



Floréa' lignes

Année 2014, n°30

31/06/2014.

DANS CE NUMÉRO :

Mot du Président.	P 1
Médias et psychiatrie : un partenariat unique.	P 1,2
Nouvelle activité à Floréal : le Floréa'déj.	P 2
Un après-midi musical.	P 3
Le 12 Avril 2014.	P 3
Visite du Conseil Général.	P 3
Visite du sentier karstique de Merey/Montrond.	P 3
A la rencontre des lycéens.	P 4
Journée à la campagne.	P 4
La Ferme des lamas.	P 4
La parenthèse florale.	P 5
Bon appétit !	P 5
Article de Stéphane sur la Fête du GEM du 27 juin 2014.	P 5
Carte envoyée par Marlène « Un grand merci ».	P 5
Photothèque.	P 6

Le mot du président.

Faut-il l'écrire ? En rédigeant ce mot, l'inspiration me manque, partagé que je suis entre découragement et promesse de fête.

Découragement, en raison d'une mauvaise nouvelle venue du CCAS de la ville de Besançon.

La subvention municipale de 2500 euros, ne serait pas reconduite en 2014. C'est à dessein que j'emploie le conditionnel, tant l'information me paraît incroyable.

Certes, nul n'ignore les difficultés financières des collectivités. Pour autant, les associations qui servent la cause du handicap, qui luttent au quotidien contre toutes les formes d'exclusion ne peuvent être les victimes d'une gestion plus rigoureuse. Ce ne serait pas acceptable.

La rigueur n'interdit pas la solidarité.

Heureusement, il n'est pas de mauvaises nouvelles qui épuisent un engagement.

Bientôt, les bénévoles de Floréal, les «Floréliens» et tous leurs amis se retrouveront le 28 Juin, pour la traditionnelle fête du GEM.

Une promesse de fête plus forte que la tentation du découragement.

Jacques VUILLEMIN,

Président de Floréal.

Médias et psychiatrie : un partenariat unique.

Se rapprocher des médias dans la perspective d'une action de déstigmatisation, nous somme nombreux à y penser ! Qu'elle soit écrite, radiophonique ou télévisuelle, nul doute que l'importance de la presse est immense sur la perception que peut avoir le grand public de la maladie mentale. Comment faire en sorte d'éviter toutes les représentations, commentaires et interprétations diverses qui amplifient toujours un peu plus les peurs irraisonnées vis-à-vis des malades ?

La fédération régionale de recherche en psychiatrie et santé mentale Nord-Pas-de-Calais a peut-être trouvé la formule qui gagne ! Elle a mis tout récemment en place une formation au sein d'une école reconnue qui forme les journalistes de demain : l'ESJ Lille (Ecole supérieure de

journalisme de Lille). Le projet a été mené conjointement par la fédération, l'ESJ, la Fondation Pierre Houriez pour la recherche sur la psychiatrie et l'Association des internes et anciens internes en psychiatrie du Nord-Pas-de-Calais.

Changer le regard:

Le Dr Martine Lefebvre, femme de terrain et présidente du conseil d'administration de la Fédération, a été partie prenante pour impulser cette initiative exemplaire et unique auprès des médias, pour faire changer le regard porté par la société sur la psychiatrie. Elle nous raconte la façon dont s'est déjà déployée cette démarche.

« Déjà, dans le cadre de la Semaine d'information sur la Santé Mentale (SISM) nous nous sommes dit : il ne suffit pas de se

Association Floréal

48b, rue de Belfort

25000 Besançon

03 81 47 12 96

floréal.handicap.psy@wanadoo.fr

http://pagesperso-orange.fr/floreale.asso



battre pour que le public ait une meilleure connaissance des maladies mentales. Il faut absolument que le malade ait sa place, qu'il ne soit pas l'objet d'informations faussées. Si une femme est tuée tous les deux jours sous les coups de son mari, les médias n'en font pas autant de cas que pour des malades schizophrènes ou bipolaires dont on va parler des jours et des jours dans la rubrique faits divers.

De fil en aiguille, on s'est posé la question de savoir ce que nous pourrions faire pour aller au contact des journalistes de manière à créer une vision autre que : schizophrène ou bipolaire = danger. Pour obtenir des informations plus objectives, nous sommes parvenus à cette idée qu'il pourrait être intéressant de prendre contact avec une école de journalisme pour intégrer la connaissance de la santé mentale dans leur formation initiale. Ayant pu, au fil du temps, nouer une relation de confiance avec deux journalistes de Lille intéressés par les problèmes de santé eux-mêmes intervenant à l'École supérieure de journalisme, le projet s'est concrétisé.

