

Les RéActeurs des Espaces

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

www.advocacy-normandie.fr

EDITO

Nous avons terminé l'année 2018 de manière festive puisque nous avons célébré nos 20 ans en décembre dernier. Dans les 4 Espaces Conviviaux Citoyens de l'Association, 2019 s'annonce aussi pleine de projets!

Toujours engagés, nos adhérents se sont mobilisés ce début d'année afin de former et sensibiliser des futurs professionnels de santé et du médico-social. Ils sont intervenus auprès des étudiants en médecine et de l'IRTS de Caen Normandie. Ils sont également intervenus dans l'écriture du Projet Territorial de Santé Mentale dans les départements de la Manche et du Calvados. Nous sommes toujours et encore, engagés dans la lutte contre la stigmatisation et la discrimination des personnes en souffrance psychique, c'est pourquoi nous vous donnons rendez-vous à Lisieux le 27 septembre lors d'une grande soirée Ciné - Débat en présence du Docteur Georges Fédermann pour la projection du Film *Comme elle vient* ou à l'aube de sa retraite le médecin revient sur son engagement et sa pratique humaniste de son métier, au travers de ce film-entretien.

Dans ce nouveau numéro des *RéActeurs des Espaces*, vous verrez que nous poursuivons nos actions en matière de santé et bien-être auprès des adhérents. Notre solide partenariat avec CAP'Sport nous permet de proposer des rendez-vous réguliers de sports adaptés. Nous avons également développé des partenariats en local afin de consolider les ateliers « Plaisir de Manger ».

Porter la parole des usagers de la santé mentale reste notre priorité, pour cela nous devons nous efforcer de poursuivre les actions de formations de nos adhérents afin de veiller à favoriser la confiance en soi, l'empowerment de chacun et leur pouvoir d'agir. Pour cela en 2019, nous leur proposerons des actions de formations mais également d'ambitieux projets théâtraux en liens avec la Comédie de Caen, le Théâtre de l'Archipel à Granville et celui du Préau à Vire.

Enfin je vous prie de réserver votre journée du 28 novembre afin de venir à Granville, célébrer avec nous les 10 ans de cet E.C.C.

Philippe GUERARD, président d'Avocacy Normandie

SOMMAIRE

P2 - « Sportez-vous bien », revient en 2019 !

P2 - Advocacy Normandie participe à la sensibilisation aux handicaps des étudiants en médecine à l'Université de Caen Normandie

P3 - Soirée Ciné-Débat le 27 Septembre à Lisieux

P3 - Guides vidéos : Faire valoir ses droits et gagner en autonomie

P4 - Advocacy mobilisée dans l'écriture du Projet Régional de Santé Mentale dans les départements la Manche et le Calvados

P5 - Quoi de neuf Lisieux ? Un an après son ouverture...

P6 - Quoi de neuf Lisieux ? Un mélange de saveur

P7 - La parole aux adhérents de Lisieux

P8 - Quoi de neuf à Caen ? Lecture Prix Facile à Lire et Art plastique à l'E.C.C.

Partenariat avec la Comédie de Caen - Création Artistique

P9 - Wilfried Richard, élève moniteur éducateur, revient sur son stage à l'E.C.C. de Caen

P10 -11 Quoi de neuf à Vire ? L'E.C.C. de Vire dans la presse

Un partenariat avec l'Orange Bleue pour développer l'activité sportive

P12 - 13 Quoi de neuf à Granville ? La parole aux adhérents, témoignage.

P14- Projet théâtre en partenariat avec l'Archipel

P15- Plaisir de manger



« Sportez-vous bien », revient en 2019 !

Cap'sport et Advocacy Normandie ont consolidé leur partenariat en signant une convention en 2018 et confié l'envie de bâtir ensemble les évènements « Sportez vous bien ».

12 structures et en moyenne 65 personnes y ont pris part en 2018 au travers de 3 évènements régionaux accessibles à tous.

Ces évènements permettent à un public mixte de se réunir afin de partager un moment convivial.

Ces journées permettent 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.



A vos agendas !

Le 24 mai au bois de Lebisey

Le 20 septembre à la plage

En décembre en gymnase

Information auprès des E.C.C.
ou auprès de Clémence Leroux

Mail: cleroux@capsport-epi.fr



Advocacy Normandie participe à la sensibilisation aux handicaps des étudiants en médecine à l'Université de Caen Normandie



L'association a été sollicité par le RSVA (Réseau de Service Pour une Vie Autonome), afin de participer à une sensibilisation des étudiants en 2ème année de médecine à l'Université de Caen Normandie aux handicaps.

Cette journée a été organisée à l'UFR Santé avec de nombreuses associations et personnes en situation de handicap en juin afin de permettre d'appréhender le handicap dans leur futur milieu professionnel

Elle a été suivie d'un stage d'observation. L'E.C.C. de Lisieux a pu accueillir trois élèves Léopold, Sarah et Morgane durant trois jours.

Nous vous rappelons qu'Advocacy Normandie est signataire de la *Charte Nationale Romaine Jacob* « Unis pour l'accès à la santé des personnes en situation de handicap », consultable sur <http://www.handidactique.org>

Soirée Ciné-Débat le 27 Septembre à Lisieux

En 2016, Advocacy Normandie avait accueilli en partenariat avec le Cinéma Le Lux de Caen, le réalisateur Swen de Pauw, pour son premier long métrage au cinéma « *Le divan du monde* ». Déjà Georges Federmann, psychiatre atypique et iconoclaste, y était filmé dans son cabinet consultant des patients français et étrangers.

