

# construire

BULLETIN de l'UNAFAM des YVELINES

## Sommaire

### Éditorial :

« Humaniser les services psychiatriques ? »

Xavier Mersch p. 1

### Schizophrénie et relation à l'autre

Jean Laviolle p. 2 & 3

### Arts Convergences

Marie-Claude Charlès p. 4 & 5

### Accessibilité à l'Art et à la Culture

Claude Tracq p. 6

### Allo ... L'accueil famille de l'UNAFAM ?

Gérard de Vallois p..7

### Les brèves,

Marie-Claude Charlès p.8

### Nous avons lu pour vous :

Manuel de psychoéducation,

Troubles bipolaires Gérard Laboisie p..8

## « Humaniser » davantage les services psychiatriques ?

C'était en 1990. Stéphane avait 22 ans. Il est arrivé comme stagiaire dans notre entreprise, j'ai été chargé de l'accompagner. En troisième, il avait commencé à décrocher et peu à peu ses troubles s'étaient accrus.

Nos dialogues quotidiens n'ont pas porté que sur les projets de constructions d'immeubles que je lui demandais d'étudier. Stéphane chantait dans le métro, il m'a offert la cassette de ses chansons ; il y criait tout son espoir de vivre, il y dénonçait tous les murs qui se dressaient devant lui. Stéphane vivait décalé ; en plein hiver, il ouvrait toute grande la fenêtre de son bureau.

J'ai insisté plusieurs fois pour qu'il retourne à l'hôpital. A chaque fois, il me répondait : « **Vous, vous ne savez pas ce que c'est, la vie à l'hôpital !** ». Stéphane s'est jeté par la fenêtre de l'appartement de ses parents ; sa chute a été amortie par le store du fleuriste d'en bas. Il est revenu à nos bureaux avec ses béquilles et sa jambe dans le plâtre. Un samedi soir, il s'est jeté sous un métro. Histoire triste, qui m'a marqué et me marque encore.

Récemment, la Directrice des soins d'un hôpital des Yvelines nous disait : « Nous travaillons actuellement à humaniser les chambres d'isolement dans lesquelles il n'y a qu'un lit, une table, une chaise ; nous les rendons plus vivantes... ». J'ai été frappé par ce mot : *humaniser*.

Ces deux faits – la remarque de Stéphane « *vous ne connaissez pas ce qu'est la vie à l'hôpital !* » et les recherches de soignants pour rendre cette vie plus agréable – nous ont conduits à un bon échange entre membres du Comité de rédaction de CONSTRUIRE.

Oui, avons-nous constaté, tout cadre hospitalier doit être codifié et structuré, sinon ce serait la pagaille ; de plus, la vie dans un hôpital comprend du matin au soir des échanges multiples entre soignants et malades, entre malades. Pour celui qui est en pleine crise, ces codes et ces échanges sont difficiles à supporter. Ils le seront toujours, car le rejet de ces règles et de ces relations fait partie intrinsèque des maladies psychiques.

Et pourtant, cette recherche d'humanisation des services psychiatriques est hautement souhaitable. Elle entre dans une longue évolution, depuis des années. Comment rendre ces lieux plus vivants ? Comment y proposer plus d'activités de culture, de dessins, de musique, de chants, de vidéos, de jeux, d'échanges ? Soigner n'est pas seulement prescrire des protocoles. Soigner, n'est-ce pas veiller aussi à ce que l'ambiance du service soit aussi porteuse et pleine de vie que possible, même avec des personnes que leur maladie rend peu motivées ?

Comme proches de personnes hospitalisées, n'oublions pas de soutenir ce souci d'humanisation qu'ont de très nombreux soignants. Grâce à eux, en 2014, plus de 20 ans après, Stéphane aurait sans doute moins de réticence à accepter de retourner dans un hôpital.

