



# LE LIEN

Juin 2006

Contacts : 7 rue Esquiros 13010 Marseille tel :04.91.22.83.53  
permanence:CMP, 50-52 bd Michelet 13008 tel:04.91.22.28.20  
le vendredi de 9h30 à 12h

## Le mot du Président

Peu de changement ! « Le comité de rédaction » s'agrandit et de nouvelles activités voient le jour ... L'atelier informatique , l'atelier couture ... depuis un an les appartements de transition : tremplin vers le retour à la vie « normal » ... la philosophie initiale de notre association ( lutter contre la stigmatisation et favoriser la sortie du handicap ! ) se réalise peu à peu ; grâce au travail de chacun ! merci à tous ceux qui continuent à faire avancer cette utopie de changer un peu le visage de la maladie et qui tentent d'adoucir la vie de ceux qui ont déjà tant connus de souffrance et d'échecs.

L'avenir : c'est sûrement faire connaître autour de nous les avancées de chaque

jour pour aider encore à déstigmatiser les patients souffrant de ces troubles. D'autres projets sont encore dans les cartons et ne demandent qu'à voir le jour... alors je fais appel aux bonnes volontés.

Enfin, bonnes nouvelles ! Notre association a déjà deux enfants ( connus..quant à d'autres ? ) :

« Les enfants de phoebus » depuis plusieurs mois et « génie et déraison » depuis peu... nous souhaitons à « nos enfants » de nous apporter tout le bonheur et nous sommes heureux de pouvoir constater chaque jour les merveilles qu'ils accomplissent.

## Informations sur les différentes manifestations

### FORUM MARSEILLE HANDICAP - 18 et 19 Novembre 2005 –

SOLIDARITE REHABILITATION a partagé son stand avec SCHIZO OUI, association nationale qui tente de s'implanter à Marseille,, et dont le Président Mr G. PERILLI a adhéré à notre association..

Ce forum rencontre toujours beaucoup de succès. Le stand a été entièrement décoré et installé par les usagers membres du club loisir et des ateliers du C.M.P. Nous avons eu beaucoup de passage bien qu'un peu moins bien placés que l'année dernière.'

Les questions qui ont été le plus souvent posées ont concerné les problèmes de logement.

Notre Président, Christophe LANCON, a donné une conférence la samedi après midi dont le thème était : Handicap Mental « Perspectives et réalité » La salle était pleine. Beaucoup de questions ont été posées. Ce fut un moment fort de ce forum pour notre association .

Le prochain FORUM se tiendra les 20 et 21 Octobre prochain, et, cette années encore, nous partagerons notre stand avec SCHIZO OUI ce qui nous permettra d'attendre nos présences sur le stand.

## **SEMAINE D' INFORMATION EN SANTÉ MENTALE – MARS 2006 –**

Comme toutes les années, SOLIDARITE REHABILITATION a participé au sein d'ARPSYDEMIO à l'organisation de cette manifestation qui s'est déroulée du 14 au 17 mars grâce à diverses manifestations à travers la ville et les 16 et 17 dans l'amphithéâtre de l'hôpital de LA TIMONE.

Cette année le thème était « MALAISES DANS L'HOSPITALISATION – Quelles propositions de changement ?

De très nombreuses interventions ont permis de dégager les réflexions suivantes :

-La politique d'hospitalisation actuelle est inadaptée, avec une prévention insuffisante en amont, et un suivi en aval. De plus, les services manquent de personnel expérimenté et les démissions des jeunes infirmiers et infirmières sont fréquentes devant les difficultés qu'ils rencontrent.

-Des expériences de délocalisation de

services dans la ville et l'organisation d'équipes se déplaçant à domicile pour gérer les crises semblent très intéressantes.

-La tendance générale paraît être la diminution de la taille des hôpitaux psychiatriques, au profit de petites structures disséminées en périphérie.

-Les soins de suite sont mieux organisés sur le secteur LOGEMENTS, remplaçant les hospitalisations trop longues.

Un film très émouvant et très intéressant a été projeté par l'association ESPOIR 54 de NANCY « Faire reflourir en moi la vie » Les acteurs de ce film, tous trois usagers de cette association, étaient présents et ont pu commenter leur parcours.