En 2019, le réalisateur revient avec un deuxième film: « *Comme elle vient* ». En partenariat avec l'association « Pour le Cinéma » et Le Majestic de Lisieux, **Advocacy Normandie vous invite à la projection en présence de Georges Federmann le vendredi 27 septembre 2019 à 20h00**



Qui est Georges Federmann ?

Strasbourgeois, citoyen psychiatre en libéral depuis trente ans, Georges Federmann a consacré son activité professionnelle à favoriser l'intégration digne et durable des étrangers en situation irrégulière, notamment ceux victimes d'un traumatisme psychique, à la suite des conflits militaires et civils. Il considère que l'exercice libéral de la médecine entre dans le cadre du service public et que les cabinets individuels ne relèvent pas seulement du réseau libéral, mais sont aussi le fruit d'un investissement collectif de la communauté générale issu des espérances du Conseil National de la Résistance dès 1944. Il est aussi médecin agréé par l'ARS (l'Agence Régionale de Santé) pour l'examen des étrangers malades, et il dirige le pôle médical local d'Amnesty International.

Comme elle vient la parole

Le réalisateur Swen de Pauw témoigne « *Bien que je connaisse Georges Federmann depuis assez longtemps et que je savais où nous allions avec ce film, j'avais besoin d'anticiper. J'ai décidé de baser le film sur son livre LE DIVAN DU MONDE, édité après la sortie du film éponyme sur lequel nous avons déjà collaboré. Cet ouvrage qui compile certains de ses écrits précédents, reprend ses principales idées, développe son point de vue et met en lumière ses combats. C'est à partir de cette structure que nous avons pensé le déroulé de ce film-entretien et des thèmes abordés. L'idée était de laisser une place centrale à la liberté de parole, de ton, à l'improvisation, qui donnent corps et vie aux propos du médecin, désormais à la retraite. Loin de toute forme de journalisme, à l'opposé d'un devoir d'objectivité ou de vérité, le film reprend les propos de Georges Federmann à l'état brut, avec son entrain, sa fougue, sa mauvaise foi, ses redondances, ses grands écarts, et toutes les approximations liées au jeu de la mémoire.* »

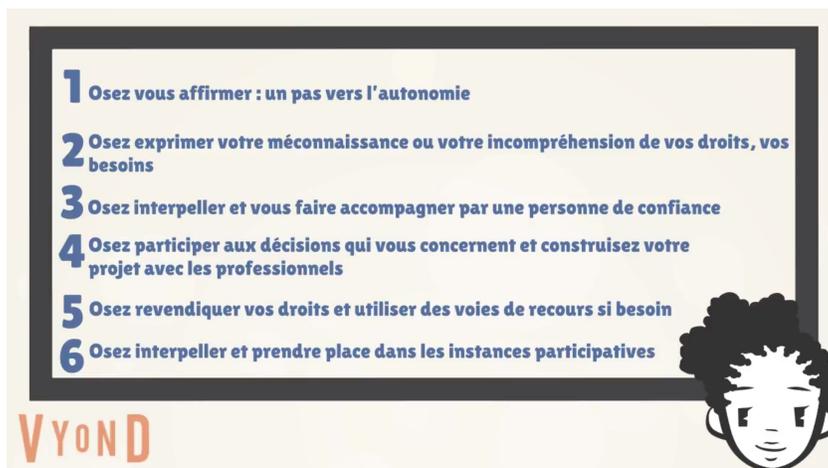
Guides vidéos : Faire valoir ses droits et gagner

en autonomie

La recherche-action conduite par Advocacy France a permis la production de plusieurs outils sur le thème « *Faire valoir ses droits et gagner en autonomie* », et destinés aux personnes en souffrance psychique et aux professionnels qui les accompagnent.

Ils ont pour objectif de donner des recommandations afin de favoriser le dialogue entre personnes concernées et professionnels.

Retrouvez-les sur www.advocacy-normandie.fr



Advocacy mobilisée dans l'écriture du Projet Régional de Santé Mentale dans les départements la Manche et le Calvados



Le décret relatif au projet territorial de santé mentale (PTSM), évoqué à l'article 69 de la loi du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé a été publié et fixe les priorités du dispositif ainsi que les modalités de son élaboration et de sa mise en œuvre. Si ce sujet implique les acteurs médicaux et médico-sociaux, **les associations d'usagers doivent prendre une place majeure !**

Advocacy Normandie s'est mobilisée pour participer à son élaboration dans les départements de la Manche et du Calvados pour prendre part à 3 groupes de travail correspondant aux priorités 2, 5 et 6 ci-dessous.

3 MISSIONS PRINCIPALES ET 6 PRIORITÉS

Le décret fixe 3 missions principales au projet territorial de santé mentale :

- Favoriser « *la prise en charge sanitaire et l'accompagnement social ou médico-social de la personne dans son milieu de vie ordinaire* »
- Permettre « *la structuration et la coordination de l'offre de prise en charge sanitaire et d'accompagnement social et médico-social* »
- Déterminer et décliner « *la coordination de second niveau* » (soit l'accès des personnes atteintes de troubles psychiques à des modalités et techniques de prise en charge diversifiées).

Le décret fixe également 6 priorités au projet territorial de santé mentale :

- 1- L'organisation des conditions du **repérage précoce** des troubles psychiques, et l'**accès aux soins** et aux accompagnements sociaux ou médicosociaux ;
- 2- L'organisation d'un **parcours de santé et de vie de qualité et sans rupture**, en vue du rétablissement et de l'inclusion sociale des personnes souffrant de troubles psychiques graves ;
- 3- L'organisation des conditions de l'accès des personnes présentant des troubles psychiques à des **soins somatiques** adaptés à leurs besoins ;
- 4- L'organisation des conditions de la prévention et de la prise en charge des **situations de crise et d'urgence**, en prévoyant notamment le suivi en fin d'hospitalisation, « *au besoin par un accompagnement social ou médico-social* » ;
- 5- L'organisation des conditions du **respect** et de la **promotion des droits des personnes** présentant des troubles psychiques, du renforcement de leur pouvoir de décider et d'agir et la lutte contre la stigmatisation de ces troubles ;
- 6- L'organisation des conditions d'action sur les **déterminants sociaux, environnementaux et territoriaux** de la santé mentale.

