



## N° 2 – SEPTEMBRE 2013

### Sommaire

- P. 2 / 6      Événement : SISM
- P. 6            Agenda
- P. 7            Fiche pratique : carte Améthyste
- P. 8            Café-rencontre « Vie affective et  
sexuelle : quoi de neuf pour la  
contraception ? »

## Editorial

En ce début de rentrée, l'activité de notre association est repartie.

Pour les familles, il existe toujours cette permanence dans l'accompagnement de nos proches.

Le changement des saisons et des rythmes, qu'elles induisent, passent parfois en second plan.

Les bénévoles de l'UNAFAM, tant bien que mal, dissimulent leurs appréhensions, leurs angoisses, au moment où ils travaillent pour l'association lors des accueils, des représentations auprès des professionnels, des institutions...

Ils ont à cœur d'agir pour tous ceux qui vivent les mêmes difficultés.

Cette année, ainsi que vous pourrez le lire dans ces pages, nous allons vers les autres : professionnels du soin, du médico-social, du social, des élus pour mettre en musique les six points définis par l'UNAFAM pour :

- la continuité des soins,

- l'obtention de ressources minima,
- un logement ou une structure adaptée,
- l'accompagnement indispensable,
- une protection juridique si elle s'avère nécessaire,
- des activités par le travail ou bien dans les GEM, si la santé le permet.

Nous avons de nombreux projets, et nous nous impliquons localement et en partenariat, pour les faire avancer.

Nous avons besoin de relais parmi vous pour renforcer cette action.

Nous devons montrer nos difficultés, les faire comprendre au plus grand nombre (films « Les voix de ma sœur », « Paroles libérées », « Les structures à mettre en place ») et tout faire pour que notre département se dote des moyens nécessaires à une bonne prise en charge des malades et de leurs familles.

Jean-Paul Le Bronnec

participer

# L'Événement

comprendre

coopérer

s'informer

mieux vivre dans la cité

## « Maladies psychiques, ville et santé mentale »

Dans le cadre de la 24<sup>ème</sup> Semaine d'Information sur la Santé Mentale, une journée s'est tenue le 22 mars 2013 dans les locaux de l'Udaf à Bobigny.

Lucien Bouis, administrateur de l'Udaf 93, Pierre Laporte, vice-président du CG 93 et Zaynab Riet, directrice de Ville-Evrard, ont souhaité la bienvenue aux participants.

Lucien Petot, vice-président de l'Unafam 93 a ouvert la séance en remerciant les différents partenaires (Conseil général, Ville-Evrard, RIVE, Robert Ballanger et depuis cette année l'ARS et l'Udaf 93) grâce à qui cette manifestation a pu avoir lieu.

Il a annoncé les questions abordées pendant cette journée :

- Quelle place dans la cité pour les personnes malades psychiques ?
- Comment développer le logement et l'accompagnement pour ces personnes ?
- Quels partenariats au niveau local ?
- Comment assurer une réponse coordonnée à travers les Conseils Locaux de Santé Mentale ou les Ateliers Santé Ville ?
- Quelle place pour nos malades à la sortie d'hôpital ?

Nous nous proposons de développer dans ce bulletin les points forts des interventions et échanges lors des tables rondes.

**Compte-rendu de l'intervention du Dr Bernard Topuz, Médecin chargé de mission « santé mentale » à la mairie de Montreuil, à la table ronde « Comment mobiliser pour améliorer l'intégration sociale des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale, quelles réponses apporter afin de prévenir et accompagner les problèmes de santé mentale : témoignages d'élus et professionnels ».**

### Points forts de son intervention

Arrivé en 2010, initialement en tant que responsable du service communal d'hygiène et de santé pour la ville de Montreuil, sa mission a consisté à coordonner la mise en place du Contrat local de santé et à définir les principaux axes de prévention que la ville souhaitait développer avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé. En matière de santé mentale comme dans les autres thématiques (enfance, personnes âgées, environnement...), un premier travail collectant des données factuelles a facilité l'organisation de nombreuses concertations.

