



Relais Lumière Espérance

Outils pour la communication externe des Groupes Relais

Aide-mémoire sur les messages, les cibles et les outils

A – Messages à diffuser en communication externe

A. 1 En quoi maladies mentales et maladie psychiques (souffrances psychiques) sont différentes.

A. 2 Pourquoi (se) former, (s')informer ? Pourquoi sensibiliser ?

Souligner que, pour les personnes appelées à rencontrer, accueillir et aider des personnes en souffrances psychiques et leurs familles, le bon cœur, la spontanéité, la bonne volonté ... sont nécessaires mais pas suffisantes. Elles trouvent vite leurs limites, voire n'évitent pas des erreurs majeures. Il faut « apprendre » pour aller au-delà (cf Pape François sur l'art et la manière).

A. 3 Pourquoi faire connaître Relais aux familles - pas pour faire du chiffre mais pour faire du bien !

Inviter les partenaires (dans l'Eglise) à faire connaître Relais mais aussi à mobiliser Relais.

Pourquoi faire connaître d'autres mouvements : OCH, Foi et Lumière, Amitié Espérance, Traverses ...

A. 4 Les personnes en souffrance psychique et leurs familles ont pleinement leur place parmi les pauvres, les petits, les fragiles ... qui doivent être au cœur de la vie de l'Eglise, en particulier au cœur de la vie des paroisses, diocèses et communautés locales qui peuvent ainsi témoigner de leur vitalité et de leur engagement auprès des petits.

A. 5 Reconnaissance et appui des autorités de l'Eglise.

Les Papes se sont exprimés : exemples avec Jean-Paul II, Benoît XVI, François.

D'autres autorités aussi : exemples ...

B – Outils, supports, occasions ... de la communication externe

B.1 Qui sensibiliser/former à la maladie psychique.

- Les Pastorales (Santé ...) des diocèses ;
- Les curés et équipes des paroisses ;
- Les aumôneries d'hôpital ;
- Les hospitalités ;
- Le Secours Catholique ;
- ...

En leur proposant une session ad hoc (une demi-journée, une journée ...), avec d'autres intervenants le cas échéant.



B.2 Être/ se rendre présent auprès du grand public.

- Sur les sites web, répertoires, livrets, bulletins, présentoirs et supports divers des diocèses, paroisses et acteurs du B.1 ci-dessus ;
- Par la Radio ;
- Sur les medias en général (notamment numériques).

On peut noter l'importance du niveau de proximité qu'est la paroisse et des occasions qu'elle offre bien souvent dans l'année : forums, rassemblements, journées thématiques, temps forts de l'année liturgique ...

On peut aussi recommander très fortement de renouveler régulièrement la publication d'une annonce, d'un article, d'une information ... qui, quand « ce n'est pas le bon moment », est lue mais non mémorisée. Exemple : insérer une fois par an un article dans le bulletin paroissial.

B.3 Se faire des alliés dans les milieux les plus variés. Monter des actions à plusieurs.

- Secours Catholique ;
- ATD Quart Monde ;
- AFC ; END ...
- CLER ;
- Siloé (Chemin Neuf) ;
- Médecins chrétiens ...
- Fondation d'Auteuil ;
- ...

B. 4 Les outils à créer mais aussi les outils existants ou à aménager sont nombreux.

- Documents Unafam (et autres : Psycom ...), notamment Power Point. Exemple : présentation des recommandations pour « l'accueil et l'accompagnement de personnes en situation de handicap psychique » (Relais Melun) ;
- Documents OCH, Ombres et Lumière ...
- Articles et autres textes d'information (de divers formats) ;
- Lettre aux curés (Nantes ...) ;
- Livrets sur les mouvements présents dans une paroisse (Meaux ...), sur les mouvements insérés dans la Pastorale de la Santé du diocèse (Vannes, Pontoise ...), sur les participants d'un forum ...
- Videos (Vidéo de présentation de Relais sur la page d'entrée du site, témoignages, présentation d'un thème ou d'un mouvement ...) et films ;
- Documents papier Relais (affiches, triptyques ...) ;
- Articles, livres ...

B.6 Des événements ou manifestations, à créer ou à accompagner/valoriser, en pensant « pastorale de l'événement » !

- Conférence avec grand témoin et débat ; film et débat ; théâtre interactif ; concert et prière, ...
- Soirée dédiée d'un groupe de prière ;
- Rencontre ou journée organisée par un mouvement, une association, une paroisse ...
- Pèlerinage ;
- Démarche diocésaine (« synodale ») ou paroissiale ;
- Dimanche de la Santé ;
- ...