Xavier Mersch



LN photo traitée numériquement

Site de l'UNAFAM Yvelines : [www.unafam78.com](http://www.unafam78.com) ; UNAFAM Yvelines : 13 rue Hoche 78000 Versailles : tél.01 39 54 17 12

Accueil Famille : tél. 01 39 49 59 50—Site de la Maison du Handicap : [www.mdp78.yvelines.fr](http://www.mdp78.yvelines.fr)

Équipe de Rédaction : Marie-Claude Charlès, Gérard Laboisie, Jean Laviolle, Xavier Mersch, Gérard de Vallois.

# Schizophrénie et relation à l'autre

La juste perception de l'autre, de ses émotions, des messages qu'il nous adresse, est indispensable au bon développement des relations sociales. Dans la schizophrénie cette perception plus ou moins perturbée est handicapante. La détermination de ces troubles relationnels est une des cibles de la recherche actuelle sur cette maladie.



Relation à l'autre

On désigne par **cognition sociale** l'ensemble des compétences impliquées dans la relation à autrui. : comment comprendre, *sans fausse interprétation*, le comportement de l'autre (des autres), mais aussi pouvoir anticiper et s'y ajuster dans nos réponses ? Cela implique la prise en compte de ses messages verbaux (ses paroles) et non verbaux (gestuelle, regard, mimiques, posture), mais aussi de ses émotions, ce qui nous renvoie à nos capacités d'empathie.

## Quels troubles ?

Dans la schizophrénie, ces compétences sont altérées à des degrés variables. Ces altérations sont souvent plus sévères que les troubles cognitifs « classiques », (attention, mémorisation, apprentissage) et *peuvent préexister* à l'apparition des symptômes psychotiques plus bruyants.

Elles vont se traduire par :

- une incapacité à se mettre à la place de l'autre, le comprendre, reconnaître ses émotions,
- une difficulté à distinguer soi et autrui,
- une tendance à conclure trop vite, sur trop peu d'indices et dans une fausse direction.

**Un geste, un regard, un silence, un mot deviennent cause de stress, souvent de sentiment d'hostilité, renforçant l'isolement, le retrait et la méfiance. Il en découle souvent une apparence peu chaleureuse ou indifférente aux autres, quand ce n'est pas une franche hostilité, souvent adressée aux plus proches... les parents !**

**Les sous-entendus, l'humour sont souvent mal perçus. Le retour de l'accès à l'humour témoigne souvent d'un mieux-être de la personne malade.**

La prise en charge des troubles de la cognition sociale est souvent rendue difficile par d'autres troubles cognitifs :

- les difficultés de motivation : avoir envie de, et se tenir à un projet

- pouvoir penser sur soi-même, reconnaître ses difficultés, percevoir ses limites et le besoin d'aide.

## Comment y remédier ?

Ces troubles persistants, socialement handicapants, sont peu accessibles aux traitements médicamenteux et sont relativement indépendants des autres symptômes. Leur prise en compte a nécessité de mettre au point une échelle d'évaluation précise permettant la mise en place d'un « programme de soins rééducatifs et psychothérapeutiques » dans différents Centres Experts, dont Versailles, en lien avec le psychiatre traitant.

Ces programmes de remédiation cognitive vise plusieurs objectifs :

- améliorer la reconnaissance par le sujet de ses difficultés,
- favoriser un possible changement,
- inciter à accepter une aide extérieure.

## Quelles actions pour atteindre ces objectifs?

- accompagner la personne dans des mises en situation répétitives, dans une sorte de travail éducatif,
- améliorer l'identification des émotions et des messages envoyés par l'autre. Il s'agit, avec la participation active de la personne, soit d'un surentraînement, soit d'une aide à la mise en place de stratégies de substitution. On lui demande ce qu'elle a compris, on l'aide à mieux décoder.

## Neuro-imagerie et cognition

L'Imagerie à Résonnance Médicale (IRM) permet de mesurer et de localiser l'activité cérébrale, pendant que le sujet effectue un certain nombre de tâches liées à la cognition sociale. Plusieurs régions interconnectées vont s'activer, correspondant à la perception des émotions, la sensorialité, la différenciation de soi et des autres.