Cela a permis de comprendre l'importance de la santé mentale en quelques chiffres : dans la ville de Montreuil qui compte un peu plus de 100 000 habitants, environ 2 500 personnes adultes sont suivies par le secteur psychiatrique ; il y a environ 400 hospitalisations psychiatriques annuelles dont une trentaine sans consentement à la demande d'un représentant de l'Etat, le plus souvent la Maire. Par ailleurs, 600 à 700 personnes sont sous tutelle ou curatelle.

Les concertations organisées notamment avec l'UNAFAM et le secteur psychiatrique ont débouché sur l'identification de 2 types de besoins :

- être en mesure d'aller au-devant des personnes vulnérables, à leur domicile, quand des signaux de détresse sont signalés, et agir ainsi avant la crise, voire pendant.
- organiser des dispositifs de logement accompagné pour éviter que des personnes qui n'ont pas de milieu « soutenant » soient contraintes à des hospitalisations d'office répétitives, ce qui est parfois le cas.

Ces besoins ont débouché sur la rédaction de 2 fiches actions intégrées au Contrat local de santé. La première fiche porte sur le renforcement de l'accompagnement médico-psycho-social à domicile, la seconde sur la création d'un Conseil local en santé mentale visant notamment à développer des dispositifs de logement accompagné pour les personnes isolées en grande souffrance psychique.

Les Conseils locaux en santé mentale ont privilégié 4 pistes d'actions :

- 1 – le développement du travail en réseau,
- 2 – le développement de dispositifs de logement accompagné,
- 3 - l'accompagnement de personnes en grande précarité et en souffrance psychique,
- 4 – des initiatives culturelles pour lutter contre la stigmatisation des personnes en souffrance psychique.

Des actions sont en cours dans ces quatre domaines :

- Pour la première piste une soirée est programmée pour les médecins généralistes avec le secteur psychiatrique et différents psychologues. Objectif : les médecins généralistes sont les premiers témoins des situations dégradées où il est plus facile d'agir à un stade précoce de la maladie. Il s'agit de leur donner quelques clés pour l'action.
- Pour la deuxième piste, ont été recensés les appartements associatifs montreuillois à vocation thérapeutique afin de relancer une coopération avec les services municipaux, notamment le service logement. Il a aussi été proposé aux élus la création d'une résidence accueil service qui disposerait d'une vingtaine de studios accompagnés par des hôtes vivant sur place et par un service d'accompagnement médico-social pour personnes handicapées (SAMSAH).
- Pour la troisième piste, l'équipe mobile psychiatrie et précarité "la Boussole" qui travaille sur 4 secteurs psychiatriques dont celui de Montreuil aura des temps d'échange avec des personnes en grande précarité regroupées dans un gymnase municipal pendant la période du plan "grand froid". De façon plus générale, l'idée est de mettre à disposition des espaces et des temps d'accueil permettant d'élaborer avec les personnes en souffrance psychique très désocialisées des perspectives de modes de vie meilleure auxquelles elles adhèrent.
- Pour la quatrième piste : le film "les voix de ma sœur" sera projeté dans un cinéma de Montreuil. Ce film rend compte d'un accompagnement très humain des difficultés vécues par une personne ayant une pathologie psychiatrique. Ce film décrit cet accompagnement sur plus de 10 ans, et met en situation les rôles respectifs des différents acteurs : famille, entourage, secteur psychiatrique ...

En conclusion, l'existence d'un réseau pluri-professionnel et associatif partageant les mêmes valeurs et ayant un socle culturel identique sur les modalités de travail en commun, est d'ores et déjà un sésame précieux pour améliorer les conditions de vie des personnes en souffrance psychique.