La cassette de ce film est disponible chez Danièle et Franck DANIEL qui la déposeront au CMP à la demande.

## **GENIE ET DERAISON**

Est une association fondée par Danièle et Franck DANIEL associés à 2 amis : Gérard ABRIAL, journaliste et Uta FOURTEAU ;

L'action de cette association s'inscrit dans la campagne de déstigmatisation de la maladie mentale et a pour but de faire changer le regard du public sur les malades psychiques. Ce regard, très souvent négatif est un obstacle très important à leur réintégration sociale.

GENIE ET DERAISON fonctionne depuis environ 1 an et a organisé un cycle de conférences relatant la vie et l'œuvre d'artistes célèbres (auteurs, compositeurs, musiciens etc..) ayant souffert de troubles psychiques. Malgré leur souffrance ils ont légué au patrimoine de l'humanité des

œuvres essentielles.

Ces conférences ont lieu chaque mois à l'auditorium de l'Hôpital Saint Joseph et ont été consacrées à Glenn GOULD – Paul GAUGUIN – Gérard de NERVAL – Arturo GIACOMETTI – Reste à venir : Arthur RIMBAUD le jeudi 4 mai et Robert SCHUMANN le jeudi 1<sup>er</sup> Juin.

Ces conférences ont beaucoup de succès, font connaître Solidarité Réhabilitation qui est citée chaque fois puisque le bénéfice de ces conférences, viendra, en fin d'exercice, alimenter la caisse de notre association.

Une nouvelle série de conférences s'organise pour fin 2006 et 2007.



## Quelques nouveautés

### Le CLUB « LES CANOUBIERS »

(Association Les Sentinelles-Egalité affiliée FNAP Psy)

5 rue de Friedland 13006 MARSEILLE

Métro :Castellane

Tél :04 91 75 03 79 ou 06 21 52 82 35

#### Les objectifs :

Aide les personnes à rompre avec l'isolement et le repli sur soi par l'accueil, l'entraide, des offres de service, des activités de loisirs et de formation.

Une personne agent d'animation a été embauchée. Sophie Lalanne a une grande expérience de l'organisation des activités culturelles. Elle est à votre disposition pour vous accueillir et voir avec vous quel contenu vous entendez donner à votre club sur le plan social et culture. Elle est en réseau avec des artistes, des animateurs, des professionnels des activités du spectacle.

Nathalie Affre prend en charge la formation des usagers avec Corinne Barnéoud qui développera une activité langues étrangères (anglais, allemand). Deux ateliers de réflexion et de recherche dans le cadre de la formation vont démarrer sur les thèmes suivants :

- violence en santé mentale, supervisé par un directeur de recherche de l'INSERM

à Marseille.

- l'accueil, les urgences en psychiatrie. De jeunes équipes de soignants nous demandent de venir travailler avec nous sur ces thèmes pour améliorer leur pratique, échanger les savoirs.

Les jours d'accueil et d'activités au Club rue de Friedland

Mardi :de 15h à 19h

Jeudi :de 15h à 19h

Vendredi :de 15h à 17h30

Samedi :de 15h à 20h

Tous les lundis :permanence Cité des Associations, 93 La Canebière de 17h à 19h : réception des candidats au Club. Les inscriptions sont prises à la permanence.

#### Les Activités Proposées :

- Atelier photo et multimédia : animé par Claude
- Bourse des Objets, coopérative : animée par Olivier
- Cercle d'échecs : animé par Cathy et Serge
- Atelier d'écriture : animé par Alain et Sophie
- Atelier théâtre : animé par comédien,
- Atelier peinture : animé par un professionnel,
- BAFA : animé par Sophie dans le cadre IFAC
- Formation des usagers : animé par Nathalie avec Claudette avocate,
- Cours de « salsa » : animé par Yéyi
- Atelier philo : animé par différents intervenants.
- Un groupe de recherche animé par Directrice de Recherche de l'INSERM Marseille est à l'étude.

Bien sûr des activités sorties, balades, pique-niques sont aussi au « menu ».

# Les sorties

## Le club loisirs du CMP:

organise une fois par mois une sortie «marche-nature». Nous sommes déjà allés à Gémenos au mois de mars, à Signes au mois d'avril, à Saint-Cyr –Sur-Mer au mois de mai.