Ce ne sont pas seulement les professionnels de la santé qui sont conviés à élaborer et mettre en œuvre les PTSM, mais bien l'ensemble des acteurs de la prévention, du social, du logement, de l'insertion, ainsi que les collectivités territoriales et les représentants des usagers. Les agences régionales de santé (ARS) sont en charge de l'animation de la démarche d'élaboration des PTSM, et doivent notamment veiller à ce que tous les acteurs concernés y soient associés.

Le projet territorial de santé mentale doit être élaboré dans un délai de 36 mois à compter de la publication du décret, soit **avant le 29 juillet 2020**.

Quoi de neuf Lisieux ?

Un an après son ouverture...

L'E.C.C. de Lisieux a ouvert ses portes le 8 janvier 2019. Lors de sa première année de fonctionnement, ce nouvel Espace a comptabilisé 20 adhésions et 56 contrats visiteurs ! Inscrits dans la vie locale, les adhérents se sont investis dans la vie de leur cité en organisant la fête des voisins, la fête de la musique, un Noël solidaire, des actions citoyennes sur le marché de Lisieux et en participant à une boutique solidaire. Ils sont pleins de projets ambitieux pour l'année à venir. Après avoir apprivoisé les codes et le fonctionnement d'Advocacy Normandie, ils s'en font les porte-voix sur le pays d'Auge et au-delà.

Marginalisés, ils se retrouvent au cœur de la cité

À Lisieux comme dans d'autres villes, des personnes isolées, ou présentant des troubles psychiatriques, se retrouvent dans des Espaces conviviaux citoyens, créés par l'association Advocacy.

Reportage

Réunis autour de la table, chacun sirote son café en discutant, dans un local coloré agrémenté de dessins et d'origamis accrochés au plafond. En plein cœur de Lisieux, l'Espace convivial et citoyen (ECC) permet au petit groupe de se sociabiliser, de nouer des amitiés, de « retrouver un peu de chaleur humaine, l'amour des gens. Mes deux fils ont un handicap mental, et le regard de la société m'a causé de grandes souffrances, témoigne Michèle. Veuve depuis huit ans, je suis quelqu'un de très angoissé. Ici, je m'y trouve bien, je suis acceptée comme je suis. »

« La solitude peut aussi rendre fou »

Ce groupe d'entraide mutuelle, créé par l'association Advocacy il y a un an, réunit spécifiquement les personnes souffrant de troubles psychiques et/ou isolées. Ils y sont accompagnés par une animatrice. Geoffroy est là depuis les débuts. « C'est mon côté militant qui m'a poussé à venir : l'ouverture sur la cité, le fait de faire parler de nous. » Atteint de schizophrénie, « l'asso m'a permis de m'ouvrir aux autres, de reprendre les rênes de ma vie. J'étais en roue libre. »

Comme lui, Irène est représentante, élue au conseil d'administration de l'association. « C'est ce que j'aime ici, les adhérents sont au cœur de la gestion d'Advocacy », explique-t-elle. Schizophrène depuis l'âge de 25 ans, elle trouve à l'ECC plus de liberté que dans un centre d'accueil thérapeutique à temps partiel, qu'elle a également fréquenté. « Ici, ce n'est pas médicalisé, on vient quand on veut, les activités ne sont pas imposées. Et il y a le choix : chorale, sport, yoga, sorties... »

Des contacts humains qui permet-



À l'Espace convivial citoyen de Lisieux, des amitiés sont nées entre adhérents, pour rompre l'isolement. CREDIT PHOTO : QUEST-FRANCE

tent de rompre « cette solitude qui peut aussi rendre fou, affirme Frank. Sans ça, je ne fais que tourner en rond chez moi. » « Ou en carré, en losange, rit Laurence. Je n'ai pas de troubles, mais un grave accident m'a foutu en l'air. Je n'ai personne, à part ma tante et mon chat. Comme j'étais seule à Noël, on a organisé un repas ici. C'était tellement bien ! »

Ceux que le petit groupe appelle Papi et Mamie arrivent, bras dessus bras dessous, canne dans l'autre main. Chacun fait de la place aux deux octogénaires, doyens du groupe. « Vous êtes ma bouée de sauvetage », lance Christiane, un peu chamboulée. Leurs enfants habitant à 350 km, elle se sent un peu seule avec son mari, dont la mémoire s'escamote. « On cause gentiment, ça délasse. Et on fait des sorties

qu'on ne pouvait plus faire, car on ne peut plus conduire, comme aller voir la mer. »

C'est, selon les adhérents, le gros atout de l'ECC : « Je rencontre des gens qui n'ont pas forcément de problèmes psychiatriques, on peut en parler, mais les discussions ne tournent pas autour de ça », note Mlle Annick. « Schizophrène à plein

tubes de 18 à 28 ans », elle souffre de « troubles bipolaires depuis l'âge de 50 ans. J'ai fait le chaos, maintenant je le répare en alignant tous les objets, détaille-t-elle. Tous les après-midi, je suis fidèle au poste. Sinon, je serais hospitalisée depuis longtemps en HP (hôpital psychiatrique). »

Daphné CAGNARD-BUDIMAN.