Dans la schizophrénie, on peut retrouver une *réduction de volume* dans une zone temporale profonde en lien avec un déficit de traitement des émotions, et une *diminution d'activité* de certaines zones frontales antérieures et temporales.

Grâce à la neuroplasticité cérébrale, cette remédiation cognitive permettrait ainsi la réactivation progressive des zones altérées. Des programmes de recherche sont en cours dans différents centres-experts, les premiers résultats sont prometteurs.



Chimère Œuvre de Sébastien  
Membre de l'association Arts Convergences

## La place de la famille

L'amélioration des compétences du sujet passe par la prise en compte et le soutien de l'entourage, par la psychoéducation, les groupes de soutien (Prospect, Pro-famille...), etc.

Devenir parents en étant malades : familles et soignants sont également soucieux du retentissement de ces troubles dans le cas de l'accès à la **parentalité d'un jeune malade**. Comment le parent malade peut-il s'accorder émotionnellement ou tenir une distance relationnelle adéquate avec ses enfants ? Comment l'aider, soutenir ce lien qui se construit ? Il existe, dans certains hôpitaux psychiatriques, des unités parents enfants spécialisées qui ont prouvé leur efficacité.



## Empathie et neurones miroirs

On définit **l'empathie** comme la capacité à reconnaître et évaluer l'émotion de l'autre, et à y répondre de façon adaptée. Elle est donc un élément central dans cette notion de cognition sociale. Ce concept ancien (il date de 1907) rebaptisé « théorie de l'esprit » retrouve son actualité avec la découverte des **neurones miroirs**.

Tout commence en 1996 quand Rizzolatti découvre, dans le lobe frontal du singe un *groupe de neurones activés de manière identique* lorsqu'il se prépare à effectuer un certain mouvement (saisir un aliment...) et lorsqu'il voit seulement ce même acte effectué par un autre.



On a retrouvé ces neurones également chez l'homme dans les lobes frontaux et pariétaux. Ils s'activent aussi bien dans l'observation de l'action chez l'autre, que dans son imagination, sa préparation et son exécution chez soi-même. On sait donc qu'ils assurent « *l'activation commune chez soi et autrui de groupes de neurones spécialisés dans la perception, la représentation (le fait d'y penser) et la production de l'action, de l'intention et de l'émotion* » (Pr. Georgieff).

Ces neurones miroirs participent, non seulement à l'imitation et l'apprentissage, mais aussi au *partage d'expériences communes* (pensée, action, émotion), par une activation cérébrale analogue à celle d'autrui !

Mais pour bien fonctionner, le sujet doit aussi *pouvoir repérer les différences entre soi et l'autre* : l'empathie suppose non seulement un partage de représentations ou d'expériences avec autrui, mais aussi un mécanisme de distinction entre les deux ! Une zone spécifique dans cette fonction discriminante a été retrouvée dans le lobe pariétal droit (Farrer 2003).

Certains auteurs ont émis l'hypothèse d'un défaut de fonctionnement des systèmes miroirs dans la schizophrénie. Leur exploration spécifique de ces « systèmes miroirs » dans les pathologies psychiatriques est une voie de recherche intéressante, qui permettra encore mieux de comprendre et d'améliorer ces troubles relationnels parfois méconnus, souvent incompris, toujours handicapants.

Jean Laviolle

# Arts Convergences ?

Ce lundi de février, un pâle soleil hivernal m'accompagne dans les locaux qu'utilise l'association Arts Convergences à Versailles. Je dois y rencontrer des artistes souffrant ou non de troubles psychiques et Laurence Dupin, fondatrice et présidente de Arts Convergences.

Mur est noir et blanc.  
Parfois tôt ou tard,  
A l'hiver d'un soir.  
Extirpé des clans  
Guidé d'eau brouillard  
Chuté au sang d'y croire.

