

Les RéActeurs des Espaces

*Journal de l'Association ADVOCACY NORMANDIE et
des Espaces Conviviaux Citoyens de Caen, Vire, Granville et Lisieux.*

EDITO

Si l'on regarde en arrière, l'année 2017 s'est achevée en beauté pour Advocacy Normandie.

En effet, l'Espace Convivial de Vire a fait de son anniversaire (10 ans) un véritable succès, celui de Granville a enfin pu déménager de local et s'est installé confortablement dans un lieu qui lui offre une plus grande visibilité, enfin, nous avons pu concrétiser en décembre, la création d'un 4ème E.C.C. à Lisieux.

Ces actions, nous avons souhaité les rendre plus visibles et les rapprocher de vous, en nous dotant d'un site internet enfin opérationnel: www.advocacy-normandie.fr. Cet outil vient offrir aux adhérents un nouveau moyen d'expression et à notre association un outil de communication permettant de partager avec vous, nos agendas, notre actualité et nos ressources.

Si l'on se tourne vers l'avenir, 2018 s'annonce déjà riche en projets.

Premièrement nous vous proposerons un programme, une nouvelle fois très riche, pour les 29^{ème} Semaine d'Information en Santé Mentale, qui ont pour thème « *Santé mentale: Parentalité et Enfance* ». D'ailleurs à ce sujet, je tiens à rappeler qu'à ce jour en France, aucune aide n'existe pour les parents en souffrance psychique qui ont des enfants. « L'aide à la parentalité des parents handicapés n'est mentionnée ni dans la loi de 2005, ni dans ses textes d'application sur la PCH (Prestation de Compensation du Handicap), notamment ceux qui traitent des aides humaines. C'est un angle-mort de la politique de compensation. Pour autant le désir d'être parent fait partie du projet de vie de nombreuses personnes en situation de handicap psychique. S'occuper de son enfant est bien un « acte essentiel » de la vie et il peut y avoir des actions et des gestes que les parents ne parviennent pas à accomplir en raison de leur handicap. Aujourd'hui la prise en compte de ces besoins est très limitée et doit pouvoir évoluer. »

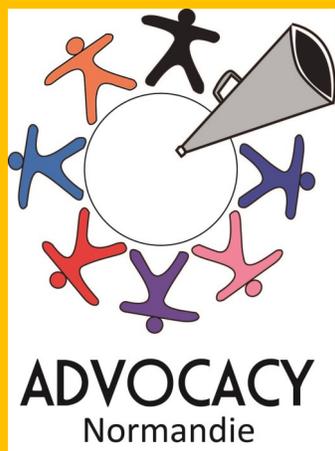
Deuxièmement, nous participeront activement au Festival Europsy, organisé par le Foyer Léone Richet à Caen du 24 au 27 avril. Ce festival sera un temps fort européen où près de 200 personnes, usagers et professionnels en santé mentale se rencontrent, échangent, débattent des questions de santé, de psychiatrie, de citoyenneté, de politique et de société.

Enfin, cette année sera une année de bilan pour le projet de Recherche-Action. Après 3 ans de travail, la synthèse de ce projet porté par Advocacy France et une quinzaine d'adhérents d'Advocacy Normandie, sera présentée le 20 juin à Paris.

J'invite tous nos adhérents à réfléchir d'ores et déjà à l'organisation de nos 20 ans en fin d'année et vous invite à nous retrouver le 24 Mai prochain à 14h00 à la Maison des Associations de Caen pour notre Assemblée Générale.

Philippe GUERARD, président d'Advocacy Normandie

www.advocacy-normandie.fr





P1 - Edito

P3 à 5 - Ouverture d'un nouvel Espace à Lisieux

P6 - Inauguration Granville / Festival Europsy

P7 - Recherche action / Site internet

**P8 - Élections des délégués du Conseil Régionale des Personnes
Accueillies et Accompagnées**

P9 et 10 - Moments conviviaux.

P11 - Quoi de neuf dans les Espaces.

P12 - ``Sportez-vous bien'' 3 ème édition

P13 à la P18 - Semaines d'Information en Santé Mentale 2018

P19- Texte de Gilles

LISIEUX - Ouverture d'un Espace

L'origine du projet

C'est fin 2016, que l'association a été interpellée par le secteur psychiatrique de Lisieux et les déléguées de tutelles qui avaient identifié un groupe d'usagers de la santé mentale, désireux de trouver un lieu leur permettant de rompre leur isolement et de participer à des rencontres et activités.

Leur volonté de disposer d'un outil associatif complémentaire aux services de soins a amené Advocacy Normandie à les rencontrer. L'asso-

ciation a alors proposé une série de rendez-vous auxquels ont participé les adhérents de Caen, Vire et Granville, les animateurs des autres ECC et la déléguée régionale.

Les premières rencontres ont pu avoir lieu dans les locaux du centre socioculturel CAF dans le quartier de Hauteville. Elles ont permis de faire connaissance avec une douzaine de Lexoviens intéressés par le projet, de recueillir leurs attentes et envies, mais aussi de programmer des activités et sorties communes.

« Le projet de créer un nouvel Espace Convivial Citoyen sur cette ville, allait permettre de développer l'entraide sur Lisieux, indépendamment des soignants, et favoriser l'intégration des personnes en souffrance psychique dans leur environnement social »

De plus, lorsqu'on se penche sur la répartition des Groupement d'Entraide Mutuelle (G.E.M.) en Normandie et que l'on établit un ratio G.E.M./population, on s'aperçoit que le Calvados est le Département qui compte le moins de G.E.M. par habitant avec 1G.E.M. pour 230557 personnes.

Le projet de créer un nouvel Espace Convivial Citoyen sur cette ville, allait permettre de développer l'entraide sur Lisieux, indépendamment des soignants, et favoriser l'intégration des personnes en souffrance psychique dans leur environnement social, leur participation aux événements locaux, au débat social, la lutte contre la stigmatisation des personnes en souffrance psychique.