### **Nous avons choisi de reporter ici l'intervention du Dr Xavier Lallart dans sa totalité**

*« Dans les années 80, lorsque j'ai commencé à travailler en tant qu'interne au 10<sup>ème</sup> secteur de Montreuil, la première constatation naïve que j'ai pu faire était qu'on avait beau avoir le meilleur médicament pour traiter le patient : ça ne servait à rien, s'il n'acceptait pas de le prendre. Un certain nombre de nos patients, sont comme le dit le Dr Knock, « des malades qui s'ignorent ». Ils vont même plus loin, car ils sont convaincus qu'ils vont très bien et que c'est nous qui avons un problème de jugement pour affirmer qu'ils sont malades. Avec eux, tout est à négocier : obtenir un entretien, prendre un traitement, et, le cas échéant, accepter une hospitalisation. Cette négociation bouscule la notion fondamentale de la classique relation médecin-malade dans laquelle le médecin aurait habituellement un avis souverain. En psychiatrie, la relation de*

confiance ne va pas de soi, il faut la gagner pour que le malade s'exprime, mais aussi pour comprendre sa logique et trouver un moyen de le convaincre.

La plupart du temps c'est plutôt au contact d'autres malades, par exemple dans des réunions de parole, que le message fait son chemin. Il y aura tout un travail psychologique à engager pour faire ce que l'on appellera la « psychoéducation » ; c'est-à-dire la prise de conscience de la maladie et l'autogestion de ses troubles.

Le second constat manifeste, en travaillant aux urgences de l'Hôpital André Grégoire, c'est que lorsqu'on travaille seul, on ne peut rien faire. Par exemple lorsqu'on rencontre un patient déprimé, on doit négocier avec un collègue pour trouver un lit dans un service de médecine. On négocie avec la famille pour savoir s'il peut rentrer au domicile et trouver une présence affective. Il faudra toujours rencontrer la famille, pour savoir si la version optimiste et édulcorée que le patient présente, se rapproche de celle de sa famille, de ses proches ; c'est-à-dire se faire une idée objective pour prendre une décision. Il faudra quelquefois appeler l'élú de garde à la mairie pour demander un arrêté de SDRE. On s'est vu même une fois, argumenter au téléphone la nuit, pour le convaincre de signer l'arrêté, car, fervent lecteur du livre de Michel Foucault, il exprimait des réticences à participer à une hospitalisation sans consentement. Parfois, il faudra appeler le commissariat pour qu'une brigade intervienne et empêche par exemple qu'un patient casse les rétroviseurs des voitures sur le parking de l'hôpital. Il faudra insister, comme cela m'est arrivé il y a plusieurs années, car le gardien de la paix m'affirmait que le champ de leurs interventions ne faisait pas partie du parking de l'hôpital ... C'est-à-dire qu'il faut toujours négocier avec tout le monde.

L'Hôpital général est un carrefour de toutes les plaintes, et d'où se met en connexion, naturellement, un réseau de relations : famille, curateur, mairie, associations, foyers, maison de retraite, police, mais aussi Centre Médico-Psychiatrique, Hôpital de Jour, psychiatres libéraux, cliniques, ... L'Hôpital Inter Communal est le centre d'un bassin d'activité du Sud du département, fondé par 12 communes ; et nous avons des relations avec toutes ces mairies, ces commissariats et différentes institutions, de la plupart de ces communes. Il était évident que nous devions rencontrer tous ces groupes d'interlocuteurs en réunion pour sceller des partenariats.

Un troisième phénomène est survenu dans les années 80-85 ; c'était un véritable séisme dans nos pratiques. Pour éviter les effets néfastes des hospitalisations au long cours, nous sommes passés de 120 lits à 25. Certes, des structures alternatives ont été créées : l'Hôpital de Jour, les Appartements Associatifs, Mais nos pratiques ont dû subir une véritable mutation. Nous avons la mission, pour ne pas engorger les services hospitaliers, d'harmoniser les flux entrées-sorties, c'est-à-dire de réguler les entrées et de favoriser les sorties. Pour cela encore il fallait négocier avec de nombreux partenaires.

Pour réguler les entrées, aux urgences, nous devons être très vigilants pour orienter les personnes plus âgées vers les maisons de retraite, les ados dans des centres d'adolescents, les patients à pathologies mixtes (somatiques et psychiatriques) en services spécialisées.