*Haïku d'Hadrien*

Celle-ci m'avait indiqué les objectifs de cette association qui agit à l'écart des structures de soins : « *Faire travailler avec un objectif commun des artistes et des personnes ayant des difficultés psychiques, afin de leur permettre d'imaginer, de maîtriser et de réaliser un projet culturel et artistique d'envergure* ». J'étais impatiente de rencontrer les uns et les autres et de découvrir avec eux leur projet.

## Qui sont les artistes bénéficiaires ?

Agés d'une vingtaine à une cinquantaine d'années, ils viennent de tous les coins des Yvelines. Qu'ils aient ou non suivi une formation dans leur domaine de prédilection, tous partagent l'envie, le besoin de créer sous des formes artistiques variées. Tous doivent dominer les perturbations que les troubles psychiques leur infligent tant dans leur vie quotidienne que dans la conduite de leurs projets artistiques. Cette année, une dizaine d'artistes fréquente régulièrement l'atelier hebdomadaire. Le taux de participation y est de 80 % et chacun prend la peine de prévenir de son absence.

## Que trouvent-ils à Arts Convergences ?

L'association met à leur disposition tous les moyens matériels utiles à la réalisation de leur œuvre. Cette année, elle a mis en place un studio photo professionnel comprenant des boîtes à lumière, des flashes synchronisés, des fonds de studios, le logiciel Photoshop ainsi que châssis, toiles, peinture, fusains et tous les médiums dont ils ont besoin au gré de leurs créations.



*Portrait chinois de Valentin*

Annick Volle, photographe, plasticienne, diplômée des Beaux Arts, ayant déjà exposé à Beaubourg, a pris la direction artistique du projet ; elle est accompagnée par deux artistes peintres Rosemary Chatin et Pascale Lander. Ponctuellement, Yoïaine Destremau, romancière, et Gaëlle Germain, journaliste réalisatrice interviennent pour les écrits et les images vidéo. Ces artistes professionnelles agissent en tuteurs en laissant émerger et en rendant possibles les projets que les participants imaginent et réalisent avec différents supports. Tous ensemble ont plébiscité pour l'exposition de cette année le thème du "Portrait", pris au sens large.

## Que souhaitent les artistes encadrantes ?

Annick Volle et ses paires considèrent chacun avant tout comme un artiste. De la maladie, il n'est pas question. Chaque participant est là pour créer, mener à bien son projet, lâcher l'émotion première pour lui donner une réelle dimension artistique, apprendre à se distancier de sa production. Les encadrantes souhaitent développer chez « ces graines d'artistes » une intelligence sensible, une réflexion sur la façon de rendre ce que l'on veut exprimer, la capacité à reprendre son œuvre comme celle de s'arrêter à temps.

La prise en compte de l'autre, compagnon d'atelier, tuteur, spectateur, fait aussi partie du processus. Celle-ci se matérialisera de manière forte pour ceux qui présenteront leurs œuvres lors de l'exposition à l'Orangerie de Madame Elisabeth.

## Que disent les participants ?

Extraits des conversations que j'ai eues avec quelques uns d'entre eux.



*Sandrine réalise un « portrait astronomique »*

### Sandrine :

« *C'est intéressant d'élaborer un projet. Ici je découvre le plaisir d'être encadrée.* »

**Pierre :** « *Avant de participer à ce projet, j'avais l'habitude de travailler avec des copains, pas toujours disponibles : mon travail n'aboutissait pas. Là je sais que mon film vidéo va aboutir. Le lundi c'est un moment de paix dans la semaine. Je prends l'habitude de phases créatives qui ne se font pas dans la souffrance.* »

# Arts Convergences ?



Portrait aux olives de Pierre

## Anne-Izabelle, photographe :

*J'étais encore hospitalisée lorsqu'on m'a proposé de participer à ce projet, stimulée à l'idée d'être avec d'autres artistes, j'avais envie de me remettre au travail. Maintenant, le lundi c'est pour moi une valeur sûre. Je suis contente d'être dans ce groupe, de me faire plaisir et de faire plaisir aux autres. Mon travail n'est plus un exutoire, c'est une forme d'épanouissement .*

## Valentin :

*Venir est un effort et je suis un passionné de la paresse ! Pourtant, je viens, je dessine, j'écris.*



Fatima  
et Alix  
au travail

## Alix :

*Je travaille l'acrylique. C'est un travail rapide, spontané, mais qui doit être pensé, propre. J'apprécie de travailler en groupe, de sortir de la solitude de l'atelier.*

Lorsque j'ai quitté Versailles, le soleil était éclatant ! Je venais de rencontrer des personnes capables de donner et recevoir, de s'écouter et échanger dans le calme de l'action réfléchie, de partager la passion de la création.