Nous avons organisé une session de formation en décembre 2013 au sein de l'école de journalisme de Lille sous une forme, encore une fois, originale : une rencontre entre des étudiants en journalisme et des internes en psychiatrie. Soixante et onze étudiants en journalisme et des internes en psychiatrie. Les uns et les autres avaient le même âge, entre 22 et 25 ans, parlaient le même langage, échangeaient d'égal à égal. Le but des internes en psychiatrie était de répondre à toutes les questions, de donner une boîte à outils pour mieux traiter les sujets, de redonner le sens exact à des expressions couramment utilisées, souvent galvaudées et parfois stigmatisantes, de leur expliquer que la façon de rapporter les événements s'avère capitale pour ne pas participer à l'exclusion des malades, voir la provoquer.

Les messages sont fort bien passés. Si bien qu'un projet de café psy-journalistes est en route pour perpétuer le dialogue entre les étudiants en journalisme et les internes en psychiatrie. Une étudiante en journalisme a même demandé à passer une semaine dans un secteur de psychiatrie, encadré par un interne ».

Rencontres internes en psychiatrie-étudiants en journalisme:

Lorsque la Fédération régionale de recherche en psychiatrie s'est tournée vers l'association des internes et anciens internes en psychiatrie, « les choses se sont faites

naturellement. La très forte stigmatisation des malades nous préoccupait, et l'idée qu'il fallait toucher l'un des principaux véhicules de l'information et des représentations –c'est-à-dire les médias- nous a semblé pertinente », témoigne Charles-Edouard Notredame, interne en psychiatrie ayant participé à « ce nouvel outils pour saper les fondements des préjugés », pour reprendre son expression.

Cette idée de créer un échange entre jeunes internes et journalistes est une alternative aux cours magistraux.

« Comme les élèves de l'école de journalisme, nous sommes des apprenants. Nous ne sommes pas des experts » souligne Charles-Edouard Notredame ; « simplement nous donnons les bases qui permettent de remettre les pendules à l'heure ».

Les étudiants en journalisme avaient auparavant préparé cette rencontre et présenté des exposés sur deux thèmes qu'ils avaient choisis : la dangerosité et la responsabilité. En présence du Pr Pierre Thomas et de Bertrand Virel journaliste de la Voix du Nord, de nombreuses questions ont été posées, parfois très pointues : sur les méthodes d'évaluation, la récurrence, la prévention, l'origine de la maladie, etc.

Une passerelle, un investissement pour le futur:

Dans le combat contre les idées reçues, l'expérience que constitue cette rencontre semble très positive. Elle développe une sensibilité envers la problématique de la santé mentale ; elle crée un lien, une ouverture pour la suite. En cela, elle forge un investissement pour le futur. Charles-Edouard Notredame a le sentiment que « la graine est plantée ». « On peut se dire que le journaliste fera dorénavant attention avant d'attaquer un article sur un événement. »

Chacun fait le pari que la passerelle mise en place par cette action se pérennisera. « Cette passerelle que nous avons ouverte devrait porter ses fruits. Lorsque le journaliste sera en activité, il sera prudent et il n'hésitera pas à nous téléphoner pour avoir un éclairage. Ce lien psychiatre-journaliste, nous devons aussi faire un effort pour l'entretenir au service d'une représentation moins stigmatisante de la maladie mentale. Les jeunes sont prêts à cela. »

A.P.-N.

Extrait de « Un autre regard » n°1-2014

Nouvelle activité à Floréal : le Floréa'déj, repas préparé et consommé sur place.

Pour cette première fois, il y avait Dominique, Virginie, Laetitia et moi. Nous décidons d'un menu ensemble : salade de tomates et asperges vertes, poulet rôti et potatoes, salade verte et fromage, gâteaux et glaces.

Nous partons avec notre petite liste de courses, au magasin d'à côté, puis nous préparons tous ensemble notre repas dans une très bonne ambiance et avec des ventres affamés. Une très belle table a été mise avec un joli bouquet de lilas que j'ai apporté. Fier de nous, installés confortablement, nous avons dégusté notre repas qui était fort bon.

Puis pour digérer, nous avons fait des jeux. Vers 15h30, nous avons eu la visite de nos amis du GEM de Pontarlier, un moment animé et amical, partagé autour de boissons diverses, de gâteaux. Ils étaient venus voir notre expo peinture à l'IRTS, qu'ils ont bien appréciée.