La concrétisation du projet

C'est dans un courrier en date du 6

novembre 2017, que l'Agence Régionale de Santé de Normandie a accordé une nouvelle fois sa confiance à notre association. En effet, elle a donné son autorisation pour l'ouverture d'un Groupe d'Entraide Mutuelle sur Lisieux.

Dès lors, nous avons tout mis en œuvre pour que l'Espace Convivial Citoyen de Lisieux puisse ouvrir ses portes au plus vite. Et c'est au 82 rue Henri Chéron, en plein centre-ville, que nous avons élu domicile. Cécile Monnié a été recrutée comme animatrice et a entamé de rendre ce lieu accueillant. A ses côtés, une dizaine d'adhérents se sont déjà mobilisés pour nettoyer et aménager ce local.

A la fin du mois des activités conviviales et citoyennes pourront s'y dérouler.



Les Adhérents caennais solidaires dans l'aménagement du nouveau local

Le mot de l'animatrice

Tout d'abord, je tenais à vous souhaiter une belle année et une bonne santé pour 2018. Je tenais également à vous remercier d'avoir choisi ma candidature pour ce poste. Je suis ravie de pouvoir participer à la mise en œuvre de ce nouvel espace.

C'est avec un grand enthousiasme que j'ai découvert votre association la semaine précédant Noël, son histoire, sa philosophie et son fonctionnement. Aussi, je vous remercie pour l'accueil que vous m'avez réservé lors du repas de Noël, j'ai rencontré un grand nombre de personnes très engagées pour faire vivre l'espace convivial citoyen de Lisieux, c'est très motivant de se sentir ainsi épaulée. L'aventure pour vous continue et pour moi elle commence!

Dans l'attente d'une nouvelle rencontre, je vous adresse mes sincères salutations. A très bientôt à Lisieux peut-être.

Cécile Monnié, animatrice de l'E.C.C. de Lisieux

Advocacy ouvre un Espace convivial

Après Caen, Granville et Vire, l'association Advocacy ouvre à Lisieux, 82, rue Henry-Chéron, un Espace convivial citoyen.

Entretien

Cécile Monnié, l'animatrice de l'Espace convivial citoyen.

C'est quoi un Espace convivial citoyen ?

C'est un lieu d'accueil, d'expression et de solidarité pour les personnes en souffrance psychique. Un point de rendez-vous pour fuir l'isolement et l'exclusion. Pour ce faire, différentes actions y sont menées : activités culturelles, sportives, artistiques, manuelles...

Pourquoi la création d'un tel lieu à Lisieux ?

L'association a été sollicitée par l'hôpital de jour et les services municipaux. L'objectif est de créer un lieu ouvert à tous, où il n'y a plus de patients mais des citoyens. « **Quand vous êtes malade ou en situation de marginalisation vous n'êtes pas entendu. Nous avons choisi un lieu, une vitrine, en plein de cœur de la ville pour être vu et facilement accessible** », explique Cécile Monnié, l'animatrice du lieu.

Comment fonctionne-t-il ?

Les adhérents assurent les permanences d'accueil, animent les ateliers, assurent le secrétariat. « **Les activités qui seront proposées dans l'Espace lexovien, sont déterminées et mis en œuvre par les adhérents dans le cadre du conseil citoyen. C'est à eux de prendre possession du lieu.** » Une réunion hebdomadaire a lieu pour organiser les activités et les permanences.

Comment et où adhérer ?

Il suffit de se présenter à l'Espace con-



Cécile Monnié, l'animatrice de l'Espace convivial citoyen. | CREDIT PHOTO : OUEST-FRANCE

vivial citoyen. La cotisation est de 20 € pour une année. « **Avant d'adhérer, nous proposons, pour trois mois, un contrat visiteur. Il permet à la personne de participer à la vie de l'Espace convivial citoyen et après, d'adhérer si cela lui convient.** »

Quel financement ?

Plusieurs partenaires participent au financement du lieu, la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie, par l'intermédiaire de l'ARS (Agence régionale de santé), finance la majorité de l'activité de l'Espace. Autres partenaires : l'ARS dans le cadre de la prévention santé et de la démocratie sanitaire, le conseil départemental, la Ville de Lisieux et la Caisse primaire d'assurance maladie du Calvados.

Espace convivial citoyen. 82, rue Henry-Chéron, ouvert du lundi au samedi. Email : lisieux@advocacy-normandie.fr Tél. 06 17 25 51 93.

A vos agendas !

Vous êtes chaleureusement invités à l'inauguration de l'Espace Convivial Citoyen de Lisieux le

Lundi 19 Mars 2018 à 17h00

Dés 12h30 : Repas partagé, exposition, chorale, jeux de sociétés, animation « jeux de mots »

Article de Ouest France du 10-11 Février 2018

Le témoignage des adhérents

Ca y est !!! L'Espace Convivial et Citoyen a ouvert à Lisieux depuis le 8 janvier 2018 au 82, rue Henri Chéron dans un local spacieux et lumineux. Il est au cœur de la ville, à une position idéale. Il est encore en travaux, les devis sont faits, nous nous installons au fur et à mesure.

Le vendredi 19 janvier, des adhérents de l'Espace Convivial Citoyen de Caen nous ont rendu visite et nous ont apporté un réfrigérateur et une gazinière. Nous avons déjeuné au Soliself et avons passé un bon moment ensemble...

Depuis peu, nous commençons à mettre en place des réunions hebdomadaires les vendredis après-midi, des activités : Ateliers d'écriture, balades... Nous recueillons les idées, les envies de chacun afin de proposer des projets adaptés à tous.

Nos rangs grandissent de jour en jour, au gré des rencontres. Aventure à suivre dans le prochain numéro.

Les adhérents de Lisieux



Façade de l'Espace Convivial Citoyen, 82 rue Henri Chéron à Lisieux

SOCIÉTÉ. En centre-ville, un espace convivial et citoyen pour les personnes isolées

Advocacy, un espace convivial citoyen, a ouvert dans le centre-ville de Lisieux. Il accueille les personnes en situation d'isolement ou en souffrance psychiques, associés au fonctionnement de la structure.

