

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE BRETAGNE

LE 19  
DÉCEMBRE  
2023  
RENNES  
EHESP

15 avenue du professeur  
Léon-Bernard

Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !



A l'initiative de :



Co-organisés avec :



Soutiens financiers :



FONDATION  
MUSTIÈRE / ROLLAND



Soutiens opérationnels



BRETAGNE ((D)) LARGE





## Ensemble, s'inspirer pour transformer les pratiques de chacun !

Une personne sur quatre souffrira au cours de sa vie d'un épisode de trouble psychique. Les crises sanitaire et sociale récentes notamment liées au coronavirus ont aggravé cet état de fait avec des impacts considérables sur la santé mentale de tous les Français.

C'est dans ce cadre que Santé Mentale France et la Fondation de France s'associent pour soutenir les pratiques en santé mentale qui placent l'humain au cœur de son parcours de vie et de soin.

À travers le cycle de rencontres régionales des Ateliers du rétablissement, nous proposons de rassembler et de valoriser les pratiques inspirantes et innovantes dans le domaine du rétablissement en vue de partager des clés concrètes pour leur mise en œuvre.

Ni colloques, ni conférences, ces rencontres se veulent un temps d'échange participatif et citoyen, pour les personnes concernées, les soignants, les accompagnateurs sociaux et médicaux sociaux, les familles, au sein des associations, entreprises, collectifs et institutions publiques... qui font de la pratique du rétablissement leur quotidien.

Ces Ateliers visent à promouvoir ces pratiques auprès de tous les acteurs du secteur, en s'appuyant sur des exemples inspirants locaux.

À la suite de mobilisations réussies en Auvergne-Rhône-Alpes puis dans la région Grand Est, nous sommes fiers d'organiser cette troisième édition en Bretagne, territoire particulièrement mobilisé dans l'expérimentation de solutions de rétablissement portées par et pour les personnes concernées.

La santé mentale est plus que jamais l'affaire de tous et nous avons besoin de la mobilisation de chacun. Nous vous remercions pour votre présence et votre participation active à cette journée.

Dr Denis LEGUAY  
Président  
Santé mentale France

André BICHE  
Président  
Santé mentale France  
Bretagne

Alexandre KURKDJIAN  
Responsable  
Programmes Santé et  
Recherche Médicale  
Fondation de France

Yann DESDOUETS  
Délégué Général  
Fondation de France Grand  
Ouest

Françoise DUVAL & David  
LEVOYER  
Psychiatres référents

Antenne de Brest et  
de Rennes  
Centre Référent Régional  
en Réhabilitation  
psychosociale de Bretagne



2



# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE

Depuis de nombreuses années, nous sommes témoins d'évolutions significatives concernant la santé mentale et ses représentations.

Des approches changent !

Des personnes concernées, des professionnels du médico-social, des soignants, des accompagnants, des proches s'engagent pour faire vivre à travers leurs pratiques, leurs écrits ou des événements, une approche nouvelle de la santé mentale, des soins, des accompagnements et de l'inclusion dans la cité. Le principe d'adopter une démarche qui s'intéresse à toutes les dimensions de la personne, et centrée sur l'espoir, le pouvoir d'agir et l'inclusion sociale : en un mot le rétablissement en santé mentale.

Le travail entre acteurs évolue également et se fait de plus en plus ensemble, en réseau. Les évolutions bousculent tout un chacun à la fois dans la représentation de soi et dans sa relation à l'autre. Il s'agit d'une nouvelle culture qu'il est nécessaire de s'approprier, et qui nous concerne tous.

La situation sanitaire a accéléré et renforcé cette tendance. En effet, la pandémie du COVID nous a tout autant bousculés. Elle s'est traduite par beaucoup de souffrance mais aussi par des avancées, du développement de compétences insoupçonnées et finalement une résilience non négligeable.

Sur l'ensemble du territoire, certaines journées de travail ont fait date dans la réflexion, la prise en compte et la diffusion de nouvelles pratiques

Les Ateliers « Parlons Psy » organisés de 2018 à 2019 par la Fondation de France et l'Institut Montaigne ou encore le travail de construction des Projets Territoriaux de Santé Mentale.

Dans la continuité de ces actions, à l'initiative de la coordination régionale Santé mentale France Bretagne et de la Fondation de France Grand Ouest, en partenariat avec le C3RB, les Ateliers du rétablissement en Santé mentale s'installent pour cette troisième édition à Rennes le 19 Décembre 2023. Un événement conçu et préparé avec des personnes directement concernées, des professionnels de la santé, du social et du médico-social et des militants associatifs.

L'idée : rassembler toutes les parties prenantes de la santé mentale durant une journée inspirante et inspirée par les pratiques concrètes présentées.

Tous ensemble, nous pouvons mettre nos expériences et initiatives en commun, développer la connaissance des pratiques, écrits et événements innovants dans le champ de la santé mentale afin de mieux mettre en lumière les démarches orientées rétablissement et mieux comprendre comment créer les conditions du pouvoir d'agir.

S'il existe de nombreuses initiatives sur le territoire, nous savons qu'elles sont malheureusement plutôt méconnues, rarement valorisées, peu mises en discussion, et pas assez partagées.

## Arguments

Alors, que vous soyez personne directement concernée par des troubles psychiques, professionnel de santé, du médico-social ou du social, accompagnant, proche ou aidant :

Venez échanger, venez découvrir ces pratiques, et vous laisser inspirer par d'autres !

## LES COUPS DE COEUR

Suite à un appel à participation régional, un jury co-présidé par Yann PLANCHE, animateur du site Info Psy Rennes - Copilote du GT Participation citoyenne du Conseil Rennais en Santé mentale, et le docteur David LEVOYER, Médecin psychiatre référent du C3RB – antenne de Rennes, s'est réuni pour identifier les pratiques de rétablissement en santé mentale qui sont partagées durant cette journée.

5 prix « coups de cœur » du jury mettant en avant les pratiques les plus inspirantes seront décernés en fin de journée et permettront aux heureux lauréats de mettre en avant leurs pratiques grâce à la réalisation d'un film promotionnel, pour leur permettre de mieux essaimer.



## Programme

**8h30 - 9h00**

Accueil des participants  
Café/Thé & Viennoiseries

**9h00 – 10h00**

**PLÉNIÈRE D'INTRODUCTION**

Présentation de la journée

**10h15-12h30**

**ATELIERS D'ÉCHANGES  
DE PRATIQUES & STANDS**

**12h30-13h30**

**PAUSE REPAS**

**13h30-14h**

**PLÉNIÈRE D'INTRODUCTION**

Présentation de l'après-midi

**14h-16h10**

**ATELIERS D'ÉCHANGES  
DE PRATIQUES & STANDS**

**16h15-17h**

**PLÉNIÈRE DE CLÔTURE**

Remise des Coups de cœur du Jury  
Conclusion

Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## Infos pratiques

### Vous rendre aux Ateliers

Les Ateliers du rétablissement en Santé mentale Bretagne se déroulent à l'**EHESP 15** Avenue du Professeur Léon Bernard, 35043 Rennes

Comment venir : en voiture, par le train, ou l'avion retrouvez l'ensemble des trajets sur : <https://formation-continue.ehesp.fr/informations-pratiques/venir-lehesp/>

Venir en transports en commun (gare) : Prendre le métro à la station Gares, direction Kennedy et descendre à la station Villejean-Université

À la sortie de la station, prendre l'avenue Gaston Berger. L'avenue du Professeur Léon Bernard se situe sur votre gauche à environ 300 mètres.

