

Preuve, à l'épreuve du temps

Le journal de la pair-aidance en Vaucluse

Mai 2024 - N°1

EDITO

Preuve a été lancée à l'été 2020 par un petit collectif de personnes concernées par la maladie psychique. La dynamique qui s'en est suivie, nécessita rapidement de se structurer en association. Preuve était né !

A l'aube de l'année 2021 l'association s'est étoffée et structurée et bien vite des acteurs du monde sanitaire et médico-social ont souhaité proposer à leurs bénéficiaires des services de pair-aidance. C'est ainsi qu'à la fin de l'année 2021, des conventions de prestations ont été formalisées. Parallèlement, le Projet Territorial de Santé Mentale de Vaucluse, animé par le Comité d'Education à la Santé, avait positionné la place des usagers au cœur de ses priorités. L'Agence régionale de santé a alors accordé à Preuve une subvention pour soutenir son action.

Le Centre hospitalier de Montfavet sollicite Preuve, pour offrir aux usagers de la psychiatrie des accompagnements de pair-aidance, suivi par la clinique Saint Didier puis par le Centre Communal d'Action Sociale d'Avignon

La preuve du bien-fondé de la pair-aidance était en marche. Elle s'est inscrite dans la volonté de travail des acteurs de terrain du Vaucluse.

A la fin 2022, l'ARS renouela sa confiance en Preuve par une nouvelle subvention. Soutien précieux et indispensable à notre action.

Aujourd'hui les défis de notre association sont multiples afin que la pair-aidance poursuive son développement. Nous sommes donc témoin que ce métier fait partie à part entière du champ de la santé mentale. Il faut maintenant redoubler d'efforts pour que Preuve continue à croître, à proposer ses services et à s'ancrer dans l'épreuve du temps.

Eric Joly – Directeur de Preuve



ETHIQUE ET PHILOSOPHIE DE LA PAIR-AIDANCE

Ce métier novateur est apparu au Québec il y a plus de trente ans. C'est en 2012 avec la création d'un diplôme universitaire de pair-aidance que cette activité se lança en France.

Le concept est simple : utiliser le savoir expérientiel des patients pour enrichir les pratiques en santé mentale. Métier facilitateur de l'alliance thérapeutique, il s'inscrit en complémentarité du soin. Son fondement entraîne une forme de révolution pour tous. Les acteurs du soin apprennent à travailler différemment et les usagers traversent le miroir en devenant des interlocuteurs des soignants.

Cette évolution est également portée par les institutions et par tous ceux qui sont investis dans le suivi des personnes souffrant d'une maladie psychique. Elle constitue une chance pour les usagers qui s'engagent dans la pair-aidance et pour tous ceux qui souhaitent se saisir de cette pratique novatrice

D'un point de vue éthique les pairs aidants sont soumis aux mêmes obligations que les professionnels : respect du secret

partagé, mise en place d'un protocole d'accompagnement et soucis de servir au mieux les intérêts des personnes concernées.

La colonne vertébrale de cette pratique est d'éclairer le plus parfaitement possible les usagers et les professionnels de la santé mentale. Par conséquent les pairs-aidants deviennent des acteurs indissociables du soin. On recueille leur parole et on écoute leurs souhaits pour les placer au cœur des démarches de soin, afin qu'ils reprennent totalement leur pouvoir d'agir. La psychiatrie enracine dans son logiciel l'importance d'associer pleinement l'usager à ses pratiques. La participation des représentants des usagers aux instances décisionnelles de l'Hôpital en est une autre illustration.

Aujourd'hui en France il existe un peu plus de 200 pairs-aidants professionnels. La demande est forte et le changement en action.



LES SEPT PILIERS DE L'ASSOCIATION



Proposer des interventions de pair-aidance

Le premier axe de travail de Preuve est bien évidemment d'honorer les prestations demandées par les services. Les deux premières structures qui se lancèrent dans l'aventure de la pair-aidance sont un service d'accompagnement de vie sociale porté par l'association des Oliviers et un groupement de centres d'hébergements et de réinsertion sociale et d'accueils immédiats dirigé par l'Habitat Alternatif Social. Le Centre hospitalier de Montfavet, la clinique de Saint Didier et le Centre communal d'action sociale d'Avignon se sont également saisis de cette nouvelle pratique.

