN : Alès, Mende

LE 14 JUIN : Le-Puy-en-Velay

LE 15 JUIN : Saint-Chamond (soirée festive)

LE 16 JUIN : Gap, Bourg-en-Bresse

LE 17 JUIN : Dole

LE 18 JUIN : Vesoul

LE 19 JUIN : Saint-Dié-des-Vosges

Agenda

PARLONS PSY

La Fondation de France et l'Institut Montaigne organisent des **rencontres dans six villes : le 5 juillet à Lyon, le 10 octobre à Lille, fin novembre à Nantes, puis Strasbourg, Bordeaux et Paris en 2019**. Fondée sur une démarche inédite de réflexion participative, cette rencontre donnera la parole aux personnes concernées : patients, familles, soignants, chercheurs, élus et employeurs, avec pour objectif de partager les meilleures pratiques et trouver de nouvelles solutions.

Plus d'informations sur [le site de la Fondation de France](#).

DE LA DISQUALIFICATION À LA PRISE DE PAROLE EN SANTÉ MENTALE

L'association Advocacy a mené pendant deux ans une étude sous la forme d'une recherche action réalisée par des usagers en santé mentale. Pour restituer les résultats de cette enquête, Advocacy organise une conférence "De la disqualification à la prise de parole en santé mentale" le **20 juin au Ministère de l'Economie et des Finances à Paris**.

Inscription gratuite en ligne avant le 15 juin [ici](#)

SANTÉ MENTALE ET CITOYENNETÉ

Le **13 juin au Ministère de la Santé** à Paris, Santé Mentale France consacrera une journée entière à la citoyenneté des personnes vivant avec des troubles psychiques. L'objectif : repérer les facteurs susceptibles de freiner ou de favoriser la citoyenneté des usagers dans les stratégies de rétablissement.

Programme et le bulletin d'inscription [sur le site de Santé Mentale France](#).

16^e CONGRÈS DE SOINS SOMATIQUES ET DOULEUR

L'Association nationale pour la promotion des soins somatiques en santé mentale (ANP3SM) organise la 16^e édition de son congrès, **du 27 au 29 juin à l'Institut Pasteur** à Paris. Y seront notamment évoquées la question de la coordination entre médecine somatique et psychiatrie, de l'éthique, du rôle de l'infirmier, de la nutrition, de l'éducation thérapeutique, des soins bucco-dentaires, des techniques non-médicamenteuses et de la douleur émotionnelle.

Programme et inscriptions sur [le site de l'ANP3SM](#)

• FOIRE AUX QUESTIONS • SERVICE SOCIAL •

Mon frère perçoit l'Allocation de Solidarité pour les Personnes Agées (ASPA) mais il dépasse depuis peu le plafond de ressources pour continuer à avoir la CMU complémentaire ; que peut-il faire ?

L'ASPA permet d'assurer un niveau minimum de ressources à l'âge de la retraite. L'article 40 de la Loi de Financement de la Sécurité Sociale pour 2018 a augmenté les montants de l'ASPA : 30€ supplémentaires en 2018, soit un montant mensuel de l'ASPA à 833,20 € avec un plafond de ressources à ne pas dépasser de 9994,40€ (pour une personne).

En 2019 et 2020 ce montant mensuel sera porté à 903 €.

Afin que cette hausse de l'ASPA n'exclue pas ses allocataires du dispositif de la Couverture Maladie Universelle Complémentaire (CMU C)* ni de l'Aide à la Complémentaire Santé (ACS),

cette Loi de financement l'a assortie d'un abattement, fixé par arrêté et limité à 15%, qui s'applique sur le montant de l'ASPA, mais aussi celui de l'Allocation aux Adultes Handicapés (AAH) et de l'Allocation Supplémentaire d'Invalidité (ASI).

Rappel concernant l'ASPA et les allocataires de l'AAH arrivant à l'âge de la retraite : L'article L821-1 du Code de la Sécurité sociale (complété par l'article 87 de la Loi de Financement de la Sécurité Sociale pour 2017) précise que le droit à l'AAH est ouvert lorsque la personne ne peut prétendre à un avantage vieillesse, à l'exclusion de l'Allocation de solidarité pour les Personnes Âgées.