*De la gare à l'école, il faut compter environ 30 minutes de trajet.*

### Repas

Des repas froids type pique-niques (végétariens ou non) gratuits sont prévus pour l'ensemble des participants, comprenant notamment un sandwich. Pour des raisons de coûts les repas ne sont pas adaptables. Merci de pouvoir prévoir si nécessaire votre propre déjeuner.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



## FORMATS D'ÉCHANGES

### RETOURS D'EXPÉRIENCES p.8

Toutes salles tout au long de la journée

Le rétablissement c'est concret ! Projets en cours ou existants, venez profiter de chemins de traverse inspirants, basés sur les parcours de celles et ceux qui font l'expérience du rétablissement chaque jour

### PRATIQUES THÉÂTRALES & CORPORELLES p.14

Salle D2 - 10h15 & 11h30

Salle D11 - Toute la journée

Théâtre, danse, expressions corporelles, méditation, yoga du rire... Plusieurs pratiques dans l'espace et le corps rythmeront la journée au service d'un même but : déstigmatisation, estime de soi et implication des personnes concernées dans un projet fédérateur. Venez pratiquer, échanger, applaudir !

### SENSIBILISATIONS LUDIQUES p.15

Salle D10 - Toute l'après-midi

Salle D12 - 15h10

Venez cette année expérimenter la pratique du jeu de société comme medium de sensibilisation, d'implication et d'autonomie des personnes concernées.

### TABLES RONDES p.15

Amphi Robert CASTEL - Toute la journée

Dans un format d'échange ouvert aux questionnements, 4 tables rondes thématiques dont leur apparition aux Ateliers. Au menu : ESAT, Logement, Job coaching et Dispositifs de réhabilitation.

### EXPOSITIONS p.18

À l'étage toute la journée

Ouvrez les yeux au dessus de vous ! Deux expositions d'Atypick et de du SAVS Altair vous attendent

### BIBLIOTHÈQUES VIVANTES

Salle D2 - 14H

Les bibliothèques vivantes c'est quoi ? Venez découvrir la description de plusieurs projets qui partagent ce format : celui de se faire raconter les histoires bien réelles des personnes concernées. Véritables « livres vivants » concernant un témoignage sur leurs vécus, leurs expériences de la souffrance psychique, leurs soins, et leurs rétablissement, ils peuvent lorsque le projet aboutit, partager dans un cadre intimiste toute leur humanité.

### STANDS p.19

Hall Debré & Salle D5

Toute la journée

22 stands vous accueillent tout le long de la journée au sein du hall des Ateliers. Renseignements, projets en cours, services sur le territoire... ils sont à votre disposition !

	Amphi Simone Veil 400 places	Amphi Robert Castel 200 places	D1 32 PLACES	D2 48 PLACES	D3 40 PLACES	D4 32 PLACES	D6 32 PLACES	D7 58 PLACES	D8 32 PLACES	D10 32 PLACES	D11 58 PLACES	D12 32 PLACES	Amphi Michel Crozier 100 places
08H30 09H00	Accueil des participants / stands												
09H00 10H00	Plénière d'ouverture												
10H00 10H15													
10H15 11H15		Table ronde ESAT	Clubhouse Rennes	l'Atelier thérapeutique théâtre  HDJ Fougères	La vie affective et sexuelle  CHGR	Accompagner par l'engagement bénévole  CHGR - HDJ Saint- Jacques	Créer des liens et sortir de l'isole- ment par la cuisine  La fraterie du quartier	L'intervention Précoce Optimisée pour les Troubles Émergents  CHGR	Vivre de manière autonome : Psy- choéducation du logement  CHU Brest		Rencontrer l'Autre à travers la danse  Compagnie DANA	Programme d'Aide à l'Autonomie et à la Socialisation  CH St-Malo	
11H15 11H30										Stimulation cogni- tive & remédiation directe à partir des demandes et profil cognitif des personnes			
11H30 12H30		Table ronde Logement	Association d'usa- gers  Plein vent	Activité physique adaptée en pédopsy  CHGR	Dispositif numérique au service des parcours  Centre réadap- tation Escale Thébaudais	Troc Info : un jeu de société ludique pour l'accom- pagnement des personnes  AHB		Retour sur la mise en place du plan de suivi individualisé  CHU Brest	Accompagner à la gestion de son budget  CHU Brest	CHGR CTJ Janet Frame	Atelier de décou- verte Expression corporelle  Clinique Pen An Dalar  <i>20 personnes max</i>	Kezakoschizo : Psychoéducation de proches de personnes schizo- phrènes  Profamille	Promouvoir l'autodétermi- nation en vidéo  SAJ Kersauzon
12H30 13H30	Pause repas												
13H30 13h50	Plénière de reprise												
13h50 14H00													
14H00 15h00		Table ronde Job coaching	L'espace accueil  GEM l'envol	Bibliothèques vivantes  C3RB & PTSM 29	La marche des fiertés psychiques  MAD PRIDE	J'ai envie de travailler ! Insertion professionnelle territoriale  CH DINAN/SB FONDATION SJDD	Accompagner la mise en oeuvre de pratiques orien- tées rétablis- sement  Alfapsy	Outil d'évaluation des besoins Soma- tiques  C3RB	Optimisation du parcours de soin des patients TCA en ambulatoire  CPTS Gwened		Relaxation & méditation  EARPS CHU Brest	La Journée convivialité de la réhabilitation psychosociale  Fondation Bon Sauveur	
15H10 16h10		Table ronde Dispositifs de réhabilitation	Retrouver l'estime de soi  Clinique Pen An Dalar	La 'fabrick' aty- pique : L'insertion professionnelle des personnes concer- nées  Atypik	La journée thérapeutique addictologie  GHBS	Témoignages audio : le Rétablissement en Etablissement et Service de Préorientation  LADAPT	Programme d'éducation théra- peutique pour le TDAH  Julien TREU-MUL- LER	Groupe thérapeutique sur le rétablissement  CHGR - UER	Gestion du stress et activité physique adaptée  ESRP EPNK Rennes	Rompre l'isole- ment, regagner la confiance par le jeu : Atelier Collec- tif Jeux  SAMSAH Les Genêts d'Or	Le Yoga du rire  Au bonheur de rire	Un jeu de l'oie pour la prévention du suicide  Dites je suis là	Rencontrer l'Autre à travers la danse  Compagnie DANA
16H15 10h00	Plénière de fin de journée												



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## RETOURS D'EXPÉRIENCE

### Clubhouse Rennes

Clubhouse France  
SALLE D1 - 10H15

Le dispositif Clubhouse provient des États-Unis, il est présent dans 35 pays et en 2023 une antenne rennaise a ouvert ses portes. Œuvrant en faveur des personnes souffrant de troubles psychiques, le clubhouse se fonde sur le processus de rétablissement global (médical, social et professionnel). C'est un lieu totalement cogéré entre les membres (personnes concernées) et le « staff », cela participe à l'émulation et à la conduite de projets en lien avec les 3 principaux objectifs qui sont : rompre l'isolement des personnes, accompagner l'insertion professionnelle et lutter contre les préjugés.