Advocacy

C'est une association d'usagers de la santé, intermédiaire entre la personne en souffrance psychique et l'environnement social. Elle a créé quatre espaces en Normandie, qui intègrent aussi les personnes isolées : à Caen (le premier en France, créé en 2001), à Vire, Granville, et à Lisieux. L'adhésion est de 20 € par an, après trois mois de test gratuit. Site : advocacy-normandie.fr

Quoi de neuf Lisieux ?

Un mélange de saveur



Ingrédients : Solidarité, partage, Convivialité, citoyenneté, écoute, rires, ouverture, fraternité, espoir, différence, respect et amitié.

Ustensiles : Un Espace Convivial et Citoyen et des adhérents.

Préparation :

Le 08 janvier 2018, nous avons pris possession d'un local vide dans le but d'y mélanger les ingrédients de fraternité, de solidarité, de convivialité et toute l'année, nous y avons ajouté une bonne dose de partage, trois poignées de rire et une louche de respect.

Nous avons porté le tout à ébullition sous un feu d'amitié.

Pour que cela prenne, nous y avons mis nos différences et nos espoirs.

Dans un moule enduit de citoyenneté, nous avons assaisonné ce mélange avec quelques doses d'écoute, d'ouverture et de générosité.

Autour d'une table bien décorée, chacun, chacune a dégusté ce qui est devenu notre recette préférée.

Le repas terminé, nous trouvons maintenant l'énergie pour aller vers les activités que nous avons élaborées : sorties culturelles, sportives, de loisirs et activités d'expression... engagements.

Tout ceci nous aide à resserrer les liens qui nous unissent afin de préparer de nouvelles recettes à partager avec familles, amis, voisins, ici ou ailleurs ...

Lexoradio ouvre son antenne aux adhérents !

Nous avons rencontré par l'intermédiaire de Didier, Martine ALLEE. Martine est bénévole à LEXORADIO, une radio web associative créée en 2015 par une poignée de passionnés.

Cette radio favorise une meilleure connaissance du Pays D'Auge et de ses habitants.

Elle souhaite être un média accessible à tous, s'intéresse à la musique et à toutes les initiatives locales.

Elle nous ouvre son antenne ! Dans un premier temps, pour une émission consacrée à notre association, avec des témoignages d'adhérents, un historique d'Advocacy et de l'Espace Convivial Citoyen. Dans un second temps, nous aurons la possibilité de nous exprimer

régulièrement sur cette radio, selon les projets et les envies de chacun.

Nous avons déjà eu une première visite des locaux, nous avons pu tester le matériel, découvrir le fonctionnement et ainsi faire nos premiers pas de reporters.

Nous nous ferons un plaisir de vous raconter la suite au prochain numéro !



La parole aux adhérents de Lisieux

3€80

C'est la somme qu'il me fallait chaque jour pour connaître le sommeil et la sérénité. Chaque jour je fouillais au fond de ma poche pour y trouver ce montant pour effacer le temps, pour n'avoir plus de conscience. Chaque jour la même quantité, les mêmes deux bouteilles d'un litre et demi de vin qui allait m'aider à finir ma journée.

Toujours le seul rituel de mon existence qui se résumait à ces trois litres de vin qui m'aidaient à oublier cette non-envie de non-vivre. Petit à petit je versais mécaniquement dans ce verre que je ne lavais jamais ce liquide qui allait me porter au bout de la nuit. J'étais ni heureux ni malheureux je n'étais que des habitudes de survie.

Pas de minutes avant pas de minutes à venir juste l'instant présent et cela était suffisant pour avancer et atteindre la journée d'après. Pas d'ombre car je n'étais pas l'ombre de moi-même. La vie était sans soleil et sans lune, pas de jour, pas de nuit. Juste se lever, des fois se laver et puis attendre l'heure de passer à l'épicerie pour y acheter ma dose quotidienne que je cachais dans mon sac à dos, comme si quelqu'un pouvait s'inquiéter de mon sort. On boit et on pense surtout à soi, surtout pour s'oublier et oublier le passé.

Plus de famille, plus d'amis, ce n'est pas de l'égoïsme c'est de l'agonie, on veut juste que les jours se succèdent sans aucun sens, pas de sensations, pas d'émotions et surtout plus de larmes à sécher. Jours après jours, semaines après semaines je ne savais plus parler, ni écrire, ni lire, juste me verser des verres et m'obliger à finir ces bouteilles et puis enfin dormir. Et puis il a fallu que ma petite fille me voit me battre avec les pompiers que l'hôpital m'attache 24 heures sur un brancard pendant que j'hurlais sans arrêt pour comprendre que j'étais au bout de ma vie. Alors je suis parti en cure 4 mois 2 jours 5 heures et je me suis investi à fond comme toujours comme, j'y ai mis autant d'énergie que j'avais mis à me détruire et puis j'ai de nouveau parlé, de nouveau lu et surtout écrit.

Chaque jour j'écrivais sur les tableaux dans le foyer et un matin je me suis mis à pleurer car j'avais compris que j'étais redevenu un homme un papa et que j'allais pouvoir revivre et de nouveau penser aux autres. Et puis je suis rentré chez moi mon verre était sur la table, mais je ne l'ai pas lavé je l'ai jeté.

Pascal C.

Patience et Usage

Parlons un peu sémantique, c'est peut être un détail, mais savez vous qui se cache dans les détails ? Le diable.

Depuis un certain temps, au CATTP nous ne sommes plus des patients, mais des usagers.

