



Psytoyens asbl

Fédération d'associations d'usagers en santé mentale

Le projet

Créée début 2003^[1], Psytoyens est une nouvelle étape du développement d'un mouvement plus ancien d'émancipation de personnes confrontées à une problématique de santé mentale et de leur reconnaissance en tant que citoyens à part entière. Constituée sur le mode d'une fédération, Psytoyens se veut d'abord un espace de soutien et d'amplification des initiatives des groupes d'usagers qui y adhèrent, tout en accueillant également des membres à titre individuel.

1. Les statuts de l'asbl ont été publiés au Moniteur belge le 24 janvier 2003 (Numéro d'entreprise (ou numéro national) : RPM Namur 0479.459.023)

Objectifs

1. PSYTOYENS SOUTIENT LE DÉVELOPPEMENT D'INITIATIVES POUR ET PAR LES USAGERS

Les associations d'usagers, qu'elles soient centrées sur l'entraide, la réflexion ou les loisirs contribuent à une meilleure qualité de vie pour les usagers. Mais construire et faire vivre une association n'est pas quelque chose de simple, il est important de pouvoir profiter de l'expérience des autres. En les rassemblant, Psytoyens permet les échanges d'expériences et le soutien réciproque. Cela permet aussi de mieux faire connaître ces initiatives.

2. PSYTOYENS INFORME SUR LES DROITS DES USAGERS ET SUR LES AIDES PSYCHO-MÉDICO-SOCIALES DISPONIBLES

Le public et les usagers doivent bénéficier d'une information complète sur les services existants ainsi que d'une orientation efficace et adaptée à leur situation. Bien souvent les usagers et les associations ont des difficultés à débrouiller les fils de l'administration, des soins, des aides sociales, des droits, etc. L'information est d'autant plus cruciale qu'elle est la première condition de l'exercice d'une gestion autonome de leur situation de vie, de leur positionnement en tant qu'acteur tant au niveau du processus de soins qu'au niveau des autres dimensions de leur vie quotidienne. Elle constitue ainsi un préalable nécessaire à l'usage de la citoyenneté à part entière.

3. PSYTOYENS RÉCOLTE LES TÉMOIGNAGES DES USAGERS ET REPRÉSENTE LEURS INTÉRÊTS AUPRES DES POUVOIRS PUBLICS ET DU GRAND PUBLIC

Pour les membres de Psytoyens, l'expérience et le vécu des usagers peuvent faire évoluer l'image de la santé mentale et la qualité des services et des soins. Il est primordial, selon eux, que des usagers qui ont vécu les choses de

«usager», qu'est ce que ça veut dire ?

Patient, bénéficiaire, client... tous ces mots renvoient à la relation entre un «soignant» et un «soigné», entre un «aidant» et un «aidé». Le mot «usager», tel que Psytoyens le conçoit, a l'avantage de dépasser le cadre restreint de la maladie et de la médecine. Il recouvre également toutes les situations de vie sur lesquelles les problèmes de santé mentale ont des conséquences telles que le logement, le travail, les revenus et la gestion financière, la culture, les loisirs, etc. Psytoyens souhaite aborder la santé mentale de manière globale, en y intégrant les diverses dimensions du quotidien et du vécu des personnes confrontées à ce type de problématique.

Le mot «usager» s'entend aussi dans le sens de «personne utilisatrice de services» qui, à ce titre, dispose d'un point de vue et d'un savoir particulier à faire valoir; de sorte qu'il bénéficie d'une légitimité en tant que personne prenant une part active et critique aux services dont il a usage.

population

l'intérieur puissent participer là où se décide l'organisation du système de santé, son financement, ses lois. Ensemble, parlant d'une seule voix, ils espèrent être plus écoutés parce que plus représentatifs de ce que pensent et vivent les usagers.