### L'association d'usagers "Plein Vent"

CMP/CATTP Ponchelet (CHU Brest) Association  
D'usagers "Plein Vent"  
SALLE D1 - 11h30

L'association a pour but d'engager et de réaliser toute action pouvant favoriser le retour à la vie sociale de personnes ayant des difficultés psychiques.

### Espace accueil du GEM l'ENVOL

GEM l'envol  
SALLE D1 - 14h

L'espace d'accueil existe depuis décembre 2005. En plus de donner l'occasion aux personnes concernées de remettre en œuvre les atouts qui leur permettent d'aller mieux, cela donne une occasion de sortir de chez soi, de se préparer à ré-affronter le monde social, et donc à préparer une ré-affirmation de soi.

### Retrouver l'estime de soi

Clinique Pen An Dalar  
SALLE D1 - 15H10

Il s'agit d'un atelier mené par Isabelle Hautcoeur, psychologue clinicienne, travaillant dans un premier temps sur l'estime de soi autour d'un temps de réflexion et d'auto-observation de soi en lien avec un thème précis. Dans un second temps, il fait place à un instant de création de « son arbre de vie » (Dina Scherrer), qui permet au patient de se positionner différemment sur la thématique de départ et permettre une prise de recul.

Le travail sur l'estime de soi est complémentaire à celui d'affirmation de soi. Il est important et permet aux patients de mieux se connaître. Dans le cadre du rétablissement, les patients visualisent plus qui ils sont et ce dont ils ont besoin. Ils se projettent plus en se posant des jalons atteignables sur le moment.

### Activité physique adaptée en pédopsychiatrie

CHGR  
SALLE D2 - 11H30

Soigner les maux avec leurs mots mais aussi avec leurs corps. Favoriser la santé et l'épanouissement du jeune.

### La 'Fabrick' atypique : insertion professionnelle des personnes concernées

Association ATYPICK  
SALLE D2 - 15H10

ATYPICK est une association qui vise à « mettre ses valeurs de créativité, d'innovation et de solidarité au service de l'égalité sociale, permettant ainsi à tout un chacun d'accéder à sa pleine citoyenneté ». Cette structure propose divers ateliers, menés par des personnes concernées : Ateliers d'initiation au numérique ; Fablab ; Formation (création de site web & blog pour débutant / niveau 2) ; Studio photo : production photo & initiation à la photo.

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



## Atelier vie affective et Sexuelle

Unité d'Évaluation et de Rétablissement  
CHGR  
SALLE D3 - 10H15

Atelier de six séances en groupe abordant la thématique de la vie affective et sexuelle. Il permet de déconstruire les croyances et les idées reçues, d'évoquer les répercussions du traitement médicamenteux et de mieux comprendre les enjeux dans la relation.

## Outil numérique par et pour les usagers

Centre de réadaptation Escale Thebaudais  
SALLE D3 - 11h30

Outil numérique qui sera créé par et pour les personnes accompagnées, les aidants professionnels et familiaux, afin de faciliter le parcours de vie et l'inclusion sociale et professionnelle des personnes concernées. Il sera développé avec les patients de l'Hôpital de jour et du Centre de Post Cure de la Thébaudais. Fruit d'échanges et d'ateliers avec les différents acteurs du parcours de santé des personnes concernées, il évite les ruptures dans l'accompagnement et participe à la ré-encapacitation des patients.

## MAD PRIDE - Marche des fiertés psychiques

MAD PRIDE  
D3 - 14h

La Mad Pride a pour objectif de revendiquer haut et fort le respect et la dignité pour les usagers en santé mentale, dénoncer leur stigmatisation, lutter contre les préjugés qui les touchent et mener une action inédite et festive.

## JTA Journée Thérapeutique Addictologie

GHBS, Lorient Quimperlé CHGR  
SALLE D3 - 15H10

L'objectif est de proposer une nouvelle offre de soins orientée réhabilitation à destination des personnes en problématique addictive demandeuse de changement. Le GHBS présente une proposition d'accompagnement différente et complémentaire, qui permet d'amener et d'accompagner la personne vers le changement et de contribuer à un réengagement de celle-ci dans une vie active et satisfaisante.

## Accompagner les personnes dans l'insertion sociale par l'engagement bénévole

CHGR - HDJ Saint Jacques  
SALLE D4 - 10H15

Le centre hospitalier Guillaume Régner accompagne les personnes dans l'insertion sociale par l'engagement comme bénévole auprès d'associations. Depuis plusieurs années, une vraie dynamique a été développée pour repérer et rechercher des associations qui ont besoin de bénévoles et qui sont prêtes à accueillir des personnes concernées.

Il accompagne les patients vers le bénévolat si c'est dans leur projet, jusqu'à ce qu'ils soient autonomes pour y aller seuls ensuite.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## RETOURS D'EXPÉRIENCE (SUITE)

### J'ai envie de travailler !

Fondation St Jean de Dieu - CH Dinan, Saint-Brieuc  
SALLE D4 - 14H00

Au-delà des barrières administratives et légales, ce projet permet une réponse adaptée et singulière au projet de réinsertion professionnelle des usagers qui n'aurait pas été si aisé dans le droit commun.

Le but : pallier la difficulté d'insertion professionnelle des personnes en souffrance psychique de manière collective. Partir de leurs envies et de leurs besoins, écouter leurs expressions pour co-construire avec eux les alternatives permettant la réalisation de leurs projets professionnels. Favoriser et valoriser l'expérience, adapter et s'adapter, créer un espoir tangible pour un maintien professionnel optimal des travailleurs handicapés

**Rétablissement et ESPO (Etablissement et Service de Préorientation) : témoignages audio d'Alicia et de Guillaume**

LADAPT  
SALLE D4 - 15h10

L'ADAPT a créé un parcours de pré-orientation qui permet à chaque personne accompagnée d'avoir une projection professionnelle et personnelle bénéfique pour son équilibre de vie et de santé, par le biais de l'autodétermination. Cela leur permet de se projeter dans un futur choisi.