Pour éviter le flux des entrées, nous devons faire de la « prévention » par des actions de sensibilisation de la maladie mentale à la population : par exemple nous sommes allés dans le lycée Jean Jaurès, en 3<sup>ème</sup> et terminale, pour parler aux adolescents des addictions (de la consommation d'alcool et de drogues). A la suite de notre passage annuel, une nouvelle clientèle de jeunes gens est venue quelques temps au Centre Médico-Psychiatrique. Nous sommes aussi allés dans les commissariats pour rencontrer les brigades et exposer notre point de vue sur les addictions. Nous avons participé aux réunions organisées par la mairie concernant les violences faites aux femmes, les violences dans les cités, les mariages forcés précoces, ...

Pour éviter de laisser des situations cliniques et sociales s'aggraver, nous avons décidé depuis les années 1985 de nous réunir avec les interlocuteurs responsables de la santé de la mairie de Montreuil et notamment avec le médecin chargé de mission de la santé mentale, représenté actuellement par le Docteur Bernard Topuz. Il faut reconnaître que la mairie de Montreuil a toujours été attentive à nos demandes et un travail d'étroite collaboration s'est rapidement organisé pour régler les situations problématiques. Ces réunions qui existaient depuis plusieurs années, qui se sont formalisées depuis quelques temps sous le terme de RESAD, a permis de faire se rencontrer autour d'une table les Assistantes Sociales de la ville, les responsables de l'OPHLM, des membres du commissariat (psychologue, Assistante Sociale, Officier de police), des éducateurs, des médecins, des membres de l'Unafam, des membres des associations, des soignants de la Boussole, ...

Cela nous a permis de trouver ensemble des solutions à ces situations difficiles, de pouvoir organiser correctement des Visites A Domicile avec plusieurs acteurs (ambulance, police, SAMU). Depuis quelques années nous avons des contacts fréquents avec le juge des tutelles qui nous signale des situations d'urgence émanant des mandataires ou des curateurs.

Tous ces signalements, émanant des parents de patient, des habitants, des voisins, ... sont adressés à la mairie. Ces observations sont analysées, débattues et évaluées autour d'une table au RESAD.

Mais après cet effort de régulation des entrées et pour compléter notre mission, nous devons obligatoirement favoriser les sorties. Nous devons orienter les patients à l'Hôpital de jour pour qu'ils puissent poursuivre les soins et engager si possible un processus d'insertion ; par exemple se contraindre à respecter des horaires de travail en arrivant ponctuellement le matin à 9 h, faire des démarches administratives avec accompagnement, participer à des activités suivies, ... toutes activités pour préparer le patient à un contexte de travail.

*Pour éviter les rechutes, nous avons dû augmenter le nombre des Visites A Domicile dans l'optique de maintenir le contact et les soins, même si le patient a interrompu les entretiens au Centre Médico-Psychiatrique. Par ailleurs, une sortie de l'hôpital sans lieu d'hébergement aboutit à une rechute inévitable. Cette recherche d'hébergement, reste pour nous une tâche difficile et insatisfaisante malgré un travail de partenariat que nous avons scellé avec l'association Aurore, avec l'équipe précarité de la « Boussole ».*

*Dans le but de maintenir les bonnes conditions de vie des patients et de leur famille, nous avons organisé des « réunions familles » tous les 2 mois depuis environ 10 ans. Des échanges entre soignants et familles, mais surtout les familles entre elles, se forment pour partager leurs difficultés, pour s'entraider (par exemple sont abordées les questions sur la nature des maladies, sur les signes avant-coureurs d'une décompensation, sur les démarches à faire pour avoir de l'aide, ...).*

*Nous avons aussi organisé des « réunions de patients » à l'Hôpital de Jour et au pavillon. Les patients arrivent ainsi à parler des premiers signes de leur maladie lorsqu'ils en sont conscients, comme les troubles du sommeil par exemple ou la nervosité, et posent des questions sur les traitements et leurs effets secondaires. Les réunions de patients ne sont pas toujours régulièrement suivies du fait d'une surcharge de travail de notre équipe.*

*Pour conclure, malgré de nombreuses difficultés de fonctionnement, nous voulons témoigner, par l'expérience du 10<sup>ème</sup> Pôle de l'EPS de Ville-Evrard, que le travail d'une équipe psychiatrique ne peut s'exercer correctement que grâce à un réseau de partenaires extérieurs de professions diversifiées et surtout grâce à des relations étroites avec le responsable de la santé de la Mairie. »*

### **Intervention de Mme Bernadette Caliskan Maire-adjointe déléguée à la Santé, les PMI et la Prévention à Sevrans**

Quelques idées force de son intervention autour de deux questions centrales :

- Comment faire pour améliorer l'intégration sociale des personnes vivant avec des problèmes de santé mentale.