Au 82 rue Henry Chéron à Lisieux, c'est une association d'usagers de la santé mentale qui a investi les locaux laissés libres depuis le déménagement (juste à côté) du fast-food Ada Kebab. Advocacy a aménagé un « espace convivial citoyen », depuis le 8 janvier.

Cet endroit, qui fait partie des GEM (groupes d'entraide mutuelle) s'adresse « aux gens en situation d'isolement ou en souffrance psychique », explique Cécile Monnie, l'animatrice. Dans l'espace convivial citoyen, ils « peuvent y trouver ce dont ils ont envie » : simplement passer boire un café, manger, lire le journal... Mais surtout, rencontrer des gens, et participer à la vie de la structure.

« Par et pour les adhérents »

Avec Advocacy, les différentes activités ou ateliers sont mis en place par les adhérents eux-mêmes. Chaque vendredi après-midi, ils se réunissent pour déterminer les activités de la semaine suivante. Ils sont déjà allés à la mer, ont fait une balade en forêt, du yoga, un atelier d'écriture...



Cécile Monnie, animatrice de l'espace convivial citoyen de Lisieux, et David, adhérents, devant les locaux.

... L'espace convivial citoyen dispose aussi d'un fourgon, idéal pour ses membres non motorisés.

« C'est fait par et pour les adhérents », souligne Cécile Monnie. Ils peuvent aussi participer à des colloques ou des

débats, « par exemple dans les écoles d'éducateurs ou à la MDPH » : « Les adhérents sont les porte-parole. Nous voulons mettre en avant la parole de ceux qui n'ont pas l'habitude qu'on les écoute ». 90 % des personnes qui siègent

au bureau « ont vécu ou sont encore en souffrance psychique ».

« Du pain béni pour Lisieux »

Advocacy a notamment été sollicité par l'hôpital de jour pour

s'implanter dans le pays d'Auge : « Il y a des besoins. C'est une alternative à l'hôpital de jour, où les gens sont patients, indique Cécile Monnie. C'est une passerelle, un plus : nous positionnons les gens dans une situation de citoyen, pour les aider à aller mieux ». Afin de leur donner des responsabilités, des permanences seront assurées par eux, sans l'animatrice. L'association comptait déjà trois espaces conviviaux citoyens en Normandie, à Caen, Vire et Lisieux. « Pour Lisieux, c'est du pain béni », se réjouit David, un adhérent. Il y a une osmose, une dynamique, c'est magique. Nous avons de grandes ambitions, par rapport à tout ce que nous pouvons apporter ».

P.L.

PRATIQUE

82, rue Henry Chéron à Lisieux. Ouvert du lundi au samedi de 9 h à 17 h. Contact : 06 17 25 51 93 ou 09 51 41 80 95 ou lisieux@advocacy-normandie.fr. Adhésion : 20 €.

GRANVILLE - Déménagement et inauguration du nouveau local de l'Espace Convivial Citoyen

Depuis sa création, l'Espace Convivial de Granville était logé dans les HLM Les Pommiers Bd du Québec, ce local était devenu trop vétuste, alors l'association a déménagé à deux pas de là. Toujours implanté dans le quartier de saint Nicolas, l'E.C.C. vous accueille depuis fin novembre au 608 rue Saint Nicolas.

L'inauguration a eu lieu le Jeudi 18 janvier 2018 lors de notre traditionnelle galette des rois. Adhérents, amis et partenaires étaient nombreux pour célébrer ce moment. Nos amis des associations « La ville à vélo », « Slam'va bien », le centre social agora, le CCAS, la fédération de sport adapté, le ciné-débat, l'ETP de saint James, le CPFA, l'Unafam 50, Granville Santé, ... ainsi Madame Dominique Baudry, Maire de Granville et 3 des conseillers municipaux étaient présents.



Inauguration en présence de nombreux partenaires et Madame le Maire

L'espace convivial citoyen bouge

ASSOCIATION

L'Espace convivial citoyen connaît une nouvelle étape de sa vie avec son nouveau local situé Rue Saint-Nicolas. Son inauguration a eu lieu jeudi 18 janvier et satisfait déjà ses membres, venus en nombre partager une galette des rois. "Notre ancien local était trop à l'écart de la vie de la population", observe son

président Philippe Guérard. "Cette solution, plus proche de l'Agora, nous offre de nouvelles solutions. En tant que président, ce changement va me permettre d'encore mieux porter la parole des gens désqualifiés par leur santé mentale. La souffrance psychique doit être dédramatisée et nous voulons lutter contre les préjugés."

Article de presse-Manche Libre

Festival Europsy du 24 au 27 avril 2018 à Caen



La fédération EUROPSY-REHABILITATION a été fondée en 1992 dans la perspective de favoriser les échanges européens entre associations d'usagers en Santé Mentale et associations gestionnaires d'établissements et de services. La Fédération propose depuis 1999 la réalisation d'un Festival annuel dédié aux usagers de la Santé Mentale. Après la Crète en 2005, l'Espagne en 2007 et 2016, la Slovénie en 2008 et l'Angleterre en 2011, c'est la France et plus précisément la ville de Caen qui accueille l'événement en 2018.

Ce festival est un temps fort où près de 200 personnes, usagers et professionnels en santé mentale se rencontrent, échangent, débattent des questions de santé, de psychiatrie, de citoyenneté, de politique et de société. Le Festival offre aussi l'opportunité d'échanges culturels, sportifs et festifs. **Le foyer Léone Richet porteur de ce projet a réuni plusieurs acteurs dans un comité de pilotage auquel Advocacy Normandie a pris part.** Les adhérents caennais se mobiliseront bénévolement pour participer à l'organisation des 3 jours notamment sur la tenue d'une buvette et l'animation de sorties vélo permettant de découvrir la ville. **Les frais d'inscriptions au festival sont de 80€/personne, Advocacy Normandie prendra 50% à sa charge afin de permettre au plus grand nombre de ses adhérents d'y participer.** Pour en savoir plus www.europsy2018.com

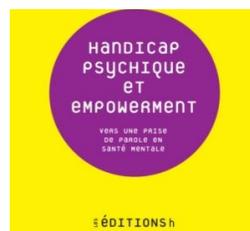
Recherche-Action : Publication d'un cahier aux éditions h « Handicap psychique et empowerment »

Ce cahier des éditions h s'adresse aux professionnels, familles et proches des personnes handicapées concernés par les questions d'empowerment et de participation active des personnes concernées dans les problématiques de recherche. Il pourra également être utile aux chercheurs et décideurs politiques intéressés par ces thématiques.