Ce parcours offre aux personnes des temps d'écoute, de construction, d'expérimentation, de socialisation, d'évaluation et d'auto-évaluation, soutenus par les principes d'auto-détermination, ainsi que l'engagement dans des actions vers le travail, bénévolat ou les loisirs comme autant de supports d'inclusion sociétale.

**Cantine-atelier et événements en santé mentale : créer des liens et sortir de l'isolement par la cuisine**

La Fraterie du quartier  
SALLE D6 - 10h15

Création d'une cantine solidaire pour se faire du bien, apprendre à cuisiner, sortir de son isolement, créer des liens de voisinage, déconstruire les représentations sur les troubles psychiques, bénéficier d'un tremplin vers la formation ou l'emploi.

**Accompagner la mise en oeuvre de pratiques orientées rétablissement**

Alfapsy - Fondation Falret  
SALLE D6 - 14h00

Ce projet est né d'une rencontre entre plusieurs acteurs (personnes concernées et professionnels) souhaitant promouvoir l'approche orientée rétablissement sur le territoire. Pour ce faire, le projet propose une approche pédagogique valorisant le croisement des savoirs académiques, professionnels et expérientiels. Ainsi, l'ensemble des actions sont co-animées en binôme avec un-e formateur-trice pair-e et l'accompagnement des acteurs a été pensé sur le long terme pour un réel changement de pratiques.

**Informations et accompagnement des patients concernées par le TDAH**

Julien TREU-MULLER  
SALLE D6 - 15h10

Il n'existe en France aucun programme d'Éducation Thérapeutique du Patient pour adulte présentant un TDAH alors que 3 à 5 % de la population est concernée. Porté par une association de patients, le projet réunit des parents d'enfants concernés et personnes concernées par le trouble qui sont à l'initiative de ce projet et qui empruntent le parcours de rétablissement. Tous se sont engagés à participer à la formation de 40h obligatoire pour pouvoir contribuer en tant qu'intervenant sur le projet.

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



## IPOPE - Intervention Précoce Optimisée troubles Psychiques Émergents

CH Guillaume Régnier  
SALLE D7 - 10h15

Ce projet s'adresse aux jeunes de 18 à 25 ans présentant des troubles psychiques. Le dispositif permet d'améliorer la détection des premiers signes et l'intervention précoce pour améliorer le pronostic fonctionnel et le rétablissement des patients. Pour ce faire, il est essentiel de proposer un dispositif de prise en charge ambulatoire individualisé capable de proposer des soins rapides et ciblés au décours de l'émergence d'un trouble psychotique.

## Retour sur la mise en place du plan de suivi individualisé (PSI)

EARPS - CHU de Brest  
SALLE D7 - 11h30

L'EARPS échange de pratique autour de l'outil d'évaluation que constitue le Plan de Suivi Individualisé (PSI).

En effet, un manque en termes d'outils de recueil des attentes/besoins/objectifs des personnes présentant un trouble psychique est constaté par la structure. L'objectif visé est la sensibilisation à la démarche de co-construction d'un plan de suivi avec la personne concernée. L'apport pour les participants sont l'autodétermination, l'empowerment et l'alliance thérapeutique ; une valorisation des ressources individuelles est opérée, la personne est placée au centre de son projet.

## Besoins en santé somatique : une seule santé pour se rétablir

C3RB  
SALLE D7 - 14h

Les études montrent que les causes d'une plus grande mortalité des personnes concernées sont multifactorielles. En luttant contre la dichotomie entre psychée et soma, ce projet poursuit la philosophie du rétablissement dans une approche holistique qui transcende la pensée en silo habituelle.

Créé par un groupe de travail intégrant l'ensemble des parties-prenantes de la santé mentale, y compris des personnes concernées, ce support sous forme de jeu de cartes est actuellement testé afin de favoriser l'intégration des soins somatiques dans les parcours de rétablissement.

## Groupe thérapeutique sur le rétablissement

CHGR - UER  
SALLE D7 - 15h10

C'est un groupe thérapeutique à destination de tous les usagers de l'UER. Il se déroulera en 4 séances au début du parcours de soins sur l'UER. Les outils utilisés sont variés : brainstorming, carte mentale, posters, mise en situation, vidéos, livret.

L'animation respecte les principes de la réhabilitation psychosociale et s'appuie sur le discours et les connaissances des participants. Nous envisageons la co-animation avec une personne concernée par un parcours de rétablissement

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## RETOURS D'EXPÉRIENCE (SUITE)

### Psychoéducation et logement : vivre de manière autonome

CHU de Brest  
SALLE D8 - 10h15

Construit pour des groupes de 4 à 6 patients par session, cet outil ludique et participatif permettra d'aborder de manière pratique les compétences requises pour vivre de manière autonome.

« Escape Game », « Recherche appartement ou maison », « D&co » / « C'est du propre & Ça peut vous arriver » / « Un dîner presque parfait » : autant de séances pour faciliter l'accès à un hébergement ou à un logement pour les personnes concernées

### Un accompagnement individualisé autour de la gestion du budget : un appui précieux et nécessaire

EARPS - CHU de Brest  
SALLE D8 - 11h30

Les troubles psychiques ne touchent généralement pas qu'une seule sphère de la vie d'un individu. Le budget est souvent un élément sensible. Le projet de l'EARPS vient apporter un accompagnement individualisé autour de sa gestion.

S'appuyant sur des ressources fiables, l'apport de cet atelier est essentiel puisqu'il vise une autonomisation et permet la découverte d'outils spécifiques qui sont parfois d'une aide très précieuse.

### Atelier gestion du stress et activité physique adaptée

ESRP EPNAK Rennes  
SALLE D8 - 15h10

L'atelier gestion du stress permet aux usagers d'appréhender et de prévenir leur stress. L'activité physique adaptée permet de proposer à tous une activité physique avec pour but un mieux-être global.

### Optimisation du parcours de soin des patients TCA en ambulatoire

CPTS Gwened  
SALLE D8 - 14h00

Par le biais d'une meilleure interconnaissance et d'un pôle TCA, le CPTS Gwened souhaite mettre en place un projet d'optimisation du parcours de soin des patients TCA, afin de permettre une meilleure prise en charge des patients et une gestion pluriprofessionnelle de cette pathologie.

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE

## Cogitato & Méninge ta vie : stimulation et méditation cognitive

CH Guillaume Régnier – Centre Thérapeutique de Jour Janet Frame  
SALLE D10 - Toute la matinée

«Cogitato» et «méninge ta vie» sont deux programmes de stimulation et de remédiation cognitive créés par l'équipe pluridisciplinaire du centre Thérapeutique Janet Frame. Participer à ces groupes permet à la personne de refaire le lien entre vie quotidienne (impact fonctionnel...) et parcours de soin. Pour cela on mène une réflexion sur les stratégies utilisées lors d'une activité de vie quotidienne, le groupe permet un partage et un retour d'expérience de chacun.