- quelles réponses apporter afin de prévenir et accompagner les problèmes de santé mentale ?

Le travail de fond enclenché depuis plusieurs années autour de l'axe santé mentale répond à de multiples attentes et interrogations locales. Il s'agit non seulement de prendre en charge des pathologies avérées mais aussi de faire face aux difficultés de la ville et à ses effets anxiogènes, peurs, angoisses, inquiétudes... Il faut savoir que Sevrans compte plus de 50 000 habitants venus de plus d'une centaine de pays dont un grand nombre a connu l'immigration, la guerre, l'exil... La ville de Sevrans a mené ce travail en concertation avec l'ensemble des médecins libéraux, l'hôpital Ballanger et l'hôpital René Muret, la circonscription de travail social, l'Education nationale... qui contribuent à la qualité des actions mises en œuvre.

Les réponses aux besoins sont multiples : actions préventives ; prises en charge concertées ; présence de psychologues au sein des maisons de quartier, des PMI, de la maison de l'emploi, du Projet de ville RSA, de la Mission Locale ; cafés philo dans les bibliothèques municipales. La municipalité a initié et favorisé l'implantation de diverses structures permettant la prise en charge des difficultés psychologiques et psychiques : CMP pour la prise en charge d'enfants et d'adultes, CMPP, SAMSAH...

Quelques actions phares de la municipalité dans le domaine de la Santé Mentale :

1. Suite à la nomination du Dr PECOT à la Chefferie de Service du Secteur de Psychiatrie C de l'hôpital Ballanger, l'axe de travail « Santé Mentale » du Pôle « Prévention Santé » a pris plus de sens. Un partenariat plus efficace s'est noué entre ces services et le Centre Municipal de Santé a abouti à la signature d'une convention en 2011 et à la création d'une consultation de santé mentale au sein même du Centre Municipal de Santé (4 heures par semaine). Actuellement le délai d'attente est d'un mois.

2. En 2011, en partenariat avec le Conseil Général et sous l'impulsion de Mme Rigault, responsable de la circonscription de travail social, une cellule pour la prise en charge de la maltraitance des personnes âgées et handicapées a été créée. Ce dispositif permet d'une part de former les personnes appelées à intervenir auprès des personnes âgées et handicapées (signalement de situations de cohabitations compliquées) et d'autre part de prévenir des situations de maltraitements. Une charte a été rédigée.

3. Un RESAD (Réseau d'Évaluation des Situations d'Adultes en Difficultés) a été créé. Ce réseau a institué un lieu de concertation autour du Dr PECOT pour :

- Analyser des situations psychosociales complexes,
- Évaluer puis définir des orientations de travail adaptées à chaque situation engageant les intervenants sociaux ou médicaux sociaux de terrain
- Renforcer les liens inter-institutionnels.

4. Un autre acteur est le Réseau Equip'âge. Il s'agit d'un réseau gérontologique qui est doté d'un médecin et d'une infirmière. Il travaille en lien avec les services hospitaliers, les médecins traitants et les services sociaux. Il est doté d'expertise afin de constituer un réseau local gérontologique.

Depuis 2012, sous la direction du Pôle Santé, ces trois derniers dispositifs ont fusionné en un seul le C2R (Cellule Maltraitance, Réunion d'Évaluation des situations d'adultes en difficulté, Réunion de gérontologie du réseau Equip'âge). C'est une instance technique de réflexion réunissant des professionnels des services sociaux, de l'insertion et de la santé (somatique et psychique).

Dans le cadre de la lutte contre les addictions, une attention particulière est portée à l'entourage des personnes en difficulté. Une permanence d'un psychologue a été mise en place au sein du CMS à destination des proches de patients toxicomanes. Entretiens individuels et groupes de parole sont ainsi proposés. Un partenariat avec les services hospitaliers existe dans ce domaine.