Le premier dimanche du mois de mars 2006 nous avons fait une sortie à Signes .

Signes ou plus précisément Latray est un village très agréable à visiter.

Il se trouve près du Castellet . Le paysage traversé était plutôt aride à cause des feux de forêt :

Nous étions en campagne dans une zone

boisée . La végétation est celle que l'on trouve en Provence dans les sols rocailloux :thym , romarin , arbustes .....

Nous avons longé un ruisseau à travers bois qui nous a mené sur un endroit plus vert .

Là nous avons déjeuné sur l'herbe. Après avoir pique-niqué nous avons pu admirer une grande bâtisse en pierre de taille où se cache une bergerie qui semble encore en activité . Puis nous avons pris le chemin du retour.

## L'association Culture du Cœur :

permet de bénéficier d'un certain nombre de places gratuites pour des spectacles (concerts, pièces de théâtre ...). Ainsi les usagers du Club Loisirs ont participé à une quarantaine de spectacles depuis le début de l'année.

### Concert du samedi 18 mars 2006 à l'Opéra de Marseille

*Les 4 Saisons des Quatre Saisons d'après  
la pièce d'Antonio Vivaldi*

Faire du neuf avec du vieux , tel est le pari réussi de l'ensemble de percussions Symbléma .

Sur l'ossature de l'œuvre de Vivaldi , Symbléma percussions a réussi à broder avec talent une pièce vivante et riche avec ses très nombreux instruments : timbales, marimba, cloches, gongs, crotale, grosse caisse, tambourin sur cadre, claves, maracas, vibraphone interprété aussi bien sur le mode percussif que sur le mode mélodique

grâce à un archet produisant un son filé etc. ...Les percussions qui autrefois n'intervenaient que de façon ponctuelle comme simples instruments d'accompagnement, donnent ici leur pleine mesure en tant qu'instruments solistes.

THIERRY

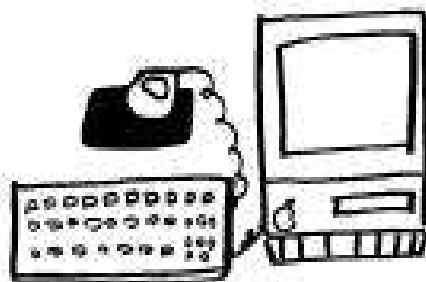
J'ai beaucoup apprécié l'interprétation parfois libre et enjouée de Vivaldi.

L'originalité des instruments, des percussions alliait à la fois fidélité et improvisation.

Nous étions transportés à travers le temps ..De plus, l'acoustique était bonne. Seul hic, nous nous trouvions de plein pied avec une partie de l'orchestre. En effet seule une partie des instruments se trouvait sur une estrade, mais bon! nos oreilles et nos yeux étaient ravis.

Très agréable soirée.

YANN



## Les ateliers informatiques

Dans le cadre de l'association  
« solidarité réhabilitation »

**un atelier informatique** s'est ouvert au  
7 de la rue Esquiros à proximité de la rue  
de la Capelette.

L'atelier est réparti sur 3 demi-journées  
qui se décomposent de la manière sui-  
vante :

-Mardi de 14 H à 16 H :

Navigation sur Internet

-Jeudi de 10 H à 12 H :

Apprentissage traitement de texte ; Aide  
à la rédaction du journal de l'association  
« Le lien » ;

-Vendredi de 14 H à 16 H ;:

Apprentissage Internet

Mireille et Dominique dans les premiers  
temps de l'atelier se sont proposées pour  
accompagner les participants.

Mais il est prévu que très vite les séances  
se dérouleront de façon autonomes en  
dehors même de la présence des anima-  
trices : l'atelier doit en quelque sorte  
« appartenir » à ceux qui le fréquentent.

Ceux qui s'y connaissent déjà en infor-  
matique peuvent aider ou communiquer  
des informations à ceux qui s'y connais-  
sent moins. Quelqu'un est systématique-  
ment chargé de fermer la porte en partant  
et transmettre la clef au C.M.P.

L'une des principales difficultés dans le  
cadre du fonctionnement de l'atelier sera  
d'assurer une discipline suffisante : s'il y  
a plus de présents que de nombre d'ordi-  
nateurs, chacun doit s'entendre avec les  
autres pour le partage des machines.