## PAAS (Programme d'Aide à l'Autonomie et à la Socialisation)

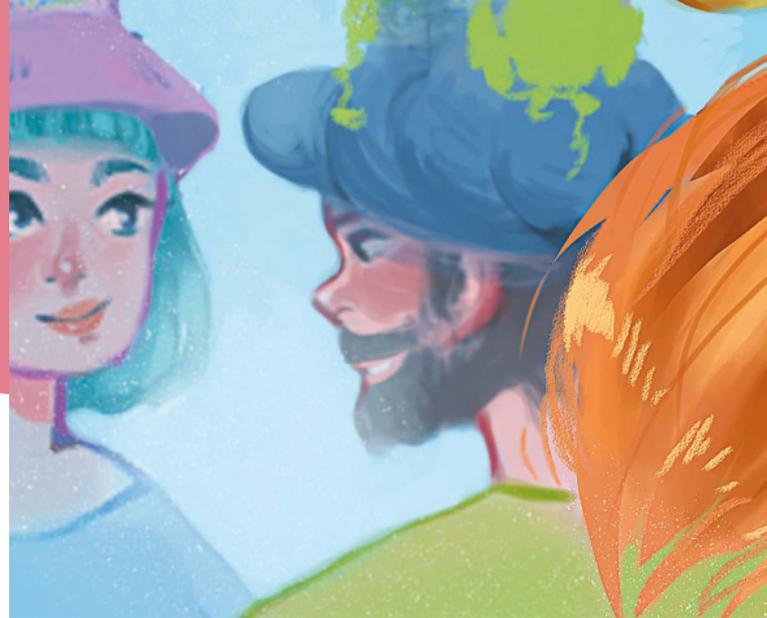
Centre Hospitalier de Saint-Malo  
SALLE D12 - 10H15

Ce programme d'éducation thérapeutique permet de proposer en individuel et en collectif des évaluations et de travail sur des domaines ciblés d'autonomisation, des entraînements aux habiletés sociales et avec l'objectif de développement de compétences : la gestion du temps, la gestion de l'argent, les habiletés de communication, savoir se présenter, la gestion des émotions.

## Kezacoschizo - Psychoéducation de proches de personnes atteintes de schizophrénie et troubles apparentés

Profamille  
SALLE D12 - 11h30

Programme de psychoéducation à l'attention des frères et soeurs d'une personne atteinte de schizophrénie ou de troubles apparentés.



## Journée convivialité au sein de la réhabilitation psychosociale

Fondation Bon Sauveur  
SALLE D12 - 14h

La maladie psychique engendre un isolement social pouvant entraîner une souffrance importante chez les personnes accompagnées. La journée convivialité propose aux patients et aux soignants de se réunir sur des moments moins formels, conviviaux afin de favoriser les rencontres, les interactions sociales et rompre l'isolement. Cette journée permet de « faire passerelle entre la réhabilitation psychosociale et la cité ».

C'est un très bon exercice afin de gagner une confiance en soi, travailler la cognition sociale mais également aborder la notion de plaisir et de partage.

Le lieu de la journée convivialité est choisi en fonction des demandes et des envies des personnes accompagnés, mais toujours dans la cité et sur le territoire de Lannion et de Guingamp (à proximité de chez eux).

## Promouvoir l'autodétermination en vidéo

SAJ (Service d'accueil de Jour) Kersauzon  
Amphi Michel Crozier - 11h30

Projet de clip vidéo porté par des personnes concernées pour promouvoir l'autodétermination. L'objectif est de sensibiliser le grand public et promouvoir l'autodétermination ainsi que leur liberté d'expression et d'affirmation. Ce projet permet d'échanger, de partager sur les parcours de vie, et la vision de chacun au travers de sa pathologie. Cela fait écho, et participe aussi au développement de l'expression des adultes en général.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## PRATIQUES ARTISTIQUES ET CORPORELLES

### L'Atelier thérapeutique théâtre

Hôpital de Fougères, HDJ  
SALLE D2 - 10H15

Mise en place cette année d'un atelier thérapeutique théâtral centré sur les émotions en continuité avec un travail sur la gestion des émotions et résolution de problèmes dans le cadre d'un parcours de soin au sein d'un Hôpital de jour.

### Rencontrer l'Autre à travers la danse : accéder aux droits fondamentaux par l'expérience sensible et intime

Association Dana  
SALLE D11 - 10h30 (Atelier)  
AMPHI MICHEL CROZIER - 15h10 (Film)

La compagnie Dana favorise la rencontre avec l'Autre et offre à ce titre un espace dans lequel les intervenant.e.s vont faire émerger des potentialités, des énergies propres à chacun, sans intention, ni vocabulaire préétablis. La personne est considérée comme « danseur-créateur », elle est encouragée à développer ses ressources personnelles, à travers une expérience intime et sensible du rapport à soi et à l'autre. 150 personnes dansent aujourd'hui avec la compagnie, avec une attention particulière aux publics en situation de fragilité psychique, physique ou sociale.

### Se rétablir avec le théâtre, Atelier de découverte expression corporelle

Clinique Pen An Dalar  
SALLE D11 - 11H30

Cet atelier s'inspirant d'exercices proposés au théâtre, tels que l'échauffement corporel et vocal, l'occupation de l'espace, les jeux d'expression etc... Il s'adresse aux patients accueillis souffrant d'un trouble de l'humeur et a pour objectifs tels que retrouver confiance en soi, avoir une meilleure estime de soi ou accepter le regard de l'autre.

La pratique théâtrale avec une façon ludique et bienveillante permet de retrouver une meilleure image de soi.

### Yoga du rire

Au bonheur du rire  
SALLE D11 - 15h10

Le yoga du rire est une méthode mise en place en 1995 par un médecin indien: le Dr Madan Kataria. Rire permet un stop mental et une détente du corps. C'est une technique de relaxation globale, accessible à tous aux bienfaits insoupçonnés. Venez en rire !

### Relaxation et méditation Se reconnecter au corps, un outil puissant

CHU de Brest - EARPS  
SALLE D11 - 14h00

Dans le processus d'empowerment, la recherche d'alternatives ou de compléments aux traitements médicamenteux peut être essentielle pour beaucoup de personnes concernées. Dans ce sens, l'acquisition d'outils de régulation émotionnelle comme la méditation peuvent répondre à cette quête.

L'EARPS a donc créé ces ateliers individualisés d'initiation aux approches psychocorporelles pour mettre de précieux outils à disposition des patients.

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE

## SENSIBILISATIONS LUDIQUES

Rompre l'isolement, regagner la confiance par le jeu : Atelier collectif jeux

Samsah les Genêts d'Or Quimper  
SALLE D10 - Toute l'après-midi

En partenariat avec la ludothèque d'une Maison Pour Tous à Quimper, proposition de jeux, animation de l'activité, participation à des forums et soirée Ludothèque etc...