Il a été réalisé afin de présenter les différents éléments constitutifs de la recherche appliquée « **De la disqualification à la prise de parole en santé mentale** » mise en œuvre par Advocacy France et soutenu par la CNSA, la FIRAH ainsi qu'Humanis et AG2R LA MONDIALE via le CCAH, à laquelle une quinzaine d'adhérents d'Advocacy Normandie ont participé.

Dans ce cahier vous sont présentés:

- Des témoignages des personnes concernées impliquées dans le processus de recherche ;
- La synthèse de la revue de littérature réalisée dans le cadre de la recherche. Cette synthèse



a été rédigée à partir d'une sélection de travaux de recherche identifiés comme étant particulièrement pertinents sur la recherche-action participative en santé mentale impliquant des personnes ayant un "handicap psychique" ;

- Un résumé du projet de recherche appliquée présentant les objectifs et la méthodologie.

Ces éléments, de nature différente mais complémentaire, vous permettront d'avoir une vue d'ensemble du projet « *De la disqualification à la prise de parole en santé mentale* » et vous apporteront un éclairage sur les questions de la participation des personnes handicapées dans les processus de recherche.

Retrouvez ce cahier sur le site d'Advocacy Normandie www.advocacy-normandie.fr

L'association se dote d'un Site Internet

Notre association est désormais sur la toile !

Rendez-vous sur www.advocacy-normandie.fr pour suivre notre actualité !

Ce nouveau site est muni d'agendas qui permettront aux adhérents et aux partenaires de suivre les activités conduites dans les E.C.C. chaque semaine, mais également d'être mieux informé des événements organisés en région.

Un bandeau d'actualités sur la page d'accueil, permettra de mettre en avant les initiatives de l'association et de faire un retour en image !

Advocacy Normandie s'engage également à partager un ensemble de ressources documentaires sur la santé mentale sur son site.

Cet outil vient doter les adhérents d'un nouveau moyen d'expression !



ADVOCACY Normandie

Association d'usagers de la santé mentale

Notre association, délégation régionale de l'association ADVOCACY FRANCE, est une association d'usagers de la santé, intermédiaire entre la personne en souffrance psychique et l'environnement social. Nous avons pour objectifs d'aider les personnes en souffrance psychique, de promouvoir un mouvement d'actions des porte-paroles d'usagers et de créer des actions pour que leurs opinions soient reconnues.



www.advocacy-normandie.fr

Election des délégués du Conseil Régional des Personnes Accueillies : 2 adhérentes d'Advocacy Normandie élues

Le Conseil Régional des Personnes Accueillies ou Accompagnées (CRPA) est un lieu d'échanges, de réflexion, de construction collective et d'alerte des pouvoirs publics, qui doit organiser au moins 4 journées de rencontres par an, qui sont ouvertes à toutes personnes accueillies ou accompagnées ainsi qu'aux intervenants sociaux et autres représentants dans la limite d'un tiers des inscrits.

Le public concerné sont toutes personnes accueillies / accompagnées ou l'ayant été « par le dispositif d'accueil, d'hébergement, d'accompagnement vers l'insertion et le logement, les intervenants sociaux, les représentants de l'Etat, les collectivités territoriales, les organismes publics, les associations intervenant dans le domaine de l'insertion et de la lutte contre les exclusions ».

Le CRPA, procède annuellement à l'élection de ses délégués parmi les personnes accueillies ou ac-

compagnées.

Ses Délégués ont pour mission de participer activement aux comités de pilotage. Celui-ci doit organiser au moins 4 journées/an du CRPA ainsi qu'assurer les représentations des personnes accueillies et/ou accompagnées auprès des pouvoirs publics en région et lors de rencontres nationales.

Il s'agit d'une instance qui permet de recueillir la parole des personnes accueillies ou accompagnées, pour contribuer à l'évaluation et à l'élaboration des politiques publiques. Le CRPA est un interlocuteur reconnu au niveau national. Ce Conseil sert à rendre les personnes accueillies actrices des décisions de politiques publiques et dispositifs qui les concernent.

L'Uriops de Normandie Caen et la fédération des Acteurs de la solidarité en sont les pilotes en Normandie.

Le CRPA est une instance qui permet de recueillir la parole des personnes accueillies ou accompagnées, pour contribuer à l'évaluation et à l'élaboration des politiques publiques



Délégués élus en assemblée plénière fin 2017, dont Jeanne Tendero et Farida Beauperain : Adhérentes d'Advocacy Normandie

CALENDRIER 2018

Participez aux prochaines rencontres

Jeudi 29 mars : « C'est quoi la pauvreté ? »

Jeudi 21 juin

Jeudi 25 octobre

Jeudi 20 décembre

De 9h30 à 16h00, dans les locaux de l'ACSEA : Institut Camille Blaisot - Salle Prochasson, 6 rue des Vaux de la Folie, 14000 CAEN

Contacts

Fédération des Acteurs de la solidarité:

Tél : 02 35 07 41 50

accueil.normandie@federationsolidarite.org

Moments conviviaux

Septembre 2017 : 10 ans de l'Espace Convivial Citoyen de Vire

10
ans

10 ans déjà, que l'Espace Convivial Citoyen de Vire a ouvert ses portes. Pour célébrer cet anniversaire nous étions près de 140 personnes le 22 septembre dernier. De nombreux partenaires étaient présents, ainsi que Jean-Yves Cousin, Maire en 2007 (date à laquelle l'ECC est né) et Marc Andreu Sabater, actuel Maire de

Vire-Normandie, qui ont, tous les deux, toujours soutenu nos projets et l'association.