Dans l'un de ses romans, Yolaine Destremau cite un proverbe indien : « Tout ce qui n'est pas donné est perdu. »

Artistes confirmés et artistes en devenir nous donneront à voir leurs créations du 4 au 6 juillet 2014 à l'Orangerie de

Madame Elisabeth : ne perdons pas notre temps, offrons-leur le nôtre en visitant leur expo.

Où se trouve l'Orangerie ?  
Orangerie de Madame Elisabeth,  
Domaine de Montreuil  
Avenue de Paris,  
78000 Versailles



© Conseil Général des Yvelines

Marie-Claude Charlès

Merci aux Artistes d'Arts Convergences pour leur accueil, leurs paroles et l'autorisation de publier la reproduction de leurs œuvres.

## Avis aux adhérents de l'UNAFAM 78

*Si votre proche est intéressé par le dessin, la peinture, la pratique des arts visuels et qu'il pense pouvoir développer ses qualités artistiques s'il était encadré, soutenu par l'équipe d'Arts Convergences, il peut prendre contact à l'adresse e-mail qui suit.*

*L'atelier, après cette année test, continuera ses activités durant la prochaine année scolaire.*

**Arts CONVERGENCES**

Site :

<http://artsconvergences.com>

Pour prendre contact

[contact@assoconvergences.com](mailto:contact@assoconvergences.com)



Portrait de l'un des Rois d'Alix

# Accessibilité à l'Art et à la Culture

Le 14 janvier 2014, la Commission Nationale Culture et Handicap (CNCH) regroupant de nombreuses associations de personnes handicapées dont l'UNAFAM, s'est tenue en présence de Mme FILIPETTI, Ministre de la Culture et Mme CARLOTTI Ministre en charge de personnes handicapées.

Michel GIRARD, vice-président de l'UNAFAM, a mis l'accent sur l'importance des activités créatrices pour les personnes souffrant d'un handicap. Bien qu'ayant une image dévalorisée d'elles mêmes elles ont souvent une force de création artistique (picturale, musicale, plastique, expression théâtrale, etc.) qui ne demande qu'à s'exprimer.

**Il faut pour cela créer un environnement favorable à cette création artistique. Les réussites locales démontrent combien, en particulier pour les malades psychiques, l'art peut être un bon chemin d'intégration, de réintégration réussies dans la société.**

Selon les cas, ces activités sont portées soit par des ESAT spécialisés, (théâtre, arts vivants, musique...), 4 ou 5 en France, soit par des GEM (Groupes d'Entraide Mutuelle) comme *Artame Gallery Paris XX<sup>ème</sup>*, pour les arts plastiques.



Il semble que nous soyons entrés dans une phase constructive et souhaitons vivement que ces propositions puissent se concrétiser car l'accès à l'Art et à la Culture est un droit pour tout citoyen.

Claude TRACQ



Il serait souhaitable sur le plan national, d'établir, un réseau national d'ESAT et / ou GEM à vocation artistique et culturelle.

**En complément, il serait intéressant de former des médiateurs culturels** ayant une connaissance, une compréhension des handicaps permettant d'ouvrir à toutes les personnes handicapées l'accessibilité la plus large possible à la culture et à l'art.

**Nos proches malades ont particulièrement besoin d'être stimulés, sensibilisés dans ces domaines.**

Des modèles existent chez ATD Quart monde ou Culture du cœur.