### Un jeu de l'oie pour la prévention du suicide

Association Dites Je Suis Là  
SALLE D12 - 15h10

L'association Dites Je Suis Là lance un nouvel outil innovant pour la prévention du suicide, un jeu de société collaboratif sur la base de jeu de l'oie, intitulé : « Devenez acteur et actrice de la prévention du suicide ». L'objectif : sensibiliser à la prévention du suicide en levant les idées reçues et appréhender directement et personnellement les messages de prévention.

### Trocinfo : le jeu de société pour favoriser l'échange entre tous, patients et soignants

Association Hospitalière de Bretagne  
SALLE D4 - 11h30

Que l'on soit patient en ambulatoire ou à l'hôpital, Troc Info, c'est une transmission d'informations ludiques de 30 questions jusqu'à 6 joueurs, avec la participation d'un animateur issu de l'équipe soignante. Celles-ci invitent les joueurs à échanger autour de thèmes tels que « Au jour le jour » ou « Chez moi ».

Le joueur répond en premier puis les autres participants enrichissent ensuite la réponse donc leur savoir expérientiel.



## TABLES RONDES

Table ronde LOGEMENT  
Hall Debré - 11h30

### Un Chez soi d'abord - L'accès direct au logement pour un rétablissement plus rapide

Un Chez soi d'Abord 35

Ce dispositif permet l'accès direct au logement pour les personnes sans abri concernées par les troubles psychiques et les addictions.

En Ile et Vilaine, l'initiative est portée par un groupement de coopération médico-sociale (Associations SMS, Agence Immobilière à vocation sociale et des établissements de santé mentale). Le projet "Un Chez Soi d'Abord" permet un accès rapide à un logement, pour permettre stabilité et une amélioration de l'état de santé.

### Habitat partagé solidaire (Résidence accueil et habitats inclusifs)

UDAF 35

Les personnes qui sortent d'hospitalisation rencontrent souvent des difficultés de logement. L'UDAF 35 via son service Habitat partagé solidaire, propose des solutions adaptées, accessibles et sécurisées grâce à des résidences-accueil et colocations inclusives.

Chacun de ces lieux propose des logements privatifs, des espaces collectifs et un accompagnement quotidien. Un partenariat avec un pôle de santé mentale est développé et les locataires peuvent faire appel à une association d'aide à domicile si besoin.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## TABLES RONDES (suite)

Table ronde Job Coaching  
Hall Debré - 14h00

### Le programme GOANAG Job-coaching personnalisé

Centre postcure de Réadaptation de Billiers (CPRB)

Actuellement déployé dans le département du Morbihan, le programme GOANAG accompagne les personnes concernées dans la recherche d'emploi et le maintien en poste grâce à des job-coaches disponibles et réactifs.

La méthode IPS utilisée repose sur le pouvoir d'agir de la personne dans une posture rétablissement. Elle permet de répondre à une demande croissante d'inclusion professionnelle en milieu ordinaire parfois en l'absence d'une reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé.

### Plateformes Emploi Accompagné

LADAPT Ouest

La démarche d'emploi accompagné vise à assurer aux personnes, à partir de 16 ans, le droit d'être accompagnées vers l'emploi, tout en garantissant une sécurisation des parcours et en proposant un accompagnement simultané de la personne concernée et de l'entreprise. C'est la concrétisation de la mise en place initiale de dispositifs précurseurs visant la même finalité : le recrutement pérenne, l'insertion et l'accompagnement dans l'emploi dit « ordinaire ».

Table ronde Dispositifs  
de Réhabilitation  
Hall Debré - 15h10

### Equipe mobile de réhabilitation psychosociale

EPSM Sud Bretagne

Dispositif d'appui aux populations et aux professionnels pour coordonner les parcours de santé complexes et chroniques en psychiatrie avec le principe du case management.

### La filière psycho-réhabilitation du centre hospitalier de Saint-Malo

CH de Saint-Malo

Une plateforme d'orientation et une filière de soins en psycho-réhabilitation est créée depuis plus d'un an au CH. La filière englobe plusieurs dispositifs : hospitalisation, habitats inclusifs, médiations, éducation thérapeutique et case management de transition.

Elle vise le rétablissement des personnes en offrant des soins de psycho-réhabilitation identifiés et adaptés aux pathologies et aux projets de vie des personnes. Les bénéficiaires et les familles ont été consultés lors de l'élaboration des filières de soin et de l'implantation du centre de santé mentale.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une  
pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



Table ronde ESAT  
Hall Debré - 10h15

## Aménagement des horaires de travail en ESAT

ESAT APAJH Kerhoas service

Aménagement des horaires de travail pour 7 travailleurs de l'ESAT. Le but est de limiter l'absentéisme long causé par des retards à la prise de poste. Cela engendrait une culpabilité et/ou une peur du regard critique des collègues. D'autre part, le démarrage d'activité synchronisé avec les autres Travailleurs génèrent du stress à cause de la proximité et de la "foule" chez certaines personnes qui préfèrent des postes isolés.

## Le Domaine : accompagnement des personnes en situation de Handicap Psychique

Association Le Domaine

L'association Le Domaine accompagne les personnes en situation de handicap psychique. L'accueil d'environ 120 personnes se fait au sein d'un ESAT, d'un Foyer d'Hébergement et d'un SAVS dans un parcours de réhabilitation psychosocial et d'une reprise de confiance en soi par le biais du travail ou de l'hébergement.

## Une logique d'inclusion et de rétablissement par l'articulation entre travail et soin

APH Le Pommeret

En réponse à l'appel à manifestation d'intérêt de l'ARS, ce projet vise à la réhabilitation professionnelle et sociale des personnes en situation de handicap psychique et mental.

Cela par l'articulation entre travail et soin, l'intervention d'un médecin psychiatre et d'un ergothérapeute dans l'accès et le soutien cognitif au soin en psychiatrie, ou encore l'acculturation des professionnels des divers secteurs, dans une logique d'inclusion et de rétablissement.



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## EXPOSITIONS

« Du détail à l'oeuvre » - Médiation culturelle  
par et pour les personnes en situation de  
handicap

APASE, SAVS Altair  
Amphi à l'étage - Toute la journée

Le Musée des Beaux-Arts de Rennes est devenu  
avec le temps un espace familier pour les usagers du  
SAVS. À l'origine, pourtant, nombre d'entre eux ont  
mentionné leur crainte, leur réticence à entrer de  
manière spontanée dans un espace tel que celui-ci qui  
ne serait pas fait pour eux. Après deux projets en  
2019 et 2021, « Du détail à l'oeuvre » a été mis en place  
pour la 3e édition de « Arts et Soins en Mouvement »  
par un groupe de 10 personnes en situation de  
handicap psychique.