Au programme de cette soirée de nombreuses surprises: chorale, clowns, sketches,... proposées par les adhérents, un grand repas, suivi d'une soirée dansante !

Et en 2018, nous célébrerons les 20 ans d'Advocacy Normandie !



Décembre 2017 : Repas de Noël

Ce repas est un événement auquel les adhérents de l'Association sont très attachés. Organisé à leur initiative, il rassemble chaque année les adhérents de toute la région !

Le repas de Noël est l'occasion pour l'association d'ouvrir la fête aux membres de leur entourage (parents et amis...) afin que ces derniers connaissent mieux l'asso-

ciation et puissent voir leurs proches évoluer en son sein. Cette année, les adhérents ont souhaité l'organiser, comme l'an passé à Urville, il a eu lieu le 22 décembre midi et comme toujours a été suivi d'une après-midi festive et dansante !



AUJOUR'HUI,
J'ADHÈRE !

Janvier 2018 : Galette des Rois

Comme chaque année, nous nous donnons rendez-vous dans chacun des Espaces Conviviaux Citoyens autour de la traditionnelle galette des rois afin de célébrer ensemble la nouvelle année ! Le 9 janvier à Caen, le 11 à Vire et le 18 à Granville, ont accueilli cette année au total 180 personnes : adhérents et partenaires étaient réunis !

L'occasion pour chacun de renouve-



Galette des Rois, à gauche : le 9 janvier à Caen, à droite : le 11 janvier à Vire



ler son adhésion à l'association. Nous vous rappelons qu'elle est annuelle et d'un montant de 20€. Pour **les personnes qui souhaitent découvrir nos actions et activités, nous proposons, un contrat visiteur.** Celui-ci vous donne accès durant trois mois aux activités de l'association avant de vous engager sur une **adhésion annuelle.**



De haut en bas : à Granville, Vire et Caen : Nos bénévoles recueillent les nouvelles adhésions

Février 2018 : Plein succès pour le Bal Masqué à Vire

Après avoir fêté les 10 ans de l'Espace Convivial Citoyen en septembre dernier, les adhérents Virois étaient désireux de renouveler l'organisation d'un temps festif !

Ils ont donc organisé un Bal Masqué le 8 février dernier à la salle Polinière. **Cet événement a réuni plus de 80 personnes** provenant du bocage, de Gran-

ville, Lisieux, Caen, Bayeux et Flers, presque toutes étaient déguisées !

L'entrée fixée à 5 euros comprenait un goûter et une boisson

Cet événement était le projet de fin de stage de Jessica Lefrançois, qui a été chaleureusement remerciée par l'équipe et les adhérents pour cette initiative !



Quoi de neuf dans les Espaces ?

A Vire : un atelier Bien être



Depuis quelques mois, les adhérents de Vire ont mis en place un atelier Bien-être les mardis après-midi à la MJC. Ce temps, permet à chacun de se concentrer sur son corps, ses mouvements, sa respiration... C'est au travers d'exercices de gym douce, de yoga, de relaxation que durant une heure les adhérents se font du bien. Les séances se terminent par un automassage aux huiles essentielles!

A Caen : un atelier écriture en partenariat avec la Bibliothèque

« En ce début d'année, nous avons eu la chance de recevoir Yveline et Marion exerçant à la nouvelle Bibliothèque Alexis de Tocqueville (BAT). Elles sont venues nous présenter l'auteure Barbara Constantine, nous lire des extraits de son livre « Petits Portraits de très Grandes Personnes » édité chez Calmann Levy et qui sera invitée lors du Salon du Livre Epoque du 25 au 27 mai 2018 à Caen. Ce livre est inspiré de témoignages de vie de personnes rencontrées en maison de retraite. On y découvre leurs joies et leurs peines, dans le contexte historique. L'occasion pour les plus anciens d'évoquer la vie d'antan... comme Francis 91 printemps, qui est le papa de Régis, ou aussi de raconter ses bêtises de jeunesse ou l'histoire d'immigration de sa famille...

La semaine suivante, nous avons été reçus à la BAT, toujours pour des lectures de ce livre mais aussi pour découvrir cette nouvelle bibliothèque, nous expliquer son fonctionnement, et faire des cartes d'emprunt (gratuites) à ceux qui n'en avaient pas encore ! »

De mars à avril, il nous est proposé 5 séances d'atelier d'écriture accompagnées par Nicolas Sorel de la troupe Amavada, afin de construire collectivement et individuellement pour ceux qui le voudront, des portraits à la façon de Barbara Constantine.

Ces portraits seront exposés ou lus si nous le souhaitons lors de la venue de Barbara Constantine pendant le Salon Epoque.

A Lisieux : un atelier Ecriture

L'une des premières initiatives des adhérents de Lisieux a été de mettre en place un atelier d'écriture. Il s'avère que l'animatrice avait dans ses contacts celui de Michèle, qui a immédiatement accepté d'offrir un peu de son temps pour animer cet atelier. Retour en images sur le tout premier qui a eu lieu le 7 février dernier.



CAP'Sport : Signature d'une convention de partenariat autour du projet « Sportez-vous bien » !

Pour consolider le partenariat Cap'sport, une convention a été signée début 2018. Ce document vient consolider les échanges entre les deux associations et confirmer l'envie de bâtir ensemble les événements « Sportez vous bien ». Ces derniers sont ouverts à tous à partir de 16 ans, l'objectif de la journée est de partager un moment convivial autour d'une pratique partagée, en permettant à un public mixte de se rassembler. Ce partenariat permet à Advocacy Normandie de travailler étroitement avec une association spécialisée dans l'insertion sociale par le sport.

L'Association ADVOCACY Normandie a pour objectif principal de favoriser l'insertion sociale de ses publics et ainsi de les accompagner vers une autonomie personnelle et sociale.