## Qu'est ce qu'Artame Gallery ?

Le GEM Artame Gallery a su constituer avec ses adhérents artistes un réseau de partenaires : professionnels du médico-social, artistes reconnus, bénévoles...

Ces artistes sont bien insérés dans la vie du quartier grâce à des animations lors des ateliers portes ouvertes, à des expositions dans leur galerie, à une braderie annuelle... Ils peuvent exposer avec d'autres personnes handicapées comme à l'Hôtel de Ville de Paris durant l'exposition récente de l'Art Brut .

Il existe aussi des projets d'expositions hors les murs comme avec les Ateliers Artistes de Belleville (AAB) et un groupe d'artistes de Lyon, adeptes de l'Art Singulier, *Biennale hors les normes...*

Merci à LN artiste adhérente d'Artame Gallery pour les tableaux qu'elle nous a autorisés à reproduire.

# Allo.... l'accueil familles de l'UNAFAM ?

## - Allo.... l'accueil familles de l'UNAFAM ?

- Oui, bonjour, je suis XXX accueillant de l'UNAFAM Yvelines, je suis à votre écoute ...

Patricia a basculé les appels reçus au **01 39 49 59 50** sur mon portable pour la semaine. Je vais en recevoir entre trois et six, c'est la moyenne hebdomadaire des appels sur cette ligne depuis son ouverture.

Bien sûr, si je vais à une réunion je vais arrêter ma sonnerie, mais je rappellerai dès que possible les demandeurs m'ayant laissé leur numéro ; car ici l'expérience de l'accueil physique se confirme, **lorsqu'un aidant familial franchit le pas pour contacter l'UNAFAM, il cherche à être entendu le plus rapidement possible.**

## Mais ne reçoit-on que des appels de familles ?

Il y a 15 % d'appels émanant de malades ou de tiers :

- les malades évoquent le plus souvent leur solitude, chez eux où à l'hôpital.  
Hélas, je ne peux leur offrir qu'une écoute attentive et quelques paroles si possible apaisantes,
- quelquefois, un tiers, ne résidant pas forcément dans les Yvelines, cherche comment aider une proche famille en souffrance.  
Dans tous les cas, je les adresse à Patricia pour obtenir des renseignements dont je ne disposerais pas.

## Comment y répondre ?

Avec mon correspondant familial, le premier temps de l'écoute sera plus ou moins long. **« Il faut lui permettre de déposer le fardeau »**

Puis, dès que possible, je fais la proposition d'une rencontre dans l'une de nos permanences.

Dans la majorité des cas, c'est la solution adoptée par le demandeur . Je lui indique alors le numéro du correspondant de l'antenne retenue pour une prise de rendez-vous et je préviens ce dernier par téléphone ou mail de la situation qu'il va rencontrer.

## Cas particuliers

Mais, le demandeur peut se trouver dans une situation familiale si dégradée, sous l'emprise d'un proche exprimant des troubles importants du comportement par des violences verbales et physiques, si bien que nos échanges doivent avoir lieu en catimini .

Un long entretien, comme lors d'un accueil en présence, devient alors nécessaire, aboutissant à l'évocation de pistes, via des tiers, pour essayer de sortir d'une situation invivable. Alors, si la personne en est d'accord, nous convenons d'un moyen de rappel par mail ou portable pour pouvoir travailler sur l'évolution du problème.

## Encore un cas particulier.

Ce matin, c'est la maman d'un garçon de 17 ans, en cours de traitement hospitalier de longue durée, qui m'exprime toutes ses inquiétudes quand aux évolutions possibles de l'état de son fils.



Photo de Ln modifiée numériquement par l'artiste.

Comment assurer un contact sur la durée, avec ces familles d'adolescents, qui, fragilisées par des évolutions imprévisibles des troubles et la retenue des soignants, viennent frapper plus fréquemment ces derniers mois à la porte de l'UNAFAM ?

Gérard de VALLOIS

Nous sommes de plus en plus sollicités pour :

- des représentations à la (CRUQPC) Commission des Relations avec les Usagers et de la Qualité de la Prise en Charge pour environ trois ou quatre réunions plénières annuelles d'une durée d'une demi-journée,
- des contacts avec les parents d'adolescents,
- des permanences d'accueil ...