Ils ont créé une exposition en plein air dans le parc du  
Thabor et réalisé un livret à partir des cartels écrits  
en atelier d'écriture. Une visite unique et sensible des  
œuvres choisies a également été imaginée et proposée  
sur un après-midi.

### Expositions des travaux d'Atypick

Atypick  
Amphi à l'étage - Toute la journée

Atypick, qui présente par ailleurs son collectif lors  
d'un atelier dédié, vous propose de présenter les  
travaux de graphismes et de photos réalisés par des  
personnes concernées.

## BIBLIOTHÈQUES VIVANTES

### Les bibliothèques vivantes

PTSM 29 & C3RB  
Salle D2 - 14H00

Les bibliothèques vivantes sont des actions de lutte  
contre la stigmatisation et les discriminations. Selon  
une métaphore de la bibliothèque, l'action vise à faire se  
rencontrer, en face à face, dans un espace public :

Un « livre vivant », soit une personne concernée ou  
un aidant qui livre un témoignage sur son vécu, son  
expérience de la souffrance psychique, des soins, du  
rétablissement ; et un « lecteur », une personne qui  
reçoit et écoute le témoignage.

Les lectures sont préparées avec les personnes prêtes à  
témoigner dans le cadre d'ateliers axés sur le dévoilement  
de soi, la prise de parole en public et l'écriture d'un récit  
de vie.

Ceci dans un but de déstigmatisation, et pour favoriser  
l'inclusion sociétale des personnes atteintes de troubles  
psychiques.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une  
pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



## STANDS Salle D5 et Hall Debré

**La plateforme RETAB.fr : rendre visible et accessible la réhabilitation psychosociale**

C3RB

RETAB est un site web grand public qui cartographie les différentes structures proposant des soins ou accompagnements en réhabilitation psychosociale. Plusieurs régions en France sont déjà partenaires de la plateforme.

Le C3RB souhaite référencer les équipes bretonnes qui pratiquent la Réhabilitation Psychosociale afin de les rendre visibles pour les usagers, leurs proches et les autres professionnels du secteur.

**Ambassadeurs Santé Mentale : intervention de jeunes à jeunes**

Santé mentale France Bretagne / Unis-cité

Initié par la fondation ARHM en 2019, le dispositif Ambassadeurs santé mentale s'essime au niveau national, et notamment en Bretagne depuis 2022. L'objectif du projet est de Réduire la stigmatisation en santé mentale, favoriser le repérage des jeunes en souffrance psychique, orienter vers les dispositifs locaux de prévention et de soins grâce au pair à pair.

**Le dispositif UER (Unité d'Évaluation et de Rétablissement)**

CH Guillaumé Régnier

L'UER est un service intersectoriel, ouvert à tout le territoire 35. Le parcours de soin proposé s'inscrit dans un projet personnalisé établi en co-construction avec l'utilisateur et a pour support de nombreux outils et modalités de soins.

**Soutien au rétablissement des familles**

CREFAP, EPSM Sud Bretagne, EPSM du Morbihan

Accompagnement des familles, des proches, en groupe ou en individuel, activités de soutien, d'écoute, d'information, dispensation de programmes de psychoéducation destinés à l'entourage de personnes atteintes de troubles psychiques.

**Cantine-atelier et évènements en santé mentale : créer des liens et sortir de l'isolement par la cuisine**

La Fraterie du quartier

Création d'une cantine solidaire pour se faire du bien, apprendre à cuisiner, sortir de son isolement, créer des liens de voisinage, déconstruire les représentations sur les troubles psychiques, bénéficier d'un tremplin vers la formation ou l'emploi.

**3Ppsy : Plan de Prévention Partagé en Psychiatrie**

CH Guillaume Régnier

Mesure d'anticipation en Psychiatrie: à l'aide d'un formulaire, d'une notice d'utilisation et éventuellement de l'aide de son entourage ou de soignants, l'utilisateur est amené à envisager des actions à réaliser en cas de dégradation de son état de santé mentale.



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## STANDS

### Salle D5 et Hall Debré

#### Oser rêver avec Reso5

Association Reso5 – CH Guillaume Régnier

Association d'usagers, Reso5 a pour objectif d'écouter les désirs des personnes avec troubles psychiques, de créer de l'envie et de mettre en lumière leurs compétences. Tout projet peut rentrer dans le cadre de cette association tant que les membres souhaitent s'y investir. C'est une plateforme de réhabilitation et de rétablissement, elle permet aux usagers de trouver une place dans de multiples domaines associatif et citoyen.

#### Développer en Bretagne avec des structures locales un projet à partir du Facettes Festival

Innovation Citoyenne en Santé Mentale

Le Facettes Festival, porté par Innovation citoyenne en santé mentale, est le premier festival en promotion et prévention de la santé mentale conçu par et pour des jeunes.

#### Clubhouse France

Clubhouse France

Le dispositif Clubhouse provient des États-Unis, il est présent dans 35 pays et en 2023 une antenne rennaise a ouvert ses portes. Œuvrant en faveur des personnes souffrant de troubles psychiques, le clubhouse se fonde sur le processus de rétablissement global (médical, social et professionnel). C'est un lieu totalement cogéré entre les membres (personnes concernées) et le « staff », cela participe à l'émulation et à la conduite de projets en lien avec les 3 principaux objectifs qui sont : rompre l'isolement des personnes, accompagner l'insertion professionnelle et lutter contre les préjugés.

#### « Du détail à l'oeuvre » - Médiation culturelle par et pour les personnes en situation de handicap

APASE, SAVS Altaïr

Le Musée des Beaux-Arts de Rennes est devenu avec le temps un espace familier pour les usagers du SAVS. À l'origine, pourtant, nombre d'entre eux ont mentionné leur crainte à entrer de manière spontanée dans un espace qui ne serait pas fait pour eux. Après deux projets en 2019 et 2021, « Du détail à l'oeuvre » a été mis en place pour la 3e édition de « Arts et Soins en Mouvement » par un groupe de 10 personnes en situation de handicap psychique.

Ils ont créé une exposition en plein air dans le parc du Thabor et réalisé un livret à partir des cartels écrits en atelier d'écriture. Une visite unique et sensible des œuvres choisies a également été imaginée et proposée sur un après-midi.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



## Consultation d'Accompagnement à la Santé (CALAS)

CH Guillaume Régnier

Dispositif d'accompagnement à la santé permettant de faciliter la reprise d'un suivi global effectif auprès d'un médecin généraliste traitant pour des personnes concernées par un trouble psychique. L'accompagnement proposé au patient s'adapte aux objectifs partagés définis lors de la primo-consultation. Chaque prise en soin est globale et adaptée aux besoins identifiés par la personne.