Activités

1. ESPACE DE RENCONTRE, D'ÉCHANGES ET DE SOUTIEN AUX ASSOCIATIONS D'USAGERS

Psytoyens propose divers lieux de rencontres :

- **Un groupe de travail mensuel** où les associations se retrouvent pour débattre. Il s'agit souvent d'un projet à démarrer, d'une question à instruire ou d'une position à prendre. Ces réunions mensuelles constituent surtout un lieu de rencontre, d'échanges et de ressourcement. Elles remplissent, en quelque sorte, les fonctions d'un groupe d'entraide pour les représentants des usagers.
- **Deux week-end par an**, avec Uilenspiegel vzw, partenaire néerlandophone, qui combinent loisirs et groupes de discussion. La meilleure manière de soutenir la motivation des associations est de savoir que l'on n'est pas seul et que d'autres travaillent dans le même sens.
- **Des rencontres-débats mensuels** à Bruxelles : «Cause-Café», proposant à tous les usagers de se retrouver autour d'un café et d'un bon sujet de conversation. Elles sont un carrefour où peuvent naître des solidarités, de l'entraide et pourquoi pas une envie de se mobiliser avec d'autres usagers.
- **Une Journée des associations d'usagers** qui regroupera en septembre 2007 toutes les associations de Wallonie et de Bruxelles.

Psytoyens propose également des outils pour promouvoir et développer les associations :

- **Des brochures de promotion** des associations et des comités d'usagers.
- **Un Vade-Mecum** reprenant tous les trucs et les ficelles des associations membres de Psytoyens afin de guider et d'inspirer les nouvelles initiatives (disponible fin 2007).
- **Du soutien logistique et méthodologique** aux personnes qui veulent créer une nouvelle association.
- **Des formations** pour les responsables des associations. En fonction des demandes, ces formations peuvent toucher à l'écoute, l'animation de groupe, la gestion de projet, la gestion de conflit, etc.

2. ESPACE D'INFORMATION DES USAGERS

Psytoyens propose différents médiums d'information des usagers :

- **Les appels téléphoniques** : informés via des affiches et des cartes dans les services de soins, des usagers téléphonent pour demander des informations les plus diverses : à propos des services de soins, des droits du patient, des aides sociales, des activités de loisirs, etc. Ils sont écoutés et orientés au mieux.
- **Rencontres «Psytoyens en débat»** : débattre, échanger, comprendre les enjeux de santé publique, questionner le système de santé, se forger un point de vue... voilà l'objectif de ces réunions organisées régulièrement par Psytoyens à destination des usagers et de toute personne intéressée. Ces réunions sont l'occasion de recevoir un «expert» extérieur, de récolter des avis

sur une thématique à propos de laquelle Psytoyens a été interpellée, de répondre au questionnaire d'une association, etc.

- **Le Journal de Psytoyens** : destiné aux usagers en santé mentale, il paraît trois fois par an et est distribué dans la plupart des services d'aide et de soins en santé mentale. Dépliable, il se présente comme un poster à afficher. Au recto, se trouvent toutes les nouvelles des associations d'usagers et du secteur de la santé mentale en général. Au verso est abordé une thématique qui intéresse plus particulièrement les usagers (les médicaments psychotropes, la psycho-éducation, le travail, etc.).
- **www.psytoyens.be** : le site internet constitue une vitrine importante pour les activités. On y trouve tous les renseignements à propos des activités, des membres ainsi qu'une page «actualités» régulièrement mise à jour.
- **La Lettre de Psytoyens** : régulièrement, les dernières nouvelles de la pages «actualité» du site sont adressées aux membres par courrier électronique. La lettre est divisée en deux parties. La première met en avant l'une ou l'autre activité propre de Psytoyens, la deuxième compile les actualités des associations d'usagers et du secteur de la santé mentale, en Belgique et à l'étranger.

3. ESPACE DE RÉFLEXIONS, D'ÉLABORATION ET DE POSITIONNEMENT

Aller à la rencontre de l'expérience des usagers : la récolte de l'expérience et des points de vue des usagers se fait par différents moyens :

- les représentants des associations au sein de Psytoyens forment

population

le premier canal. Ce sont eux qui entendent au quotidien les difficultés et les questionnements de leurs pairs;

- les activités de Psytoyens (conférences, week-end, cause-café) sont autant de moment pour entendre les préoccupations des usagers;
- Psytoyens organise également des tables rondes, des consultations ponctuelles ou des recherches plus approfondies sur des sujets à propos desquels il est nécessaire de se positionner;
- les appels téléphoniques, les personnes qui viennent à notre rencontre pour témoigner, etc. complètent le tableau.