Certains d'entre nous aimeraient à plus ou moins long terme passer le relai en accueillant et formant leur successeur...

Viendrez-vous aider notre délégation ? Si oui, n'hésitez pas à prendre contact avec Patricia Sicot.

A la délégation, les dialogues sont féconds et porteurs, les intérêts convergents, les relations enrichissantes.



# Nous avons lu pour vous

## Manuel de psychoéducation Troubles bipolaires

Dr Christian GAY Marianne COLOMBANI  
Edition DUNOD

La psychoéducation propose aux patients un accompagnement adapté visant à améliorer le suivi thérapeutique et la qualité de vie.

Les auteurs, Christian Gay, psychiatre spécialisé dans la prise en charge des troubles de l'humeur, et Marianne Colombani, architecte et graphiste qui se bat contre sa bipolarité depuis plus de 15 ans, savent de quoi ils parlent.

Dès la prise en main de ce livre, j'ai été surpris : ce n'est pas un documentaire, ce n'est pas non plus une réflexion sur un thème. Comme son titre l'indique c'est un ouvrage conçu quasiment comme un manuel scolaire. Il présente 15 séances de psychoéducation et don-

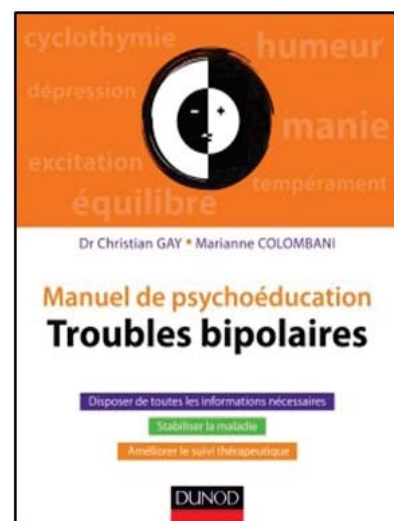
ne un recueil d'informations complet et précis sur le sujet.

Les données scientifiques sont faciles d'accès, le choix des méthodes de traitement sont bien mises en lumière.

En dernière partie il diffuse des conseils et des recommandations qui permettent à la personne malade de comprendre sa maladie, d'adapter son rythme de vie voire d'anticiper les phases futures...

J'ajoute que les intentions qui sous-tendent tout ce manuel m'ont tenu chaud au cœur :

- *ce qui est simple est moins compliqué*
- *ceux qui se soignent vont mieux que ceux qui ne se soignent pas*
- *comprendre permet de prendre des décisions qui aident*



- *exclure les patients et leurs proches des décisions et de la prise en charge revient à se priver de l'aide de personnes extrêmement compétentes*

En résumé c'est un manuel accessible à tous, destiné à toute personne aidante ou malade, qui s'interroge sur le trouble bipolaire.

Gérard LABOISSE

## Les brèves

### Aux Mureaux

Le 29 février un déjeuner sympa s'est déroulé au GEM Avenir des Mureaux, entre les adhérents du GEM et ceux de l'UNAFAM. Au menu rien que du simple et du bon : soupe à l'oignon, desserts en tous genres et jus de fruits.

Le GEM s'est installé dans ce local il y a un an, les adhérents ont beaucoup contribué à son aménagement et à sa décoration pour qu'il devienne accueillant : le résultat est superbe. A noter également les six ordinateurs, dont deux acquis grâce à un don du ROTARY Club des Mureaux. Qu'il en soit ici remercié.

Le GEM des Mureaux rassemble quatre-vingts visiteurs réguliers dont quarante sont devenus adhérents.

### A Versailles, un changement d'adresse physique à noter :

#### CHL du Grand Versailles

147 rue Yves Le Coz

78000 Versailles

01 30 84 13 70



#### L'adresse postale reste :

MDPH 78 \_ TSA 60 100

78539 Buc