C- Proposition d'outils pour communiquer dans les paroisses

1 - Contact avec le curé, les prêtres et/ou les laïcs de l'accueil de la paroisse

L'objectif est d'informer et de sensibiliser la structure paroissiale à la maladie psychique, à l'existence de Relais et des « services » offerts par Relais. Il est clair que Relais s'adresse aux familles, mais l'accueil des paroisses peut recevoir également des malades. L'information générale sur la maladie psychique est valable pour les deux populations. Il sera bien sûr nécessaire de donner les coordonnées d'Amitié Espérance (<http://www.amitie-esperance.fr>, adresse mail secretariat.national@amitie-esperance.fr ou répondeur 06.95.35.07.67) pour les malades et de détailler la mission de Relais.

La concrétisation peut se traduire par une simple information des personnes assurant l'accueil leur permettant de répondre aux personnes concernées par la maladie psychique et de les orienter vers Relais. Au-delà, il serait bien de laisser une information écrite, soit sur des panneaux d'affichage, soit au moyen de documents à disposition au presbytère ou dans l'église. Enfin, le mieux serait de mettre un texte dans la feuille paroissiale.

Il appartient à chaque groupe de définir les paroisses sélectionnées et la méthode d'approche.

Le texte proposé en Annexe 1 est une description de la maladie psychique. Le texte proposé en Annexe 2 est une présentation de Relais.

Ces 2 textes peuvent servir de support de discussion et/ou être laissés à la disposition des personnes de l'accueil.

2 - Proposition de texte pour affichage et/ou insertion dans la feuille paroissiale à adapter par chaque groupe et pour chaque paroisse

Voir Annexe 3

3 - Proposition d'annonce à la fin de la messe

Voir Annexe 4

ANNEXE 1

Le Handicap Psychique

Le handicap psychique est le résultat d'une maladie psychique ou de troubles psychiques graves, dont, à l'heure actuelle, on connaît mal les origines. La personne qui souffre d'une telle maladie ou de tels troubles devient de ce seul fait véritablement handicapée, ce handicap se manifestant dans le domaine social.

Il est donc évolutif comme le sont la maladie ou les troubles dont cette personne est atteinte. Pour être plus précis, la maladie psychique recouvre majoritairement différentes formes de schizophrénie, de troubles bipolaires (ou maniaco-dépressifs) et de grandes dépressions.

En général, la maladie apparaît après l'adolescence. Elle touche environ 2 % de la population dans tous les pays du monde et indépendamment du niveau social ou intellectuel de la personne. En incluant l'entourage familial et amical de la personne en souffrance, environ 10 % de la population est concernée par la maladie psychique.

C'est une grande différence avec le handicap mental qui résulte d'une malformation génétique ou de naissance, d'un accident (de naissance ou postérieur) et qui diminue sensiblement ou fortement les capacités intellectuelles de la personne qui en est atteinte. L'état d'une personne présentant un handicap mental reste sensiblement stable dans le temps, la personne handicapée psychique ne présente aucun signe de débilité mentale, ses capacités intellectuelles sont intactes et souvent même importantes, mais son état psychologique est sujet à de fortes variations. La compréhension, et surtout l'acceptation, de la maladie par le malade et son entourage sont difficiles et prennent souvent plusieurs années.

Pour une personne handicapée psychique, il y a une nécessité constante d'un suivi approprié. L'importance du handicap va dépendre du type de maladie (car ses formes sont extrêmement variées), d'une part, et de l'efficacité des soins, d'autre part. C'est cette relation étroite à la maladie et à son évolution qui rend complexe l'accompagnement d'un handicapé, car la maladie présente un caractère d'imprévisibilité totale.

Souvent il est difficile à un observateur non averti de s'apercevoir au premier abord qu'une personne est atteinte de troubles psychiques ou de maladie psychique de façon importante.

Il n'y a pas nécessairement de manifestation visible, mais les capacités relationnelles de la personne ainsi touchée sont considérablement perturbées et une des conséquences majeures est la tendance à l'isolement de cette personne.

Ces difficultés relationnelles liées à la grande variabilité propre à la maladie font que l'accompagnement est souvent difficile car la famille et les amis doivent s'ajuster sans cesse à l'état psychique de la personne au moment présent. C'est là un exercice épuisant mais pourtant nécessaire pour les accompagnateurs qui doivent suivre la personne en difficulté. A tout cela s'ajoutent les problèmes matériels, tels que l'hébergement, le travail, les activités, souvent les démarches de mise sous protection juridique et d'allocation adulte handicapée.

ANNEXE 2

Relais Lumière Espérance

Les difficultés relationnelles liées à la grande variabilité propre à la maladie font que l'accompagnement est souvent difficile et risque de mettre en péril la vie familiale et / ou conjugale, car il doit s'ajuster sans cesse à l'état psychique de la personne au moment présent. C'est là un exercice épuisant mais pourtant nécessaire pour les accompagnateurs qui doivent suivre la personne en difficulté :

- pour son hébergement rendu difficile par la nécessité de ne pas renforcer son isolement
- pour qu'elle puisse avoir des occupations et arriver peut-être à s'insérer dans le monde du travail.