Par conséquent, depuis le 1^{er} janvier 2017, les bénéficiaires de l'AAH justifiant d'un taux d'incapacité supérieur ou égal à 80% et atteignant l'âge auquel les bénéficiaires sont réputés inaptes au travail **n'ont plus**

l'obligation de faire valoir leur droit à l'ASPA pour continuer à percevoir l'AAH. L'AAH peut continuer à être perçue sans qu'aucune démarche ne soit parallèlement faite auprès de la CARSAT s'agissant de l'ASPA. Seules les personnes bénéficiaires de l'AAH ayant atteint l'âge de l'inaptitude avant le 1^{er} janvier 2017 et/ou ayant une retraite personnelle à liquider doivent respecter le principe de subsidiarité applicable antérieurement au 1^{er} janvier 2017 et donc solliciter l'ASPA, lorsque l'AAH ne peut plus être versée, c'est-à-dire après 62 ans pour les personnes nées à partir du 1^{er} janvier 1955.

Référence : loi de Financement pour la sécurité sociale pour 2018

*CMU C - plafond de ressources annuel : pour 1 personne 8810 € et 9806€ dans les DOM

Isabelle DEBIASI - Assistante sociale secteur Île-de-France - isabelle.debiasi@unafam.org



• LE SERVICE ÉCOUTE-FAMILLE VOUS RECOMMANDE •

« Ce qui peut aider un jeune à trouver sa voie, c'est son pouvoir de rêve », un entretien avec Boris Cyrulnik paru dans *Le Monde* (12.12.2016). Ne pas se précipiter, rêver, voyager... C'est ce que préconise Boris Cyrulnik aux lycéens et étudiants avant de choisir une voie professionnelle.

ATELIERS D'ENTRAIDE "PROSPECT"

PROCHAINS ATELIERS : ACCÉDEZ À LA CARTOGRAPHIE DES ATELIERS D'ENTRAIDE "PROSPECT" EN CLIQUANT ICI

- ▶ Arras (62) - 13, 19 et 26 mai
- ▶ Nantes (44) - 25, 26, 27 mai
- ▶ Valence (26) - 25 mai et 2, 3 juin
- ▶ Grenoble (38) - 9 et 16, 17 juin
- ▶ Villenave d'Omon (33) - 9, 10 et 23, 24 juin
- ▶ Chambéry (73) - 16 et 23, 24 juin
- ▶ Niort (79) - 22, 23, 24 Juin

JOURNÉE APRÈS - "PROSPECT"

- ▶ Palaiseau (91) - 05-mai
- ▶ Clermont-Ferrand (63) - 05-mai

JOURNÉE D'INFORMATION SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES

PROCHAINES SESSIONS : ACCÉDEZ À LA CARTOGRAPHIE DES JOURNÉES "TROUBLES PSYCHIQUES" EN CLIQUANT ICI

- ▶ Lyon (69) - 28/04/2018
- ▶ Chambéry (73) - 05/05/2018
- ▶ Toulouse (31) - 05/05/2018
- ▶ Clermont (60) - 12/05/2018
- ▶ Amiens (80) - 26/05/2018
- ▶ Poligny (39) - 26/05/2018
- ▶ Bordeaux (33) - 26/05/2018
- ▶ Lyon (69) - 02/06/2018
- ▶ Cergy-Pontoise (95) - 03/06/2018
- ▶ Paris (75) - 07/06/2018
- ▶ Bois-Colombes (92) - 09/06/2018
- ▶ Orléans (45) - 09/06/2018

JOURNÉE D'INFORMATION ÉCOLE ET TROUBLES "PSY"

- ▶ Epinal (88) - 25 mai
- ▶ Chaumont (52) - 26 mai
- ▶ Dijon (21) - 1^{er} juin
- ▶ Chalons-sur-Saône (71) - 2 juin

FORMATION MIEUX COMMUNIQUER AVEC SON PROCHE BIPOLAIRE

- ▶ Dijon (21) - 3 et 4 mai
- ▶ Orléans (45) - 1^{er} et 2 juin
- ▶ Amiens (80) - 9 et 16 juin
- ▶ Paris (75) - 23, 24 juin

Les ateliers d'entraide "PROSPECT", la journée Après-"PROSPECT", la journée d'information sur les troubles psychiques, la journée d'information école et troubles "psy" et la formation "Mieux communiquer avec son proche bipolaire" sont ouverts à toute personne touchée par les troubles psychiques d'un proche, qu'elle soit adhérente ou non à l'Unafam. Informations et inscriptions auprès de vos délégations.



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

ASSOCIATION RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE | 12, villa Compoint 75017 Paris - Tél. : 01 53 06 30 43
Fax : 01 42 63 44 00 - Écoute-famille : 01 42 63 03 03