5. Enfin, au niveau de la petite enfance et de l'enfance, des actions permettent l'accueil et l'accompagnement des enfants confrontés à des problèmes de santé mentale. Les PMI municipales concourent à des actions de prévention notamment au sein des maisons de quartier et à la prise en charge notamment des parents (réunions d'information, rencontres thématiques).

Au sein des centres de loisirs municipaux, un dispositif d'accueil des enfants handicapés ou en souffrance mentale permet d'adapter au bénéfice de l'enfant son temps d'accueil en collectivité.

La ville de Sevran s'est dotée d'un contrat Local de Santé qui devra être complété suite au diagnostic-santé en cours avec le projet de créer un contrat local de santé mentale au regard de l'existant.

En conclusion, Madame Caliskan a souligné qu'il n'était pas possible de penser la ville aujourd'hui sans réfléchir à la qualité des relations humaines et au bien-être psychique des habitants. De même on ne peut faire abstraction de la souffrance d'un grand nombre d'habitants du fait de leur parcours professionnels, personnels (guerre, exil), familial (séparations). Un des objectifs est de faire de Sevran une ville en forme où la santé psychique de ses habitants apparaît comme une priorité.

## AGENDA

**Réunions des bénévoles** à l'UDAF – 16 rue Hector Berlioz à Bobigny, à 14 heures, le jeudi 3 octobre, le jeudi 7 novembre et le jeudi 5 décembre.

Tout le monde est invité à participer à ces réunions mensuelles.

**Groupe de parole** de Montreuil les mardis 8 octobre et 12 novembre à 18 h  
(35/37 avenue de la Résistance – Montreuil)

**Groupe de parole** de Neuilly-sur-Marne les samedis 12 octobre et 16 novembre à 10 h  
(EPS de Ville-Evrard – 202 avenue Jean Jaurès – RDC chapelle)

**Groupe de parole** d'Aulnay-sous-Bois les samedis 12 octobre et 16 novembre à 10 h  
(78 rue Vercingétorix)

**Groupe convivial** de Saint-Denis le samedi 28 septembre à 11 h 30  
(21 rue de la République)

**Rencontre avec le Docteur Pécot** le samedi 5 octobre à 10 h  
Informations, échanges à l'hôpital Robert Ballanger secteur Psy C - Aulnay-sous-Bois

# FICHE PRATIQUE



## Demande forfait Améthyste sur Passe Navigo depuis le 1<sup>er</sup> avril 2013.

La carte Améthyste délivrée sous conditions pour une durée d'un an pour des personnes handicapées ou des personnes âgées de plus de 60 ans devient forfait Améthyste.

Procédure pour la demande :

1. DEMANDER UN PASSE NAVIGO en agence commerciale à la SNCF. L'agent crée un Passe Navigo à votre nom et vous repartez immédiatement avec.

Agences SNCF en Seine ST-Denis :

- A Aulnay-sous-Bois (5 place du Général De Gaulle)
- A Noisy-Le-Grand (1 avenue du mont d'Est)
- A Saint-Denis (1 place des victimes du 17 octobre 1961)

Il peut être demandé aussi dans des comptoirs-clubs RATP, stations de métro ou Gares du Nord ou de l'Est.

Le formulaire de demande de forfait Améthyste peut aussi être téléchargé sur internet.

2. DEMANDER VOTRE FORFAIT AMETHYSTE AU CONSEIL GENERAL à l'adresse suivante :  
CONSEIL GENERAL DE LA SEINE-SAINT-DENIS  
DPAPH- SECTEUR DE LA MOBILITE  
93006 BOBIGNY CEDEX

Avec le dossier de demande rempli et signé portant le numéro client de Passe Navigo, joindre copies de votre Passe Navigo, d'une pièce d'identité, la copie du dernier avis de non-imposition sur le revenu, la copie d'un justificatif de domicile ou déclaration d'hébergement établie par l'hébergeant précisant la date d'arrivée exacte en Seine-Saint-Denis.