Dans beaucoup de cas, la personne handicapée psychique n'a pas d'activité professionnelle et est logée dans la famille.

Plusieurs associations – laïques pour la plupart (l'UNAFAM étant la plus connue) – accompagnent l'entourage - le plus souvent la famille - pour le conseiller, le renseigner et le soutenir.

Relais Lumière Espérance est un mouvement chrétien, créé il y a une vingtaine d'années, qui appartient au réseau de l'OCH (Office Chrétien des Handicapés) dont le directeur est vice-président de droit du mouvement.

Les missions de Relais sont :

- se sentir immédiatement accueilli, compris et soutenu
- briser la solitude
- partager les angoisses, les souffrances, les attentes dans une écoute sans jugement, source d'une amitié vraie et profonde
- découvrir les signes d'Espérance, parfois ténus, jalonnant une route souvent longue et douloureuse
- recevoir la parole de Dieu à travers ce que nous vivons
- reconnaître peu à peu Jésus-Christ présent au cœur de la détresse
- changer son regard et ouvrir son cœur.

Relais est un mouvement national qui compte plus de 800 membres et 1500 sympathisants. C'est un réseau de groupes d'amitié où se vivent l'accueil, l'écoute dans le respect de chacun, le partage des souffrances et des joies dans une grande confidentialité. Monseigneur Michel Guyard, évêque émérite du Havre, est le conseiller spirituel national, membre de droit du conseil d'administration.

Chaque groupe bénéficie d'un conseiller spirituel (prêtre, diacre, religieux ou laïc formé). Les rencontres des groupes comportent : un temps de témoignages des participants, un temps de lecture de la parole de Dieu suivi d'une réflexion éclairée par le conseiller spirituel et suivi d'un partage. Un temps de convivialité ponctue la réunion.

ANNEXE 3

La maladie psychique : une épreuve pour tous !

Troubles bipolaires, schizophrénie, paranoïa, psychose ..., des mots que nous n'osons pas prononcer, que nous ne voulons pas entendre. Et pourtant, les maux qu'ils désignent sont aussi répandus que le cancer ou le diabète.

Le cours des maladies psychiques est imprévisible. Ceux qui en sont atteints ont du mal à accepter les soins nécessaires ; leur humeur, trop changeante, les isole ; leur comportement, instable, limite leur capacité à s'insérer dans la vie sociale et professionnelle. Plus que tout, ils souffrent et – bien involontairement – ils font souffrir ceux qui les entourent.

Vous, qui avez un proche (enfant, parent, conjoint, frère, sœur, ami) atteint par ce mal,
Vous, qui connaissez la détresse dans laquelle la maladie psychique peut plonger toute une famille,

Vous, qui êtes confrontés à l'incompréhensible et souvent à l'incompréhension de votre entourage,

Vous, qui vous révoltez contre ce *Dieu qui peut permettre de telles souffrances*,

Vous, qui avez la foi en Jésus-Christ et cherchez du soutien auprès de Lui.

Rejoignez nous !

Nous sommes nombreux à vivre cette épreuve. Nous pouvons nous rencontrer, partager nos angoisses et nos attentes ; nous pouvons découvrir des signes d'espérance, si ténus soient-ils ; nous pouvons ouvrir nos cœurs à la Parole de Dieu ; nous pouvons prier ensemble.

Relais Lumière Espérance est un réseau national reliant des groupes d'amitié où se vivent l'accueil et l'écoute dans le respect de tous, où se partagent les souffrances, les joies et la prière de chacun dans une grande confidentialité. Un groupe existe près de chez vous, n'hésitez pas à vous informer en laissant un message sur notre boîte vocale 01.44.49.07.17, 01.44.49.07.17, en consultant notre site internet www.relaislumiereesperance.fr ou en envoyant un message contact contact@relaislumiereesperance.fr

ANNEXE 4

Proposition pour une annonce à la fin de la messe

Je m'appelle (*prénom et nom*)

Merci à

Je viens vous présenter

Relais Lumière Espérance

Rencontre chrétienne de familles et amis de personnes souffrant de maladie psychique
(troubles bipolaires, schizophrénie, toc, etc.)

Pour vous :

Père, mère
Conjoint
Frère, sœur
Fille, fils
Ami
d'une personne souffrant de troubles psychiques

- Vous, qui souffrez de l'état psychique d'un proche
- Vous, qui connaissez la détresse dans laquelle la maladie psychique peut plonger une famille
- Vous, que les difficultés d'un proche replient peu à peu dans l'isolement
- Vous, qui, enracinés dans la foi en Jésus-Christ, vous interrogez sur le sens de cette épreuve

Rejoignez nous !

Relais Lumière Espérance vous propose, dans la plus grande confidentialité, des groupes pour :

- Faire une halte
- Se rencontrer
- Prier ensemble
- Reprendre des forces

Je me tiendrai à votre disposition à la sortie de la messe.