Vous comprendrez très vite que je déteste ce mot. Ce terme est une sorte de fourre-tout qui a 36 définitions différentes pour au final ne rien définir. Un exemple d'usagers bien connus ce sont les usagers de la SNCF, d'ailleurs un synonyme d'usager est client. Pourriez-vous m'indiquer s'il vous plaît la billetterie ? Je dois aller au CATTP cet après-midi...

De plus sous ce terme disparaît totalement la notion de souffrance psychique qui induit le soin, notion qui disparaît également, que nous recevons au CATTP.

C'est d'autant plus ironique qu'un étage plus bas exercent les psychiatres dont nous sommes pour la plupart d'entre nous, les patients.

La volonté est-elle la de-stigmatisation ? Raté, ce terme est juste vague.. Pour conclure, je dirais que je suis un patient du CATTP et la patience est une vertu, l'usage n'est qu'une habitude.

Quoi de neuf à Caen?

Lecture Prix Facile à Lire et Art plastique à l'E.C.C.

Cette année encore nous avons la chance de travailler avec le réseau des bibliothèques Caen La Mer qui a mis en place des espaces « Facile à Lire » au sein de ses établissements. Yveline vient nous présenter une sélection de livres tous les derniers mardi du mois jusqu'en avril ! Nous assisterons aussi en mai à des médiations autour de certains livres au musée des Beaux Arts de Caen.

Du coup pour le premier atelier d'art plastique, (tous les autres mardis du mois) animé bénévolement par Magalie, nous avons travaillé sur le thème des éléphants d'Inde en rapport avec un des livres qui nous a été présenté. Bravo les artistes !



Atelier Art plastique



Atelier Facile à Lire

Partenariat avec la Comédie de Caen - Création Artistique

8 journées de résidence et un présentation le 12 décembre 2019

En début d'année, Agathe et Justine qui travaillent à la Comédie Dramatique Nationale de Caen sont venues nous présenter le spectacle « *M comme Méliès* ». Méliès était un magicien, il est l'inventeur des trucages au cinéma. Nous irons voir ce spectacle le 15 mars 20h au Théâtre d'Hérouville.

En attendant, elles nous ont proposé d'aller visiter les coulisses du Théâtre d'Hérouville...Il y avait ce jour la répétition du spectacle « *Le Bonheur n'est pas toujours drôle* ». Du coup, nous avons été invités à venir voir gratuitement ce spectacle 4 jours plus tard...Quelle aubaine !

Parallèlement, des envies conjointes de théâtre dans tous les ECC, nous ont conduit à solliciter le CDN pour un projet de création qui débutera en septembre 2019.

En effet, les Adhérents de Caen et Lisieux sont invités à participer à un projet ambitieux de septembre à décembre avec 8 journées de résidence.

D'ores et déjà, veuillez noter la date du 12 décembre ! Nous vous donnons rendez-vous en soirée, pour la restitution de leur travail !

Quoi de neuf à Caen?

Wilfried Richard, élève moniteur éducateur, revient sur son stage à l'E.C.C. de Caen



avec elles. Elles savent vous mettre de suite à l'aise.

On pourrait croire qu'en arrivant dans un nouveau lieu, avec de nouvelles personnes qui fréquentent depuis longtemps cet espace, qui y ont leur habitudes,... que le contact, la prise de parole et d'initiatives y serait difficile. Mais pas du tout, en tous cas, pour ma part cela s'est fait naturellement autour d'un café et de discussions de tous les jours.

J'ai rencontré un public qui a sa propre histoire et qui pour chacun est différente. Mais c'est un public très intéressant, qui malgré les aléas de la vie, a investi ce lieu d'une manière qui fait qu'on s'y sent bien, qu'on sent qu'il y a de la vie avec des rires, des amitiés, et beaucoup d'entraide.

J'ai adoré mon stage, j'étais aussi entouré d'une équipe très bienveillante, qui, tout comme les adhérents, sait très vite vous mettre à l'aise. On sent qu'ils ne mettent pas la place de stagiaire de côté, ce qui est très appréciable.

J'ai passé d'excellents moments pendant ce stage et ce fut pour moi vraiment une très bonne expérience au niveau professionnel comme au niveau personnel. Ce stage m'a conforté dans mon envie de devenir Moniteur-Éducateur.

En tous cas, j'adresse un grand Merci aux adhérents, à Julien et Julie pour leur accueil, et à l'association Advocacy pour ses valeurs humaines. Continuez tous comme ça, ne changez rien!

« Je me présente, je m'appelle Wilfried Richard, je suis en première année de Moniteur-Éducateur. J'ai fait mon premier stage de formation à l'Espace Convivial Citoyen de Caen.

Lors de mon stage, j'ai eu l'occasion de découvrir ce lieu, alors que je ne connaissais pas du tout le fonctionnement des Groupes d'Entraide Mutuelle et le public qui y était accueilli. J'ai adhéré rapidement au concept et aux valeurs. Les personnes que j'ai rencontrées étaient très avenantes, elles m'ont rapidement accepté et m'ont permis de créer du lien



Quoi de neuf à Vire ?

L'E.C.C. de Vire dans la presse (Ouest France 16-17 mars 2019)

Un espace qui « redonne la patate et le sourire »

Les Semaines d'information sur la santé mentale viennent de se terminer. L'antenne viroise d'Advocacy y a pris part. Il faut dire qu'elle ne manque pas de dynamisme.

Témoignages

« Certaines fois, on est très nombreux mais on rentre tous », assure Eric, en faisant la visite et en montrant la salle où se réunissent et dînent, une fois par semaine, les membres de l'antenne viroise d'Advocacy. « Il y a aussi des tableaux et on assure la déco », poursuit cet ancien peintre et aménageur d'intérieur.