Ces accompagnements sont très divers : de l'entretien individuel au groupe de parole en passant par l'animation d'ateliers sur le rétablissement. Le but recherché étant de responsabiliser la personne pour la rendre actrice de sa vie et de ses soins. Pendant longtemps la culture de la santé mentale était de trouver les solutions pour les patients, aujourd'hui c'est à eux de faire leurs choix et aux professionnels de les accompagner. La culture du rétablissement est cœur de ces accompagnements pour que les usagers puissent reprendre toute leur autonomie.



Organiser des formations

Le deuxième axe d'activité de Preuve est la proposition de formations, à destination des adhérents de Preuve mais qui pour certaines trouvent un réel écho parmi les professionnels avec qui nous travaillons. Il s'agit notamment de proposer aux équipes qui s'approprient à accueillir un travailleur pair une sensibilisation à ce métier, à ses pratiques et aussi à expliquer tout ce qui engage une équipe lorsqu'elle travaille avec une personne rétablie. Qui dit rétablissement ne signifie pas forcément guérison. Un pair aidant peut vivre des moments de crise et ses collègues, s'ils sont en éveil vis-à-vis de cela, seront un réel soutien pour le pair. Des formations sont donc proposées sur la pair-aidance, le rétablissement, les maladies psychiques...



Représenter les usagers

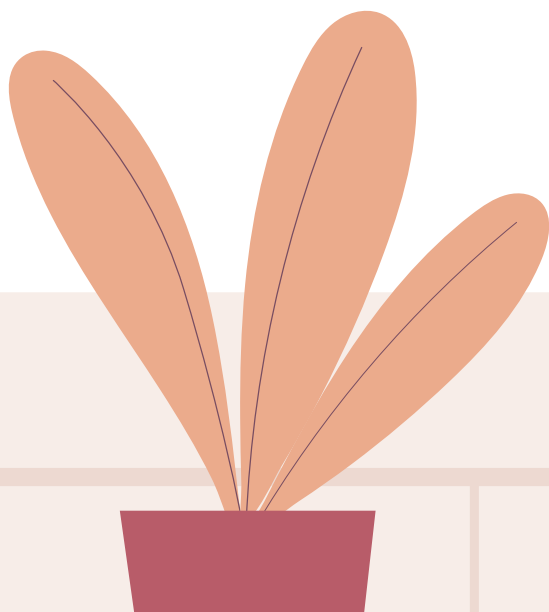
La représentation dans les instances, dans des réunions comme celles du Dispositif d'Appui à la Coordination ou bien au sein du Conseil Local en Santé Mentale ou du Comité départemental d'éducation pour la santé est une partie importante du travail de notre association. Elle permet d'expliquer

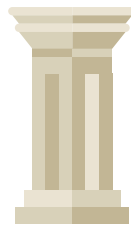
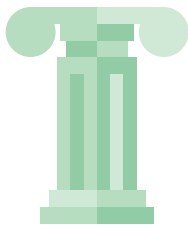
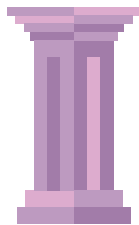
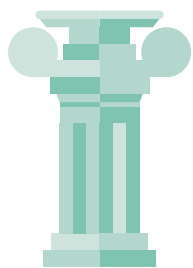
l'intérêt de la pair-aidance, mais aussi de porter la voix des usagers. Ce troisième pilier est indispensable au développement de Preuve et il est fondamental de défendre la communauté des personnes qui vivent avec un trouble psychique.



Lutter contre la stigmatisation

Cette mission de représentation est indissociable du quatrième axe de travail de Preuve : la lutte contre la stigmatisation des personnes souffrant d'un trouble psychique. Pour ce faire il s'agit de communiquer avec pédagogie sur ce que provoque la maladie chez une personne. Expliquer simplement les choses permet de dédramatiser bien des situations. Il suffit d'ouvrir un journal pour comprendre combien les personnes malades sont montrés du doigt. Alors que la réalité est tout autre que les quelques faits divers mis en exergue par certains médias.