Puis fut le moment de nous séparer, le ventre bien rempli, les cœurs gais de notre très bon après-midi.

Christine P.

Un après-midi musical.

C'était un temps pluvieux à ne pas mettre un Florélien dehors. C'est pour cette raison météorologique qu'un karaoké avait été organisé par Laetitia, notre nouvelle et très sympathique animatrice. C'est avec allégresse que nos apprentis chanteurs ont entonné chanson française à la Johnny et autres vedettes. L'après-midi festive se termine autour d'une collation. A refaire!

Peggy R.

Le 12 Avril 2014.

Savez-vous ce qu'il s'est passé le samedi 12 avril ? Non, cela ne vous dit rien ? Pourtant c'était un jour important pour Floréal, donc pour vous qui en faites partie et participez aux sorties et activités. C'était le jour de l'assemblée générale donc normalement un jour de rassemblement. Or, nous étions peu nombreux à nous être rassemblés, et c'est dommage pour l'avenir de notre association. Ce jour-là, Jacques notre dévoué président fait un bilan de l'année en cours et des difficultés mais aussi des avancées de Floréal, avec l'humanisme que vous lui connaissez. C'est important d'être à ses côtés, de montrer qu'on est là, d'apporter ses idées. Nicole, pour le rapport d'activités, Benoît pour les finances, et moi pour les perspectives 2014, nous étions fidèles au poste, ainsi que nos Anges Gardiens Delphine, Laetitia remplaçante de Marlène, et Marie. Merci aux autres Floréliens qui se sont déplacés.

La séance se termine toujours par le pot de l'amitié agrémenté de toasts bien sympathiques, Les gens se parlent, c'est un moment d'échange. Alors, j'espère que l'année prochaine vous viendrez un peu plus nombreux, Floréal et son Gem le méritent largement.

Virginie V.

Visite du Conseil Général.

A l'initiative de Jacques, quelques (rares) Floréliens (Karim, Marie-Agnès, Virginie, moi-même et Laetitia) sommes allés visiter le Conseil Général. Nous avons été accueillis par Monsieur Jean-Marie Bart, conseiller général délégué au handicap et membre de Floréal. Nous avons pris place dans la salle Joubert où se réunit tous les mois le Conseil Général qui assure la gestion du département. Les séances sont publiques.

Après avoir visionné le petit film sur les réalisations du Conseil, Jean-Marie Bart nous a donné plus d'explications. Claude Jeannerot est le président du Conseil Général. Il est élu par 35 conseillers généraux donc 6 femmes seulement. 22 font partie de la majorité et 13 de l'opposition. Les 5 commissions spécialisées sont présidées par un conseiller général, dont :

- Solidarité (action sociale),
- Infrastructure, agriculture, tourisme),
- Education, culture, transports scolaires,
- Aide aux communes, aménagement du territoire,
- Finance, ressources humaines,

Le budget du Conseil général est de 540 millions d'euros dont la plus forte partie est consacrée au handicap (72 millions d'euros).

J'ai retenu quelques chiffres :

- 3750 km de route départementale à entretenir.
- 35 centres médico-sociaux.
- 26000 élèves transportés chaque année.

Pour assurer le bon fonctionnement de ces services, 2400 agents sont employés par le Conseil général du Doubs. Il y a un conseiller par canton (donc 35 conseillers).

Des questions furent posées puis tout en le remerciant, nous avons pris congé de Jean-Marie Bart, après la traditionnelle photo de groupe. Nous avons eu droit à une collation. Un grand merci à Jacques pour l'organisation de cette visite et pour nous avoir offert le pot de l'amitié » dans une brasserie dont le nom évoque un célèbre auteur bisontin.

Nicole P.

Visite du sentier karstique de Merey Sous Montrond.

Ce jour-là, nous avons mangé à l'intérieur des locaux de Floréal car dehors il pleuvait beaucoup. Après nous être restaurés, nous sommes partis en voiture avec les accompagnatrices (Delphine et Laetitia). Cette promenade en sous-bois, de règle générale est ouverte à tous. Elle nous a permis de découvrir le pays calcaire avec grottes, gouffres, dolines, lapiaz. Des visites guidées payantes comme la nôtre sont proposées tout l'été. Elles passent par la grotte Maéva qui a été aménagée pour accueillir le public et nous laisse pantois. Dès notre arrivée, je constate que le lieu est un lieu calme et ombragé, restant frais me semble-t-il en cas de grosses chaleurs.