À bientôt 62 ans, le dynamique Eric est ici chez lui, dans l'Espace convivial et citoyen (ECC) de l'association, rue André-Halbout. La vingtaine d'autres adhérents également. Cet espace, né en 2007 à Vire, a vocation de lutter contre l'isolement et l'exclusion des personnes en souffrance psychique. « On entend dire « ce sont des fous ici ». Mais non », souligne Oriane. « Je me suis retrouvée sans emploi, cloîtrée chez moi. Ça m'a beaucoup apporté de venir ici, ça redonne la patate et le sourire », ajoute-t-elle.

Pour voir du monde...

« J'ai commencé à venir il y a près d'un an, en juin 2018, quand je me suis retrouvé sans emploi. Je travaillais dans un CAT (Centre d'aide par le travail), reprend Kevin, 24 ans, tout aussi posément. Ça permet de voir du monde, plutôt que de rester dans son appartement. » « Ça me détend. J'aime tout le monde ici », confie la jeune Allison, de l'Institut médico-éducatif (IME).

« C'est un médecin en alcoologie qui m'a conseillé de venir là », enchaine Alain. C'est sûr, « c'est plus intéressant que de rester seul devant la télé ». Il est donc là tous les jours, fidèle au poste, pour partager du temps avec ses nouveaux camarades « et donner un coup de main ».

Car la porte est ouverte tous les



Les adhérents d'Advocacy ont plaisir à se retrouver à l'espace convivial citoyen de Vire, rue André-Halbout.

(CREDIT PHOTO: OUEST-FRANCE)

après-midi. Pour presque rien, les adhérents peuvent prendre un café.

... et pour s'investir

Le planning des activités, affiché à l'entrée, est chargé. À l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale, la projection d'un documentaire, en partie tourné avec des Virois, a été proposée dans la Halle Michel-Drucker. Les membres de l'ECC ont aussi fait un saut à Saint-Lô, fin mars. Chacun vient avec ses soucis et a la possibilité de se reconstruire et de

s'engager. « On va au bowling, on a visité une ferme bio... Je me sens bien ici », indique, pour sa part, Rémi, retraité, qui sévit avec sept autres adhérents dans la chorale de l'association. Elle sera à l'honneur, samedi 27 avril, à l'occasion de la Fête du nez rouge, à Vire.

Des randonnées, des ateliers relaxation et de cuisine, et même, bientôt, des sessions dans une salle de sport viroise... on ne s'ennuie vraiment pas, à Advocacy Vire. Aelig Raude, seule salariée et animatrice de la

structure, a aussi programmé « des baptêmes de l'air en juin » et « cherche, en ce moment, un prestataire pour faire du théâtre à la rentrée prochaine ».

Kevin VERGER,

Un documentaire sur la santé mentale à la Halle



Aelig Raude, au centre, est animatrice de l'antenne viroise d'Advocacy, qui projette un documentaire, lundi, fruit d'une expérience de deux ans et en partie tourné en son sein.

(CREDIT PHOTO: OUEST-FRANCE)

Fruit de deux ans d'une expérience unique pour les membres de l'antenne viroise d'Advocacy, le documentaire *Chercheurs en folie*, réalisé entre 2015 et 2017 par Guillaume Dreyfus, sera projeté lundi, à 14 h 30, à la Halle Michel-Drucker. La séance est gratuite et ouverte à tout le monde.

« Promouvoir la parole des personnes concernées par la santé mentale » : telle est la mission de l'association Advocacy et celle de ce documentaire. Dans celui-ci, la caméra suit les personnes dites handicapées psychiques des antennes de Vire, de Granville et de Caen qui, pendant

deux ans, ont fait l'objet d'une « recherche-action » orchestrée par deux sociologues. Ces derniers ont souhaité savoir comment faire pour que les personnes en souffrance psychique fassent entendre leur voix auprès des décideurs.

Aelig Raude, au centre, animatrice de l'antenne viroise, précise : « Les membres de notre association ont dressé un état des lieux, se sont entraînés lors de séances d'improvisation avant d'aller interviewer des élus, des médecins mais aussi des membres de service de tutelle. Pour certains, ça leur a vraiment donné des ailes ! »

Quoi de neuf à Vire ?

Un partenariat avec l'Orange Bleue pour développer l'activité sportive



Depuis début avril, les membres de l'Espace Convivial Citoyen de Vire sont en lien avec Thomas Bunout, coach sportif de la salle de sport L'Orange bleue.

Il est actuellement en alternance au centre régional d'action et de formation sport et santé (CRAF2S) de Colombelles et a proposé aux adhérents de se donner régulièrement rendez-vous pour une séance de sport et de renforcement

musculaire. ***Cette initiative entre dans son projet de fin d'année, qui est de faire découvrir le sport à des personnes qui n'y ont pas forcément accès au quotidien »***

À côté des séances de relaxation, de la chorale, des randonnées ou même des ateliers cuisine, cette nouvelle séance de sport est appréciée par les membres d'Advocacy. **L'objectif pour Advocacy comme pour l'Orange Bleue est de pérenniser cette activité.**

Sportez-vous bien, Orange Bleue, Relaxation : À Vire, on s'adapte aux sports !

*« On s'engage au sport adapté avec Sportez-vous bien on se rassemble avec Caen, Lisieux et Granville. On découvre le vélo, les poids, la danse baïla avec Thomas de l'orange bleue. Une grande réussite ! »
On se détend à la relaxation avec Nicolas de Sans Forme ni Chemin.*

Patrick



À ADVOCACY, je vis des choses que je ne vis pas ailleurs !

Aux ateliers cuisine, je m'occupe souvent des cuissons et du service. J'ai goûté à la mangue pour la première fois.