Animer la vie de l'association

La vie associative est le 5ème élément qui structure l'activité de Preuve : animer des réunions, proposer de temps en temps une sortie avec nos adhérents, organiser les permanences à l'hôpital. D'ailleurs, un grand merci à Yaële, Sylvain, Romain et Sandra qui se sont saisis avec cœur de cette activité. Le groupe de parole hebdomadaire est un élément fédérateur de Preuve, il est animé par notre président : Gilles Robic.



Communiquer !

Le sixième axe est la communication, par voie de presse, par la naissance de ce journal et par notre site internet.



Mettre en œuvre des projets

Enfin la septième activité et non des moindres, est la réalisation des projets dont plusieurs sont en cours de réalisation. Preuve prépare des états généraux des personnes vivant ou ayant vécu des troubles psychiques pour mettre en avant la parole des usagers de Vaucluse. Le deuxième objectif de cette manifestation sera d'échanger et de rencontrer les professionnels qui viendront participer à cet événement. Ainsi, il s'agit d'inviter un maximum d'usagers et de professionnels à cette journée.

L'élaboration d'un Photolangage® sur les

représentations en santé mentale est un dessein ambitieux, que nous souhaitons mettre en œuvre pour déstigmatiser et expliquer ce que représente cet aspect de la santé.

Un projet sur la santé mentale des jeunes et notamment la prévention du suicide est également en cours.

Enfin le dernier projet porté par Preuve est la réalisation d'un tiers lieu. Il porterait une offre de travail pour les personnes concernées par un handicap invisible et serait le lieu de multiples activités pour tous et donc pas seulement pour les usagers de la psychiatrie. Ce projet de longue haleine permettra de regrouper tous les axes de travail de notre association : lutte contre la stigmatisation, promotion de la pair aide, etc.



PORTRAIT DE YAËLE HUERTAS

Agée de 43 printemps, c'est grâce à une rencontre de Preuve avec le GEM « Les vies denses », dont elle est présidente, que Yaële a découvert la pair-aidance. Elle s'est vite engagée et est rapidement devenue la secrétaire de Preuve. Elle anime des permanences à l'hôpital et le groupe de parole avec Gilles. « La pair-aidance c'est aider les personnes souffrant de problèmes psychiques à aller de l'avant tout en partageant des éléments

de mon histoire pour leur dire que l'on peut s'en sortir malgré la maladie et les aléas difficiles de la vie » dit-elle. Preuve a donné une stabilité à Yaële notamment grâce au groupe de parole. « Preuve m'a donné une famille ».

Yaële souhaite continuer à aller à la rencontre des personnes en souffrance, elle souhaite s'investir pour cela à l'élaboration des états généraux et aussi dans le travail sur le tiers lieu. De vrais

amis sont nés dans la vie de Yaële par la médiation de Preuve. « Je suis investie et quand j'ai des doutes je me sens soutenue. Preuve me permet de me poser les bonnes questions pour agir au mieux ». Yaële est maman et dans la situation particulière dans laquelle vit sa fille, l'association a été un réel support pour elle et lui a aussi permis de reprendre ses responsabilités maternelles.



Venez faire votre ... PREUVE avec nous !

L'activité de Preuve vous intéresse ?

Vous vous sentez concerné.e par le projet de notre jeune association et vous avez envie de participer à certaines de nos activités ?

Les possibilités de vous associer sont nombreuses : groupes de parole, groupes de travail, permanences, interventions de pair-aidance, formations, communication...

Prenez contact avec nous, cela ne vous engage en rien et nous aurons plaisir à faire votre connaissance !

Mail : preuve84@gmail.com

Téléphone : 06 95 45 39 75



*Preuve à l'épreuve du temps
est une publication de l'association PREUVE*

Maison des usagers
Centre hospitalier de Montfavet
Avenue de la pinède
84140 AVIGNON
preuve@gmail.com

Directeur de la publication : Gilles ROBIC
Rédacteur en chef : Eric JOLY

Maquettage : Angelo DOUILLER
angelo.douiller@yahoo.fr