Mais au fait, qu'est-ce qu'un sentier karstique ? C'est une région de formation calcaire caractérisée par la prépondérance du drainage souterrain et par le développement d'une topographie originale due à la corrosion de la roche (grottes, gouffres, résurgences).

Le sentier karstique a rapport avec la topographie superficielle ou souterraine des pays calcaire. D'abord, nous avons

emprunté la 1^{ère} boucle d'1,2 km. Son accès est libre et gratuit. Ensuite nous avons sillonné la 2^e boucle avec la grotte Maéva dans le cadre d'une visite guidée payante. C'est pourquoi le guide avait les clés du sentier payant. De nombreuses surfaces de lapiaz étaient visibles. L'une d'entre elle est en phase terminale d'évolution, nombreuses tables dont une reposait sur 3 petits blocs. Mais au fait, qu'est-ce que c'est qu'un lapiaz ?

Le lapiaz est une formation géologique de surface dans les roches calcaires, créés par le ruissellement des eaux de pluies qui dissolvent la roche. Nous avons aussi vu des dolines, une doline est une petite cuvette des régions calcaires dont le fond est généralement plat et fertile.

En bref, voici deux définitions :

- Une grotte est une cavité se développant essentiellement horizontalement.
- Un gouffre est une cavité se développant essentiellement verticalement.

En résumé, nous avons passé une journée inoubliable, la pluie aurait pu nous gâcher notre journée.

Katia J.

A la rencontre des lycéens.

Pendant les Semaines d'Information sur la Santé Mentale, une sensibilisation sur les maladies psychiques a été organisée dans plusieurs lycées de Besançon, à l'initiative entre autres de Florence BATOZ du CCAS. Accompagnée de Fabrice, infirmier psychiatrique à Vivre en Ville, Jean, représentant de l'UNAFAM, François (des Invités au festin), Catherine atteinte de maladie psychique, j'ai témoigné de mon long et difficile parcours dû à la maladie psychique dont je souffre. J'ai parlé de la façon dont j'ai été soignée lorsqu'on parlait encore de psychose maniaco-dépressive puis de mes nombreux séjours en hôpital psychiatrique, du traitement que je suis obligée de suivre aujourd'hui, sinon il y a des rechutes, et de l'isolement dans lequel m'a plongée cette maladie. Cette solitude est due à l'incompréhension de mon entourage (proche et lointain), et par-

fois au découragement. Nous sommes intervenus dans deux classes de 1^{ère} au lycée Jules Haag. J'ai été très surprise par l'écoute, l'attention, que nous ont portés les élèves. Visible-ment, ils ont été très intéressés par les propos de chacun. A la fin de chaque intervention, des questions nous étaient posées (sur les différents traitements, la provenance de cette maladie, l'alcool, le cannabis...). Un article est paru dans l'Est Républicain et FR3 s'est déplacé. Au départ, je ne pensais pas être capable de parler devant plus de 3 personnes, et finalement, avec l'aide de mes « compagnons », je suis satisfaite d'avoir pu effectuer ce travail.

Je remercie ceux qui m'ont aidée dans mes moments de découragement (n'est-ce pas Jean ?) et j'espère une prise de conscience des élèves.

Nicole P.

Journée à la campagne.

Nous sommes allés voir des lamas et des alpagas à Mamirolle, le 24 mai. Nous étions 9 : Nicole, Katia, Jennifer, Benoît, Karim, Christian et moi, et les accompagnatrices, Delphine et Laetitia.

Le trajet pour aller à Mamirolle est court. Partis de Besançon à environ 11h30, nous sommes arrivés à 12h. Le temps était couvert, il ne pleuvait pas, alors nous avons pique-niqué à l'extérieur.

La visite avec deux éleveuses, Christelle et Patricia, a commencé à 13h30. Il y avait à la fois des lamas et des alpagas, elles s'occupaient de 35 animaux. Elles nous parlaient de ces derniers qui ne crachent pas sur les gens, contrairement à une idée bien répandue. Ces quadrupèdes qui ont un long cou mesurent environ 2 mètres de haut, leur pelage laineux est de couleur sombre voire carrément noir, avec parfois des tâches blanches sur le tête. Ce sont les éleveuses elles-mêmes qui choisissent certains de ces animaux pour assurer la reproduction. Une guide nous donnait de la nourriture en granulés à donner aux animaux qui venaient la prendre dans le creux de la main, cela permettait d'approcher ceux-ci.