Construire ensemble des points de vue : les réunions mensuelles, combinant conseil d'administration et groupe de travail sont un moment important de réflexion et d'élaboration collective. C'est là également que s'organisent les activités telles que les conférences ou les week-end, la rédaction du journal de Psytoyens, la réflexion sur de nouveaux projets, le suivi des postes de représentation, la préparation de prises de position, etc. C'est là également que chacun, à son rythme, puisant dans l'expérience des autres et dans les échanges d'idées, peut sentir le moment où il pourra assumer un travail de représentation de l'association à l'extérieur. Psytoyens soutien ce travail à travers le remboursement des frais, des formations, la participation à des colloques, etc.

Représenter les usagers : Psytoyens participe de manière récurrente à différents lieux de concertation avec des professionnels de la santé et/ou des responsables politiques : le Conseil Régional des Services de Santé Mentale, l'Institut Wallon pour la Santé Mentale^[2], la Commission Fédérale «Droits

du patient», la Ligue Belge de la Schizophrénie, certaines Plates-formes de concertation en santé mentale. Psytoyens est également de plus en plus souvent sollicitée pour participer ponctuellement à des groupes de travail ou des comités d'accompagnement, par exemple le comité d'accompagnement des «Projets thérapeutiques et concertation transversale», des séminaires de validation au centre collaborateur OMS, des groupes de travail au sein de la Fondation Roi Baudouin, etc.

Développer un réseau : prendre sa place et participer efficacement dans un secteur nécessite de travailler en partenariat. Psytoyens développe ainsi des contacts réguliers et, dans certains cas, des projets communs, avec différentes institutions actives dans le domaine de la santé mentale : la Fondation Julie Renson, la Ligue des Usagers de Services de Santé, l'asbl l'Autre «lieu», les représentants des usagers néerlandophones Uilenspiegel vzw, l'association de familles Similes, la Ligue Belge de la Dépression, les médiateurs de plaintes en psychiatrie, etc.

Cadre

Psytoyens est soutenu par :

- Le Ministre fédéral des Affaires sociales et de la Santé publique, dans le cadre d'un projet pilote «Associations de patients»;
- La Ministre de la Santé, de l'Action sociale et de l'Egalité des chances de la Région Wallonne dans le cadre d'une subvention facultative. Cette subvention permet d'assurer les publications de l'association;
- La Région wallonne (Direction générale de l'économie et de l'emploi) via l'octroi d'Aides à la Promotion de l'Emploi (A.P.E.);

- L'Institut Wallon pour la Santé Mentale, via la mise à disposition de locaux et de facilités logistiques. Cette aide est le fruit de la volonté de l'I.W.S.M. de soutenir la participation des usagers en santé mentale, entre autres en son propre sein.

Associations et groupes d'usagers membres

DIFFÉRENCES + ASBL

Cette association regroupe, à Dinant et ses environs, des personnes touchées par la maladie, le handicap ou la différence, pour prendre conscience et faire prendre confiance que la différence est une richesse et que le voyage à travers les différences ouvre les portes.

Contact :
différences+@dreamgnu.com

LE FUNAMBULE ASBL

«Le Funambule» est un groupe d'entraide destiné aux personnes souffrant du trouble bipolaire (maniaco-dépression) ainsi qu'à leur entourage. L'activité principale est un groupe de parole tous les deuxièmes jeudis du mois à Bruxelles.

Contact :
lefunambulebxl@yahoo.fr

LA GRAINE

La Graine est un groupe d'entraide en santé mentale fondé et géré par et pour des personnes psychiatriées et ex-psychiatriées, qui fonctionne sans l'aide d'un intervenant médical. Ce groupe est ouvert à toute personne aux prises avec des problèmes de santé mentale ou en souffrance psychique qui désire faire un cheminement personnel et vivre l'entraide dans un groupe.

Contact :
christian.autreliu@edpnet.be

2. Voir Fiche Sanomètre n°57

population

**GROUPE D'ENTRAIDE BELGE
DU SYNDROME DE GILLES
DE LA TOURETTE**

Le groupe aide les familles, adultes et enfants concernés par le Syndrome de Gilles de la Tourette (maladie des tics).