## Equipe mobile : Habitats partagés & équipe d'appui

CH Guillaume Régnier

Une équipe d'appui aux professionnels et des habitats partagés pour des personnes avec handicap psychique dans le but d'apporter une alternative à l'hospitalisation au long cours.

## L'écoanxiété les mains dans la terre

Collectif Les Cols Verts de Rennes

Autour de la micro-ferme urbaine des Cols Verts à Rennes, un écrin de nature au cœur d'un quartier prioritaire, l'association propose de partager ensemble nos sentiments et expériences vis-à-vis des changements climatiques et environnementaux à venir sous la forme d'ateliers d'échanges.

Les jeunes accueillis en formation dans la structure ont été les premiers à nous solliciter sur ce sujet, à demander de mettre en place des groupes de parole ou des actions pour parler de santé mentale, d'éco-anxiété et de lien à la nature. Ensuite, des publics adultes, souvent en situation de précarité ont confirmé le besoin.

## ETP : Des outils au service des patients partenaires

Pôle régional de ressources en ETP en Bretagne

L'engagement des patients qu'il soit bénévole, indemnisé ou rémunéré peut impacter leurs droits sociaux. Le projet, à l'origine d'une patiente partenaire, est donc d'informer et d'accompagner les patients afin que leur engagement, notamment en éducation thérapeutique, ne rime pas avec une perte de droits sociaux.

Deux stratégies ont été mises en place : un outil d'information en ligne depuis le début de l'année, et la formation de référents locaux qui sera effective début 2024.



Ensemble, s'inspirer pour transformer  
les pratiques de chacun !

## STANDS

### Salle D5 et Hall Debré

#### Un séjour hors les murs à la montagne comme outil de soin

Foyer An Avel Vor - CHU de Brest

Un séjour à la montagne avec tous les résidents et les soignants de la structure intervient ici comme un outil de soin. Préparé en amont avec les résidents, il contribue à l'accompagnement dispensé tout au long de leur séjour au foyer. Il vise à renforcer l'estime de soi et le pouvoir d'agir.

En diminuant l'isolement social, les participants peuvent reprendre confiance en eux et en leurs capacités. Certains ont souligné combien ils se sont sentis « normaux » pendant ce séjour qui stimule l'esprit d'initiative, crée une cohésion de groupe et lutte contre les symptômes négatifs, en mêlant soignants et patients dans un partage total des tâches quotidiennes et du programme.

- La Maison des usagers
- Le projet S'occuper à l'hôpital
- Le Statut de Collaborateur Occasionnel du Service public (COSP)

CH Guillaume Régnier

Créée en 2016, la *Maison des usagers* du CHGR accueille tout citoyen intéressé par la maladie psychique et ses problématiques grâce à l'animation d'ateliers ou de permanences par les bénévoles des différentes associations partenaires.

*S'occuper à l'hôpital* : Le manque d'activités pour les patients à l'hôpital est une problématique récurrente. Elle favorise les ruminations des patients et l'épuisement des soignants. Mme Marionneau, ancienne patiente a permis la mise à disposition d'un kit d'activités (jeux de société, livres, dessins, etc.) pour chaque unité d'hospitalisation de psychiatrie adulte.

*Le statut de collaborateur occasionnel du service public (COSP)* permet un statut intermédiaire entre le statut de bénévole et le statut de médiateur de santé pair. Il permet le développement de la pair-aidance en améliorant la qualité de la prise en charge.

#### Borderline espoir

Groupes de parole animés par des personnes concernées pour des personnes concernées et des proches.

Besoin de souffler ? N'oubliez pas de faire une  
pause dans la salle de repos T2 (Bât. G.Tillon)

# LES ATELIERS DU RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE



## Outil numérique par et pour les usagers

Centre de réadaptation Escale Thebaudais

Présentation d'un outil numérique qui sera créé avec les utilisateurs finaux soit les personnes accompagnées, les aidants professionnels et familiaux, afin de faciliter le parcours de vie et l'inclusion sociale et professionnelle des personnes concernées. Ce projet sera développé avec les patients de l'Hôpital de jour et du Centre de Post Cure de la Thébaudais. Fruit d'échanges et d'ateliers avec les différents acteurs du parcours de santé des personnes concernées, il répond aux besoins réels, évite les ruptures dans l'accompagnement et participe à la ré-encapacitation des patients.

## BIPOL 35 Espace d'écoute singulier et de rencontres pour le rétablissement

BIPOL 35

L'objectif de BIPOL35 est d'offrir des espaces d'écoute et de rencontre aux personnes vivant avec des troubles de l'humeur, dont des troubles bipolaires, pour leur apporter un soutien psychologique et social.

## COMETAPE (Comité Éducation thérapeutique et accompagnement du patient et de son entourage)

CH Guillaume Régnier

Le COMETAPE définit, impulse et coordonne l'Éducation thérapeutique du patient, il soutient et promeut les projets de programmes initiés par les équipes et veille à assurer la meilleure représentativité au sein de l'établissement. Cette commission se compose également d'une représentante des usagers et la vice-présidente usager/pair aidant. Créé en 2015, le COMETAPE souhaite promouvoir la démarche ETP au sein de l'établissement, diffuser la culture de l'ETP en santé mentale, valoriser les pratiques existantes pouvant s'inscrire dans l'ETP.

## Dispositif My Ker

My Ker

Fondé en 2020 par 3 experts, My Ker accompagne les jeunes de 15 à 30 ans présentant des troubles de l'humeur (dépression, bipolarité) et/ou des troubles anxieux. My Ker est un dispositif qui vise à soutenir ces personnes, leur donner des clés de compréhension en vue d'une orientation et/ou insertion professionnelle réussie. Ce parcours dure 2 mois et demi qui permet de remettre en mouvement les jeunes, de renouer les liens sociaux, d'améliorer son bien-être psychique, de déstigmatiser la pathologie.

40 Ateliers collectifs et 4 séances individuelles variées (yoga, gestion du stress, médias, art-thérapie, médiation animale, psychoéducation etc.) : un parcours innovant qui permet la pair-émulation dans un espace où la parole est entendue sans jugement.

En complément de la prise en charge extérieure, MY KER offre un lieu où l'on n'est pas un patient mais une personne avec des envies et des ressources.

## Dites je suis là

Dites Je Suis Là est née en 2020 avec pour objectif de créer un monde où tout un chacun comprend sa valeur et ne considère plus le suicide comme une solution.

Notre association nationale reconnue d'intérêt général a pour vocation de permettre à chacun d'agir face à un proche en crise suicidaire











A l'initiative de :



Co-organisés avec :



Soutiens financiers :



FONDATION MUSTIÈRE / ROLLAND



Soutiens opérationnels



BRETAGNE ((O)) LARGE



BRETAGNE ((O)) LARGE



Centre Hospitalier Guillaume Rognier  
Ensemble au service de la santé mentale



Centre Hospitalier Saint-Malo  
Espéranse pour votre Santé