Les activités physiques et sportives ont la particularité de pouvoir y contribuer et l'équipe de l'Association ADVOCACY a fixé pour objectifs généraux de :

- Créer du lien social,
- Développer les valeurs de « vivre ensemble » en inscrivant les participants dans un groupe,
- Mobiliser le public autour d'un outil : l'activité physique et sportive,
- Sensibiliser le public en situation de handicap psychique à la pratique physique et sportive,
- Structurer à moyen et long terme, d'autres actions physiques et sportives en utilisant le cadre environnant de l'Association ADVOCACY.

Permettre la participation de différents pu-



- 13H à 17H - ateliers sportifs et culturels
- Rendez-vous parking de la Petite Bichotte
- Ouvert à tous - à partir de 16 ans



A vos agendas !

En 2018, Sportez-vous bien , c'est :

Le 4 avril en forêt

Le 13 juin à la plage

Le 3 octobre en gymnase

Information auprès des E.C.C. ou auprès de Justine Daulle

Mail: jdaulle@capsport-epi.fr



Parentalité et Enfance

A l'occasion de cette 29^{ème} édition Advocacy Normandie vous propose 7 évènements en région. *Voici le programme complet ci-contre.*

De quoi parle-t-on ?

Une enquête Ipsos et Fondation des amis de l'atelier * de mars 2017 révèle que l'intégration par la société des personnes en situation de handicap psychique n'est pas favorisée pour presque deux tiers des Français. Une écrasante majorité des sondés (97 % selon les items) pensent que ces personnes devraient avoir accès aux vacances, à la culture, à des activités artistiques ou manuelles et aux transports en commun.

Néanmoins, selon les mêmes sondés, les personnes handicapées psychiques ne devraient pas avoir accès au logement individuel pour 19 % des Français, au vote pour 30 %, **et à la parentalité pour 42 %.**

Des préjugés persistent au sein de notre société et nous pouvons nous demander si ce tabou de la parentalité chez les personnes atteintes de troubles psychiques peut être dépassé ?

D'autre part, trop souvent les personnes usagères de la santé mentale désireuses de devenir parents ne savent pas qu'il existe des solutions d'accompagnement pour soutenir leur projet parental et se retrouvent confrontées à de nombreuses difficultés.



Être parent en situation
de souffrance psychique

EN NORMANDIE

Guide pratique à l'attention de parents
en situation de handicap



Mieux accompagner la parentalité des personnes en souffrance psychique

La Prestation de Compensation du Handicap (PCH) regroupe aujourd'hui la quasi-totalité des besoins des personnes handicapées, en revanche **aucune solution n'est prévue pour les personnes handicapées qui ont des enfants et dont ils ne peuvent s'occuper seuls.** Permettre à ces personnes qui ont des enfants, ou qui le souhaitent, de pouvoir bénéficier d'aides (technique ou humaine) serait **une grande avancée sociale**, elle renforcerait l'idée d'un accès à **une vie « normale ».**

Pour mieux accompagner la parentalité de ces personnes, des initiatives variées ont vu le jour en France, cependant notre région peut encore progresser et innover.

C'est pourquoi Advocacy Normandie s'est impliquée dans le groupe de travail impulsé par le RSVA (Réseau de Services pour une Vie Autonome) dans l'élaboration d'un guide intitulé « Etre parent en souffrance psychique ».

Ce guide sera présenté dans la manche le 15 mars et dans le Calvados le 22, à l'occasion de deux temps forts des Semaines d'Information en Santé Mentale.

Advocacy Normandie organise 7 événements en région

Granville

Mercredi 14 mars à 9h30

à l'Animathèque - 202, rue Paul de Gibon -
GRANVILLE

PETIT DEJ – CAUSERIE « Quand
un membre de ma famille est touché par la
souffrance psychique »

Ouvert à tous

Echangeons nos expériences et interrogations
autour des questions de santé mentale qui tou-
chent les membres de nos familles

Animé par **Sophie About** psychologue et
coordinatrice de « Parents d'Abord »

Lisieux

Lundi 19 mars à 17h00

82 Rue Henri Chéron - LISIEUX *Ouvert à tous*

INAUGURATION

de l'Espace Convivial Citoyen

Dès 12h30 Repas partagé, Chorale, Expo-
sition, animations

Vire

Mardi 20 mars 10h00-18h30

32 Rue André Halbout -VIRE *Ouvert à tous*

PORTES-OUVERTES

Exposition, chorales, vente de crêpes...

Jeudi 15 mars à 14h00

Au Centre Social l'Agora - GRANVILLE

PRESENTATION DU GUIDE

« Etre parent en souffrance psy-
chique » *Ouvert à tous*

Caen

Jeudi 22 mars à 14h00

IRTS - Hérouville Saint Clair *Ouvert à tous*

CONFERENCE-DEBAT « Etre pa-
rent en souffrance psychique » à

l'occasion de la parution du guide pratique du
RSVA

Avec l'aimable participation du Pr Didier Houzel

Jeudi 15 mars à 20h30

Cinéma le Sélect - GRANVILLE

CINE-DEBAT

« Demain et tous les autres jours »
de **Noémie Lvovsky**

Ouvert à tous / Tarifs habituels

Noémie Lvovsky explore, sous forme de conte,
le lien qui unit une fille à sa mère souffrante de
troubles psychiques. C'est l'histoire d'un amour
unique que le film nous raconte.

Rouen

Vendredi 23 mars

Salle des conférences de la Maison de l'université Uni-
versité de Rouen

CONTACT : colloque.precarite.2018@univ-rouen.fr

COLLOQUE sur les **précarités so-
ciales et psychiques**

Animation d'une table ronde

Parentalité et Enfance

Les adhérents ont la parole

Les adhérents de l'association vous offrent ces textes en lien avec le thème des 29^{ème} Semaines d'Information en Santé Mentale « Parentalité et Enfance »

A la maison c'était le couvert et pas plus

Quand j'étais petit, j'aimais bien passer du temps avec ma sœur jumelle. Nous allions ensemble à l'école. Les parents ils étaient là par leur présence mais c'est tout ce que je me souviens. Dans la vie il a fallu que je me débrouille tout seul. Les enfants n'avaient pas des suivis comme maintenant.

