

Troubles psychiques, maladies mentales... « Il faut oser en parler »

SANTÉ. Alexis Bornazeau, jeune conseiller municipal nouvellement élu à Saint-Genès-de-Blaye, délivre un message de soutien à toutes les personnes qui accompagnent des proches atteints de troubles psychiques



Alexis Bornazeau, conseiller municipal à Saint-Genès-de-Blaye, a souhaité témoigner pour celles et ceux qui accompagnent un proche atteint d'une maladie mentale

Photo AG

Il ne faut pas rester seuls et vous n'êtes pas seuls », tel est le message que souhaite délivrer le jeune conseiller municipal Alexis Bornazeau, nouvellement élu à Saint-Genès-de-Blaye. Pourquoi souhaite-t-il sensibiliser le plus grand nombre ? Parce qu'il a été lui-même confronté à une douloureuse réalité. Celle des troubles bipolaires dont souffre un de ses proches. Une maladie qui se caractérise par d'intenses excès d'énergie, une abondance de projets, des comportements souvent excessifs, euphoriques et désinhibés... suivis de puissants épisodes dépressifs pouvant conduire à des idées suicidaires et des passages à l'acte. Aussi, la crise sanitaire que nous traversons n'est pas anodine pour les personnes souffrant de troubles psychiques. Alexis Bornazeau a pu constater que le plus difficile n'a finalement pas été la période de confinement

où une certaine stabilité a pu être trouvée, mais le déconfinement...

Retour à la vie sociale après le confinement...

« Le plus difficile a été le retour à la vie sociale. Le déconfinement est beaucoup plus violent que le confinement », s'il en juge par son expérience personnelle de proche aidant. Il aura suffi d'un traitement mal suivi et de la période particulière que l'on vit, pour constater impuissant, le décrochage... Alors, la famille et les proches peuvent vite se retrouver très démunis. « Ce qui est très difficile, c'est de ne plus reconnaître la personne qui est en crise ». Aussi, « la solidarité et l'entraide sont primordiales » constate-t-il,

alors qu'il a lui-même fait appel à l'Unafam33 (Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) pour trouver des réponses à ses questionnements ainsi qu'un précieux soutien.

Si le siège se trouve à Bordeaux, la structure assure des permanences téléphoniques. « Ce qui est compliqué sur notre territoire, c'est qu'il y a peu de relais concernant les maladies psychiatriques et c'est un sujet dont on parle peu, car il fait peur, mais concerne finalement pas mal de monde touché de près ou de loin. »

Aude Gaboriau

Contacts utiles

Une cellule de soutien psychologique, nommée COVIDPSY 33, a été créée par le centre hospitalier Charles Perrens à Bordeaux avec la collaboration du CASPERTT (centre hospitalier de Cadillac) et le centre hospitalier de Libourne.

Cette cellule d'accompagnement psychologique vise à répondre aux besoins des soignants travaillant en psychiatrie et santé mentale ainsi qu'à l'ensemble des Gironnins.

Contactez la plateforme du lundi au vendredi de 10h à 18h au numéro vert 0 800 71 08 90 - (appel gratuit depuis un poste fixe).

Accompagnement gratuit.
Centre médico-psychologique (CMP) de Blaye (CH de Haute-Gironde à Blaye) : 05 57 53 46 76



CMP de Saint-André-de-Cubzac, 8 rue Soucarros : 05 57 43 04 99

Centre hospitalier de Libourne (Hôpital Garderose) 70, rue des Réaux : 05 57 55 34 34

Samei 21 novembre de 10h à 11h30, visioconfé-

rence du "café des aidants" d'Angoulême organisé par la Mutualité française de Nouvelle Aquitaine sur le thème : « Comment faire accepter une aide extérieure à mon proche ? »
Pour s'inscrire : www.nouvelle-aquitaine.mutualite.fr

TROIS QUESTIONS À...

« Ce qui est compliqué pour les familles, c'est la stigmatisation »

« Haute Gironde » : Quelles sont les missions de l'Unafam ?

L'Unafam33 (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques) est une association nationale qui possède des antennes départementales.

Fondée en 1963, elle accompagne les personnes dont un proche est touché par une maladie psychique ou des troubles sévères

Jean-Claude Aubert : L'Unafam a été fondée en 1963 et est née du courant de la psychiatrie hors les murs, afin de soutenir les familles dans l'accompagnement de leur proche.

Les bénévoles de l'Unafam et moi-même sommes tous des personnes qui ont été confrontées à ce sujet. Il faut bien comprendre que pour toute famille qui voit surgir une maladie psychiatrique chez un proche, c'est un choc. Notre première mission, c'est le soutien aux familles mais également aux proches au sens large, c'est-à-dire amis, collègues...

Nous avons une permanence téléphonique. Nous accueillons les familles pour de l'information mais également de la formation. Tous nos bénévoles sont formés, nous sommes une trentaine sur le département. Nous constituons des groupes de parole et organisons des journées d'entraide...

La crise sanitaire, accompagnée des périodes de confinement et d'un climat anxieux, a-t-elle des répercussions sur les malades ?

Ce qui est compliqué pour les familles, c'est la stigmatisation autour des maladies mentales. C'est souvent difficile de parler de la schizophrénie ou de la bipolarité d'un proche car il y a beaucoup de préjugés. Une de nos missions est donc la désigmatisation, d'autant plus qu'en France, on évalue à environ 2 millions, le nombre de personnes atteintes par des troubles dits sévères et persistants. Ça représente beaucoup de monde.



Jean-Claude Aubert président et délégué départemental de l'Unafam33

Photo AG

Nous avons participé à l'élaboration du contrat local de santé de la Haute-Gironde qui a défini un axe fort autour de la santé mentale. Nous travaillons à la mise en place d'un café des aidants avec l'Amad (Association de maintien et de soins à domicile) Haute-Gironde afin de pouvoir réunir les familles pour discuter et apporter de l'information, animé par nos bénévoles. C'est quelque chose qui devrait voir le jour le plus tôt possible en 2021.

Propos recueillis par AG

plus compliqués car il a fallu se réadapter. La période est propice à l'apparition de troubles anxieux

Permanence de l'Unafam33
40 rue du Sablonat à Bordeaux
Email : 33@unafam.org
Tél. : 05 56 81 44 32

Jean-Claude Aubert est le délégué départemental de l'Unafam33, il a répondu à nos questions.