En outre, que se passera-t-il si au cours  
d'une séance personne ne s'y connaît et  
que l'usage du matériel semble trop diffi-  
cile à tous ?

Comment faire pour éviter une dépen-  
dance à l'égard des « personnes qui sa-  
vent » : le jour où aucun d'entre eux  
n'est présent, comment l'atelier pourra-t-  
il fonctionner ?

Pour l'heure, il faut bien considérer tout  
de même que la possibilité d'utiliser ces  
ordinateurs est une chance. Quoi qu'il  
arrive on ne peut que reconnaître cet ate-  
lier informatique comme un facteur d'a-  
mélioration de notre quotidien ; comme  
une ouverture supplémentaire sur le  
monde et sur la réalité concrète ; comme  
une occasion supplémentaire de commu-  
niquer avec d'autres personnes et de sor-  
tir de chez soi.

OLIVIER

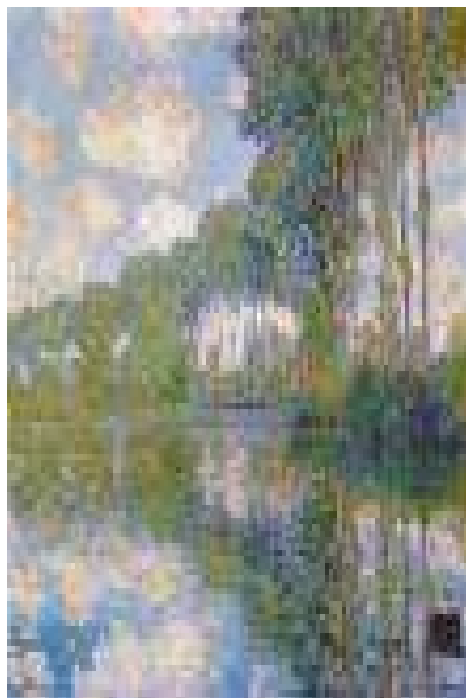
**Dernière heure** : possibilité pour tous les adhérents de l'association de participer à  
une initiation à internet (cyber café) le mardi de 14h à 16h.

## Expressions

Il pleut à tordre des peupliers  
A assécher les fleuves et les rivières  
A tordre les mains et les pieds  
Les mains tordues de chagrin  
Le cœur bien au sec  
Je vais vers demain  
Et cours à perdre haleine  
Sans me lasser du temps  
Qui s'écoule le long des berges  
Je m'en vais vers demain  
Et mon cœur meurtri  
Souffre en douceur mais en couleur  
La couleur pourpre du soleil  
Comme un éclat brillant de lumière  
Qui jaillit vers demain  
Le cœur bien au sec

**Stéphanie**

poème écrit à l'atelier d'écriture de Solange



Marseille le 4 MAI 2006

### réflexion sur le handicap psychique.

Cette maladie souvent sous-jacente, et invisible à l'œil d'un autre individu, reste souvent mal comprise du public en général. Il faut prendre conscience que le vécu d'une personne ayant eu des problèmes ultérieurement dans sa vie, le met souvent à l'écart du monde extérieur et des autres en général. Pour rester connecté au quotidien, tout en prenant conscience de ses difficultés personnelles liées à la prise de psychotropes, il faut pratiquer des ateliers de loisirs et d'apprentissage, pour stimuler ses facultés en général.

Un des facteurs déterminant pour arriver à voir le bout du tunnel, c'est de se donner les moyens d'avancer.

Garder un suivi thérapeutique et un soutien psychologique régulier pour avoir une ligne de conduite et surtout afin d'éviter les

désagréments d'une rechute.

Le temps pour se remettre complètement d'un déséquilibre dans sa vie, ne se compte pas en heures, ni en mois, ni en années, il faut prendre le temps nécessaire, différent pour chacun, pour permettre une réinsertion complète dans le monde où l'on vit pour garder de la marge. Dans tout les cas, il faut se diriger progressivement vers une réinsertion dans la vie active, pour retrouver une activité professionnelle soutenue. La vie en communauté est rude, donc il faut garder le moral pour perdurer sur le long terme. L'espoir est présente, quand à vivre comme tout autre personne, nos capacités ne sont pas à remettre en cause.

**JEAN**