Contact :
www.sgt-Belgique.be

**LIGUE TROUBLE
OBSESSIONNEL COMPULSIF
(TOC) ASBL**

Créée en 1998, cette asbl a pour objectif de promouvoir toute action visant à diffuser, auprès du grand public et des professionnels de la santé, l'état des connaissances relatives au TOC et aux troubles apparentés. Elle vise également à améliorer le bien-être des personnes qui en souffrent et de leur entourage.

Contact :
Christine Decantere
0484/61.87.76

POSSIBLE

Possible est un groupe d'entraide par et pour les schizophrènes. Il propose un programme de rétablissement en étapes. Sans avoir la prétention de détenir «la solution», il aborde les difficultés de la personne atteinte par cette maladie et les problèmes y étant associés. *«Parler, écouter, s'aider mutuellement favorise déjà la prise en main de nos vies».*

Contact :
info@schizopossible.be

RÉFLEXIONS ASBL

Réflexions est un espace extra-hospitalier de soins, de self help et de soutien pour les personnes souffrant de troubles psychotiques dans la région liégeoise. Son objectif premier est la réadaptation psychosociale et l'amélioration de la qualité de vie des personnes psychotiques.

Contact :
www.asblreflexions.be

**SOUTIEN AUX USAGERS EN
NEUROPSYCHIATRIE ET EN
PSYCHIATRIE (S.U.N.)**

SUN est une association de fait créée en 2002 par des usagers et ex-usagers du Centre de Réadaptation Fonctionnelle du Club André Baillon à Liège, avec le soutien de ce dernier. Il rassemble des personnes qui rencontrent ou ont rencontré des problèmes psychiques dans un but d'entraide et de réflexion sur la place des usagers ainsi que sur leur intégration comme citoyens à part entière.

Contact :
Pascale Colson
0498/27.16.23

TDA/H BELGIQUE ASBL

TDA/H Belgique est une association d'aide et de soutien aux personnes concernées par le Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité.

Contact :
www.tdah.be

TOGETHER BELGIQUE ASBL

Together Belgique a comme but premier la défense de l'égalité des chances des usagers et ex-usagers de la santé mentale. La perspective de travail s'inscrit dans le cadre d'une aide mutuelle et dans une dynamique d'échange avec les professionnels de la santé mentale.

Contact :
04/227.35.35

**L'UNION POUR LA
COMPRÉHENSION DES
USAGERS**

L'Union est née de l'envie de plusieurs membres du Club Théo Van Gogh à Charleroi de se retrouver et de faire des choses ensemble le week-end, quand la solitude est plus dure à porter. L'association de fait développe maintenant régulièrement des activités de loisirs et d'entraide entre ses membres.

Contact :
c/o Club Théo Van Gogh
071/28.19.47 ■

Pour en savoir plus

Adresse postale :
Psytoyens asbl
Rue Henri Lemaître, 78 à
5000 Namur - Belgique
Téléphone : 081/23.50.19
Fax : 081/23.50.16
Courriel : info@psytoyens.be
Internet : www.psytoyens.be

EDITEUR RESPONSABLE : D. Piette. COMITÉ RÉDACTIONNEL : D. Favresse, G. Houlioux, F. Parent, D. Piette, M. Ribourdouille. SECRÉTARIAT DE RÉDACTION : M. Ribourdouille. SAUF MENTION CONTRAIRE, LES COMMENTAIRES et implications sont de ULB-PROMES, Université Libre de Bruxelles, Ecole de Santé Publique, Unité de Promotion Education Santé (ULB-PROMES), route de Lennik 808, CP596, B-1070 Bruxelles. Tél. : +32.2.555.40.81. Fax : +32.2.555.40.49. E-mail : promes@ulb.ac.be. Publié avec l'aide du Ministère de la Santé de la Communauté française. MISE EN PAGE : Nathalie da Costa Maya, CDCS a.s.b.l. COLLABORATION POUR LA DIFFUSION ET INFOS : Anne-Sylvie Ladmirant, Zoubida El Maach, CDCS a.s.b.l. (avec le soutien de l'ORBEM). SITE INTERNET : www.ulb.ac.be/esp/promes/sano.html