A l'école j'avais des problèmes de lecture et d'écriture mais le calcul ça allait quand même, mais je voyais bien que j'avais des difficultés. C'est moi tout seul qui ait demandé d'aller à l'IME, à l'époque ça s'appelait « *Les papillons blancs* ». Bien sûr, j'avais mes parents mais on ne se parlait pas du tout. J'avais ma chambre et la soupe et c'était tout.

Alors moi et mes difficultés, il a bien fallu s'en sortir seul mais bon pas complètement seul quand même. J'ai eu la chance de rencontrer de bons professionnels au foyer qui m'ont aidé à m'en sortir. Sans doute que si mes parents avaient été là pour m'accompagner, j'aurais pu faire autre chose dans la vie. C'est sans doute parce que j'étais seul que j'allais boire dans les bars, pour oublier ma solitude. La famille ça devrait être un lieu qui aide à ne pas être trop seul mais bon je n'en veux pas à mes parents. Ma mère avant de mourir m'a demandé pardon et m'a dit que sans doute ils n'avaient pas toujours fait le maximum. La famille c'est essentiel et depuis des années je maintiens des liens, surtout avec ma sœur jumelle. C'est très important pour moi. **Bernard**

Hyper sensible

Je suis né dans une famille où mon père avait du caractère et ma mère était très dure. Mon père m'appelait l'avorton car je suis né avant le terme. Cette dureté familiale a développé chez moi une hyper sensibilité, une hyperesthésie qui fragilise mes sens et me rend plus fragile et sensible aux émotions. Mon père élevait la voix et cela me faisait peur. Je pouvais passer par des périodes de mal être où je me griffais et m'arrachait les cheveux.

Un jour pour me punir, ma mère m'a emmené à l'école avec mes griffures sur le visage ce qui d'ailleurs a déclenché un signalement. Cette corde sensible a fait de moi un être curieux, expressif ayant beaucoup d'empathie pour les autres. Cependant je ne supporte plus les cris et les remarques même minimes, elles me touchent plus que n'importe quelle autre personne. J'ai pardonné à mon père décédé. Si j'avais vécu dans une famille plus douce, plus ronde, sans doute serais-je plus fort au monde qui m'entoure. A l'association, j'ai trouvé un groupe et rencontré des personnes très respectueuses de l'autre. Ça fait du bien et je m'y sens bien. **Eric**



Semaine d'information en santé mentale

Recette de la galette des Rois indigeste

Préparation : Prenez votre temps

Cuisson : Allumez le feu

Ingrédients : Joie de vivre, folie, bonne humeur, sans modération

Prenez une voiture,

Ajoutez-y vos enfants,

Roulez doucement la pâte sur une route départementale,

Laissez Reposer,

Pendant ce temps, profitez de vos enfants, amusez-vous, dans le beurre, la frangipane, dans tout ce qu'il y a de meilleur, n'en perdez pas une bouchée.

Mais la recette n'a pas abouti, pas le temps.

En quelques secondes, la pâte a basculé.

De ma recette, ne reste plus que la pâtissière et l'une de ses merveilleuses petites fèves.

La galette des rois n'aura plus jamais le même goût.

Elle s'est transformée en une multitude de pilules que j'avale chaque jour avec dégoût, me laissant un goût de grande amertume et de grande désolation.

Isabelle C. le 05 janvier 2018

Le miroir

Je me regarde dans un miroir et je me trouve belle.

Je me vois comme toutes les femmes et je m'admire dans le miroir.

Mon reflet, mon visage, je joue à cache-cache avec et Je me vois dans le miroir.

Nadaine L. Vendredi 30 septembre 2016

Cher Père Noel

Cher Père Noël, il y a bien longtemps que je ne t'ai pas écrit.

Mais pourquoi je t'écris puisque c'est moi le Père Noël

Comment ça se fait que j'ai des cheveux blancs ?

Je passe mon Noël seule cette année et ça m'attriste.

Sois sympa, décore ma maison, allume des bougies.

Et surtout offre moi du réconfort.

Je me regarde dans le miroir et mon enfance ressurgit car je suis encore une enfant.

Non je n'ai pas d'enfant et alors qu'est ce que ça peut te faire ?

Je me rappelle mon enfance, le grand sapin qui touchait le plafond et à ce père qui me manque encore, décédé quand j'avais 7 ans.

Mais ce n'est pas grave, je sais que tu viendras et que tu m'emmèneras avec tes rennes voir les étoiles pour distribuer tous les cadeaux dont les enfants rêvent.

Allez viens je t'attendrai à minuit et on fera la tournée des grands ducs.

Ma santé me fait défaut, tu le sais, je suis dépressive alors viens me changer les idées.

Isabelle Ch. 15 décembre 2017

Famille

Difficulté

Père

Apprendre

Enfant

Parents

Patience

Mère

Education

Amour

Bienveillance

Le père Noël ou l'illusion du bonheur

Rester enfant devant son miroir,
Rester enfant pour continuer d'y croire.
Croire au père Noël avec insouciance,
Croire au père Noël sans méfiance mais tu n'es qu'illusion.
Tu ne fais qu'apparition, toi chargé de cadeaux.
Pourquoi ne restes-tu pas parmi nous ?
Puisqu'à tes yeux, tout est si merveilleux !
Soyez terre à terre, toi et ta bande de lutins,
Cessez de faire croire en faisant les malins,
Père Noël, donne moi la main,
Aide moi à trouver le meilleur chemin,
Emmène-moi, loin, dans ton traîneau,
Emmène-moi là où l'on apaise les maux, au beau milieu de l'imaginaire sur ce blanc manteau neigeux synonyme de pureté, de calme, d'apaisement mais crois bien, cher père Noël en mes bons sentiments, toi qui apporte à nos enfants tant d'émerveillement.