Les guides nous ont proposé d'aller faire une ballade avec les animaux en leur plaçant un licol autour de la tête et en leur attachant une longe. Nous voilà partis dans des champs, puis nous sommes allés dans le village de Mamirolle, et nous sommes revenus par une route de campagne. Puis ce fut la fin de la journée, nous avons pris la route du retour.

Marc G.

La Ferme des lamas.

Nous sommes partis à 11h30, Nicole, Marc, Christian, Katia, Benoît, Karim, Delphine, Laetitia et moi. Nous nous sommes un peu perdus dans Mamirolle, mais Christelle, l'éleveuse de lamas, nous a aidé à retrouver le bon chemin.

Nous avons pique-niqué devant la maison de Christelle et l'après-midi, nous avons promené les lamas dans le village de Mamirolles. Après la ballade Christelle et Patricia, nous ont montrées des photos des bébés alpagas (visite de l'année dernière). Nous sommes rentrés vers 17h.

Jennifer M.

La parenthèse florale.

Youpi ! C'est le terme qui me vient à l'esprit pour écrire la séance d'art floral. J'étais très contente, lors de l'AG, j'avais proposé de profiter de la fête des mères pour faire une composition florale. Lydie, Katia et Benoît se sont révélés de véritables artistes. Ce qui est magique, c'est que tous les participants avaient le même nombre de fleurs et chacun a réalisé une composition différente mais très jolie. Cela m'a réchauffé le cœur de recevoir des compliments. J'ai été touchée. J'espère vraiment que cette édition se renouvelera.

Peggy R.

Bon appétit !

Le mardi 10 juin, j'ai pour la première fois partagé le repas « Floréa'dej » avec Christine, Virginie, Christian, Marc, Katia, Dominique, Laetitia, et Delphine malgré son emploi du temps fort chargé ! Ce repas, pris en commun en semaine est instauré depuis peu à « ô jardin de Floréal », et pour tout dire il rencontre un vif succès. En voilà le déroulement : à 10h30, nous décidons ensemble du menu. Puis, un petit groupe va faire les courses pendant que les autres dressent la table. Après, chacun donne un coup de main pour préparer le repas. Le 10, nous avons au menu : une salade composée (tomates, oeufs, thon, piments,.....) du fromage, et des petits pots de crème dessert. Nous déjeunons ensemble, tout en discutant de choses et d'autres, le tout dans une très bonne ambiance. Une fois le repas terminé, nous faisons la vaisselle, rangeons la salle. Il est déjà 14h, l'heure de reprise des diverses activités. « Floréa'dej » est une excellente idée, et mérite d'être poursuivie. Il est tout de même plus agréable de manger en groupe, que seul face à un mur !!!!!

Nicole P.

6ème Fête du Gem, le 27 juin 2014.

Et si j'osais...à Jean Zay ?...sans chaussette ?...(pour la petite Ambre). A la fête du GEM, les Floréaliens sont allés. Après-midi dansant et repas copieux en self-service et en continu, nous avons écouté de la bonne musique, et suivi les différentes prestations de la petite Ambre, des sketches de Jacques, Nicole, Virginie et Marie. Puis nombreux se sont essayés à quelques jeux : les osselets, la pêche à la ligne, les mikado géants, les gobelets magiques ou encore le mastermind ou le jeu de la chaise. Le tout enveloppé d'une convivialité et d'une bonne humeur qui ont ravi l'ensemble des convives. Les échanges ont été aussi fructueux en paroles qu'en émotions. Le traiteur ne nous avait pas maltraités !...au contraire !! Puisque nous avons été plus que bien servis. S'il y a quelque chose, si j'ose dire, à Jean Zay, ce serait de dire : à refaire !!!!!

Stéphane B.

Carte envoyée par Marlène « Un grand merci ».

Bonjour à tous,

C'est avec un peu « beaucoup » de retard que je vous envoie cette carte de remerciements pour cette magnifique journée de départ que vous m'avez organisée.

Un grand merci à Floréal et son GEM, aux bénévoles, intervenants, Floréalien(ne)s et à mes collègues.

Je ne peux encore pas dire de quoi sera fait demain pour moi mais ces 3 dernières années resteront de très bonnes années passées à vos côtés.

Je vous souhaite, à nouveau, une très bonne continuation à tous.

A Bientôt.

Amicalement.

Marlène D.

Photothèque.



Assemblée générale - Avril 2014



Sentier Karstique - Mai 2014



Floréa'déj - Mai 2014



Val de Consolation - Juin 2014



Fête du GEM - Juin 2014



Visite de la ferme des lamas - Mai 2014