Avec Michel, je découvre des lieux de randonnée comme la Vallée du Lude avec les beaux genêts.

Je suis allé pour la première fois en discothèque, et j'ai dansé jusqu'à la fin.

Jérôme

Quoi de neuf à Granville ?

La parole aux adhérents, témoignage.

Mon témoignage, mon vécu et mon ressenti

En 1962, j'avais 17 ans et j'étais en première au lycée de Coutances. A cette époque il existait encore la catéchèse dans les lycées publics (pour les volontaires). Notre enseignant sortait de la Sorbonne et était également le secrétaire de l'évêque.

Notre enseignant prêtre nous aide à découvrir notre idéal par nous même. Nous étions enthousiastes de découvrir l'humanisme de cette manière.

Pour nous le communisme et le christianisme étaient comparables. Dans les 2 cas c'était la découverte de l'amour de son prochain ; la compassion et l'empathie étaient le bonheur. C'était également la découverte de notre corps mais aussi la découverte de la sexualité.

A 17 ans bien sûr nous sommes idéalistes ; mais nous sommes aussi conscients que la vie qui nous entoure n'est pas cette réalité.

Comme dans le « cercle des poètes disparus » je me sens Neil et je fais une tentative de suicide qui a échoué de peu. Ce préambule explique que parfois cette contradiction est tellement douloureuse que le choix de mourir peut se comprendre.

Mon vécu à l'hôpital psychiatrique de Picauville, plus connu sous le nom d'asile.

Après une semaine de traitement à l'hôpital mémorial de St-Lô, je suis interné le 21 décembre 1962. Sans information donnée à mes parents, le médecin chef diagnostique une schizophrénie. Heureusement pour moi son diagnostique était faux.

Cependant il ordonne mon internement immédiat et la mise en place d'un traitement thérapeutique d'un autre âge.

1 à 2 % des patients mouraient au cours de cette thérapie.

Tout le courrier que j'ai reçu pendant ma période d'internement m'a été remis ouvert.

Les électrochocs sont effectués sans anesthésie, en série dans la chambrée, et sans aucune

information.

Comme mes 3 camarades de chambrée, j'ai subi 8 électrochocs.

4 ou 5 infirmiers entrent dans la chambre avec une machine carrée sur roulette. Ils entourent le premier malade placé auprès de la fenêtre ; ils lui attachent les mollets, les cuisses, les poignets, lui mettent un tampon dans la bouche (j'ai compris plus tard que c'était pour qu'il ne se morde pas la langue) et un tampon sur chaque tempe.

Aussitôt, bien qu'entravé, mon camarade par ses secousses abominables emmène et déplace son lit de plus d'un mètre. Sans plus attendre c'est le tour de mon camarade du milieu. Même scénario. C'est alors mon tour. Je savais ce qui m'attendait. Le plus terrible n'est pas l'électrochoc, mais c'est de regarder la souffrance de ses camarades. Pour mémoire nous avions 17ans, en pleine adolescence. Je n'ai aucun souvenir de la famille qui me rendait visite pendant ces traitements.

Les comas de Sakel ou cure d'insulinique .

Après le huitième électrochoc sans aucune interruption et toujours sans aucune information, on me conduit dans un autre bâtiment, pour subir les célèbres comas de Sakel, appelés pudiquement comas insuliniques. Ces traitements sont toujours aussi barbares. On retire le sucre du sang pour provoquer une crise d'épilepsie. Très entourés par les infirmiers on nous réveille par un sucrage.

Après 4 jours d'entraînement, c'est-à-dire à petite dose, sans aller jusqu'au coma ; l'on passe à la dose supérieure. Ce premier coma d'insulinique est resté dans ma mémoire. Je n'étais plus suicidaire.

Mon ressenti de ce premier coma : après l'injection d'insuline, je vois les infirmiers disparaître petit à petit.

Je lutte pour ne pas mourir, et, dans le désespoir, j'abandonne, je me dis tant pis c'est fini. Et je fais alors mon premier vrai coma. A mon réveil, je suis surpris d'être vivant et je me dis « ils m'ont raté ».

N'oublions que j'ignorais complètement ce que

l'on me faisait et dans quel but. J'ai appris par mes recherches que 1 à 2 % des patients décédaient pendant ces traitements.

Deux autres cruautés :

Pour aller aux toilettes je devais passer devant les cellules capitonnées dans lesquelles on enferme les malades qui faisaient des crises de délirium. Par le hublot je voyais ces malheureux très souvent dans un coin de leur cellule.

Un autre souvenir tout aussi terrible :

Le bruit des clefs qui s'entrechoquaient. Ces clefs étaient portées dans un panier par un infirmier qu'on appelait le portier. Les portes et les grilles s'ouvraient et se refermaient dans un bruit métallique terrible.

Résultat statistique de ces types de traitement : l'espérance de vie des patients traités de cette façon était de 20 à 25 ans de moins que ceux traités pour la même maladie diagnostiquée par des traitements doux qui n'étaient pas encore des neuroleptiques. Mes 2 camarades de chambrée sont décédés à 40 ans.

Ce qui m'a sauvé

- Mes parents, qui le dimanche 22 mars 1963, après 40 comas insuliniques m'ont fait sortir de l'institut contre l'avis du médecin ou des gardiens. Ils avaient très peur que je perde mes facultés intellectuelles.
- Mes parents étaient de petits agriculteurs, mais ils savaient que c'était par l'école que nous pouvions changer de modèle social. Bien sûr il n'existait pas d'école maternelle dans nos campagnes. Mais ma mère nous avait appris à lire, écrire et compter avant d'entrer au cours préparatoire. toute notre fratrie de 4 enfants avons eu la chance de pouvoir accéder à l'enseignement supérieur. Nous étions parfaitement conscients de notre chance.
- Je remercie le prêtre qui nous avait appris la liberté de pensée ; car j'ai très vite compris que si je voulais sortir de Picauville il me fallait rentrer dans la normalité du médecin chef : aller à la messe, être très discipliné, etc...