Autres pièces à fournir :

- Justificatif récent du versement de l'AAH par la CAF
- Si travailleur handicapé : 3 derniers bulletins de salaire délivrés par l'employeur ou le Directeur de l'ESAT.

3. PAYER VOTRE PARTICIPATION FINANCIERE

- Autorisation complétée et signée de prélèvement annuel unique 42 € avec RIB.

4. CHARGER VOTRE FORFAIT AMETHYSTE SUR VOTRE PASSE NAVIGO

A réception du courrier d'attribution de votre forfait annuel Améthyste, rendez-vous sur **une borne de chargement** RATP ou SNCF située dans toutes les stations de métro, RER ou gares SNCF pour charger votre forfait Améthyste sur votre Pass Navigo.

Si vous n'avez aucun courrier d'attribution de votre forfait annuel au bout de 4 mois pour une 1<sup>ère</sup> demande ou 2 mois pour un renouvellement, il est préférable de se déplacer à Bobigny - Conseil Général - accueil carte Améthyste - 8-22, rue du Chemin Vert - Immeuble Verdi.

Se renseigner sur les horaires d'accueil généralement du lundi au vendredi de 9 h à 11 h 30. C'est à côté de la station de métro Pablo Picasso et derrière le centre commercial.

Merci aux lecteurs de cette fiche de nous indiquer si vous avez eu des difficultés pour obtenir le forfait Améthyste et nous indiquer lesquelles pour que cela puisse servir à d'autres parents ou utilisateurs.

Nous vous rappelons que vous pouvez consulter le site internet de l'Unafam 93 ([www.unafam93.org](http://www.unafam93.org)). L'occasion pour vous de visionner une séquence vidéo « Paroles libérées » avec l'expression de quelques familles du département sur leur vécu de la maladie et leur quotidien.

## Un café-rencontre traitant du thème « Vie affective et sexuelle : quoi de neuf pour la contraception » a eu lieu le 22 juin 2013.

Le Dr Mylène Garo nous a parlé du travail qu'elle fait au sein de l'équipe du comité Sida autour de la problématique du sida, de la contraception, de la prévention des hépatites, des maladies sexuellement transmissibles, des accidents d'exposition au sang pour les soignants.

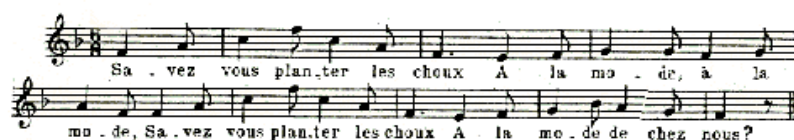
A la fin de son intervention quelques questions ont été posées par le public présent :  
Comment aborder la sexualité avec son proche malade ? Comment conseiller un préservatif à un garçon ? Comment aborder avec son proche la question de la libido ?  
A ces interrogations le psychiatre nous a proposé des pistes d'entrée pour parler de ces questions avec nos proches en indiquant qu'il n'est jamais simple de parler de la sexualité avec des personnes qui ont un handicap psychique ou non :

Exemples : « je suis allée à une réunion sur la contraception si ça t'intéresse, on peut en discute », « à qui tu en parlerais si tu avais des besoins, il serait bien d'en parler si tu as une copine »... « si une relation se pose tu peux m'en parler, « j'ai ramené ça, est-ce que tu as des questions, il existe des plannings familiaux... ».

Un petit clin d'œil : la contraception vue par les hommes



### Savez-vous planter les choux



Savez-vous planter les choux,  
A la mode, à la mode,  
Savez-vous planter les choux,  
A la mode de chez nous ?

On les plante avec la main,  
A la mode, à la mode,  
On les plante avec la main.  
A la mode de chez nous.

On les plante avec le pied,  
A la mode, à la mode,  
On les plante avec le pied,  
A la mode de chez nous.

On les plante avec le coude,  
A la mode, à la mode,  
On les plante avec le coude,  
A la mode de chez nous.

On les plante avec le g'nou,  
A la mode, à la mode,  
On les plante avec le g'nou,  
A la mode de chez nous.

On les plante avec le nez,  
A la mode, à la mode,  
On les plante avec le nez,  
A la mode de chez nous.