Isabelle C. le 05 janvier 2018

En parler avec eux

Du diagnostic en 2007 à l'âge de 30 ans de la présence d'une lésion neurologique à l'hippocampe temporal droit, lésion en partie à l'origine des crises d'épilepsie dont je suis victime plus fréquemment depuis 2016 à aujourd'hui.

L'évocation de l'existence de la maladie et de son évolution a été un sujet particulièrement délicat à aborder au sein de mon entourage familial : mieux valait éviter de poser des questions (à savoir s'il y a d'autres cas d'épilepsie dans la famille etc...) afin d'empêcher de quelconques mésententes, ce qui me plaçait par la même dans la gêne et l'embarras.

L'attitude d'incompréhension dont font preuve mes parents constitue, toujours à l'heure actuelle, un frein à ma pleine reconstruction personnelle. Moi qui souhaiterais tant être acceptée et exister à leurs yeux telle que je suis réellement au-delà du handicap et sans qu'ils aient par ailleurs besoin de ressentir eux-mêmes une forme de culpabilité pour l'existence de cette pathologie dont ils ne sont en rien responsables.

Oriane

Mes parents, l'importance de leur amour

Quand je suis née, j'ai été placée chez une nourrice car ma mère, faible d'un accouchement très difficile, ne put s'occuper de moi. Les papas de l'époque ne s'occupaient pas de leur bébé. C'était comme ça, c'était une autre époque. Je fus donc placée chez une nounou pendant 6 mois jusqu'au retour de ma maman. Cet épisode des premiers mois de ma vie, ne fut relaté que très tardivement, j'étais déjà une femme. Ce bout de ma vie où je fus séparée de ma mère mais aussi de mon père, provoqua chez moi « un vide en soi » jusqu'à ce que ma mère m'en explique les raisons...

Ce sont de beaux parents, mes parents. Avec mon père j'ai entretenu une belle relation douce et protectrice. Ma mère, toujours vivante, fut plus dure, mais elle me disait qu'elle avait peur d'être une mauvaise mère, alors elle me surprotégeait. L'amour de mes parents m'a construite et fait de moi la femme que je suis. Aujourd'hui, je traverse une période de ma vie difficile. Je suis malade. Ma mère maintenant âgée de 98 ans l'a senti et c'est l'amour qu'elle me porte qui a fait comprendre mes problèmes de santé. Elle est là présente et attentive et c'est grâce à elle que je ne défaille pas psychiquement. Des parents aimants qui vous remplissent d'autant d'amour, vous donnent la force nécessaire pour tenir à ce fil qu'est la vie.

Jocelyne

Gilles adhérent de l'Espace Convivial Citoyen de Caen a souhaité nous témoigner de sa maladie, : la maladie de Fahr . Il vous offre ce texte.

La maladie de Fahr

Cela se manifeste par des troubles du comportement.

Je suis violent quand je ne prends pas mes médicaments.

Je suis restreint physiquement tout le temps... putain de maladie des fois je me dis... vaudrait mieux être mort que de vivre ça tous les jours ; ça recommence, c'est lourd.

J'ai d'autres troubles mais je ne peux pas les expliquer, ça veut dire que je suis mal tout le temps jusqu'au jour où je ne contrôlerai plus rien, et je sais que ce sera la fin.

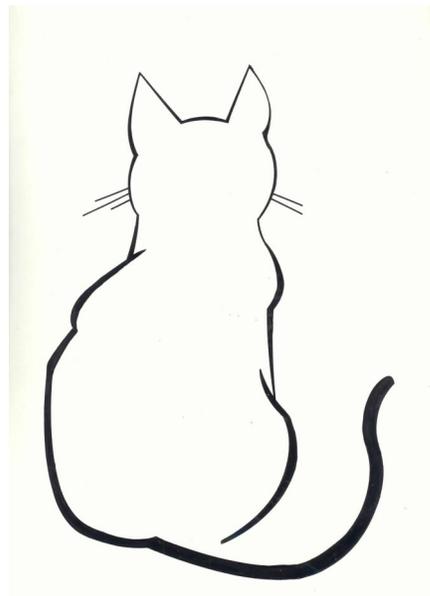
C'est pour ça que je vis au jour le jour.

Heureusement qu'il y a "Petit Coeur" mon chat.

J'espère qu'il partira avant moi car il est insociable...ça sera dur de le faire adopté le pauvre. Il ne connaît que moi. Il n'a pas confiance aux humains, il a raison.

Il n'y a que moi qui peux l'approcher car il a dû être maltraité étant petit. C'est trop tard maintenant, il n'aura plus confiance envers les humains.

Gilles





ADVOCACY
Normandie

Créons du lien ... Retrouvons-nous !

www.advocacy-normandie.fr

En Normandie

4 Espaces Conviviaux Citoyens vous accueillent

Espace Convivial Citoyen de VIRE

32 Rue André Halbout 14500 Vire

Tél: 02 31 68 77 68 / Mobile: 06 86 11 26 78

Email: vire@advocacy-normandie.fr



Espace Convivial Citoyen de CAEN

3/5 rue Singer (Place Félix Eboué) 14 000 Caen

Tél: 02 31 86 11 79 / Mobile: 06 73 74 72 98

Email: caen@advocacy-normandie.fr



Espace Convivial Citoyen de GRANVILLE

608 Rue Saint Nicolas 50 400 Granville

Tél: 02 33 69 30 73 / Mobile: 06 38 95 89 43

Email: granville@advocacy-normandie.fr



Espace Convivial Citoyen de LISIEUX

82 rue Henry Chéron 14100 Lisieux

Tél: 09 51 41 80 95 / Mobile: 06 17 25 51 93

Email: lisieux@advocacy-normandie.fr



ADVOCACY Normandie - Délégation régionale - Siège Social

Maison des associations / 10.18 Grand Parc

14 200 Hérouville-Saint-Clair

02 31 94 70 25 - 06 38 95 89 44

delegation.regionale@advocacy-normandie.fr

N° Siret: 423 059 815 000 39 - Code APE : 9499Z

Association loi 1901 déclarée en préfecture du Calvados le 28 Octobre 1998