J'aimais beaucoup les mathématiques. Parmi les malades il y avait un mathématicien ; je crois qu'il était interné parce qu'il avait tué dans une crise de folie). Avec lui j'ai beaucoup appris.

Je raconte cette anecdote pour expliquer que malgré les clefs on n'hésitait pas à mélanger les patients.

Je rappelle que je n'avais que 17 ans.

En 1966, j'ai rencontré un responsable de Chambre d'Agriculture qui m'a permis d'acquérir une formation par alternance qui a parfaitement prouvé qu'en aucun cas je n'étais schizophrène.

Et parfois la vie se complique. J'avais 3 enfants. Deux sont décédés très jeunes ; l'aîné avait 41 ans et une petite fille de 4 ans. Il est décédé d'un cancer du pancréas. Le second est décédé à 47 ans d'un cancer du colon non opérable ; il avait 2 grandes filles, une de 19 ans et la plus jeune avait 17 ans. J'ajoute une nièce qui m'était très proche qui est décédée à 42 ans d'un a.v.c foudroyant et dans la même période mon ami de toujours, il avait 55 ans. Je n'oublie pas un beau frère qui est décédé à 70 ans.

Je ne me permets pas de dire si j'ai de la chance de vivre. Le cours de la vie est trop complexe pour le savoir.

Cependant ma durée de vie m'a permis le temps de la transmission.

Je remercie la direction actuelle du Bon Sauveur de St Lô de m'avoir permis de libérer ma parole par l'écoute de mon témoignage et de m'avoir fait connaître Advocacy Normandie.

Je remercie Mr Lerenard de m'avoir fait connaître l'association 'vivre son deuil'.

En conclusion, raconter par écrit mon témoignage est une autre façon de libérer ma parole.

A. Durand

Quoi de neuf à Granville ?

Projet théâtre en partenariat avec l'Archipel

Sur la demande d'une personne, un groupe d'adhérents se constitue autour d'une action d'expression corporelle ou théâtrale. Nous joignons, par mail, les responsables du théâtre de « l'Archipel » à Granville.

Nous nous rencontrons à L'ECC, le mercredi 12 décembre 2018 avec Mme Grandin et Mme Hespel responsable communication à « l'Archipel ». Les adhérents peuvent, chacun à leur tour, s'exprimer sur leurs envies : appréhender l'espace, la mise en scène, le mime, le clown, avoir confiance en soi....



Après avoir présenté le projet en Conseil d'Administration en février 2019, nous contactons l'Archipel afin de rencontrer la compagnie *Charivari Palace*. Cette dernière se compose de deux artistes professionnels. Lors de cette rencontre, nous échangeons, faisons l'expérience de monter sur la scène du théâtre de la Haute-Ville, ce qui a confirmé notre envie de participer à ce projet.

La compagnie *Charivari palace* propose de travailler sur les émotions, la confiance en soi, d'apprendre des règles communes (Discours, langage, gestuelle...). Ceci se traduit par sentir son corps, monter sur scène, retrouver le sentiment de l'instant, s'exprimer par le corps et la voix, improviser et la gérer. L'écriture, c'est le corps. « Rencontre de créateurs/acteurs, construction sur l'instant, comédien/créateurs par le mouvement, la parole ».

On part de l'idée que l'on a un clown en soi avec des couleurs différentes autour d'un travail individuel ou collectif, sentir le travail avec les autres, l'autre dans le cadre d'une harmonie.

En septembre, c'est parti pour une dizaine de séance de création !



Quoi de neuf à Granville ?

Plaisir de manger



Suite aux deux ateliers « *Plaisir de manger* » réalisés

à Vire en 2017/2018, les adhérents d'Advocacy-Normandie de Granville souhaitent réitérer cette action en 2019. Cette activité réalisée grâce au concours d'une nutritionniste donne aux adhérents des conseils diététiques quant à la préparation de repas.

Ce mélange entre apprentissage théorique et pratique réalisé de manière ludique facilite auprès des adhérents l'envie de cuisiner et de se préparer des repas chez soi.

Pour que cette envie ne s'écroule pas, ils demandent à ce que cet atelier se développe sur l'année 2019.

Face à cette demande, nous entreprenons des recherches auprès de nos partenaires locaux afin de poursuivre ce projet.

Nous obtenons le numéro de téléphone de deux professeurs de diététique du lycée Marland. Une première rencontre se déroule entre Mme Anderson, Mme Boutois et nous. Nous décidons d'un commun accord d'effectuer un essai courant avril mai 2019.

Deux séances sont planifiées, la première permet une rencontre avec les étudiants autour d'un temps de convivialité (café, thé gâteaux préparés par eux-mêmes), de deux séquences ludiques autour de la nutrition et de l'élaboration du menu.

La deuxième séance réalisée dans les cuisines du lycée Marland s'effectue dans un premier temps autour d'achat en supermarché des ingrédients et dans un deuxième temps de la préparation du repas. Il s'agit, de mettre en application des règles communes d'hygiène telles que se laver les mains, définir des espaces pour éplucher les légumes, concoc-ter l'entrée, le plat principal et le dessert. Avant de passer à table, nous nettoyons l'ensemble des espaces, des ustensiles utilisés sans oublier de vider les poubelles.

Cette journée conviviale se poursuit autour de la dégustation du repas, d'échanges entre les convives et bien sûr de laver la vaisselle.





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