



# Transversalité et pair aideance

- Mr Romain Lagarde – MSP SAMSAH Ch Jonzac
- Mr Didier Mauléon – Membre du bureau du GEM Atlantique de Royan

Journée de Réhabilitation de la zone sud de la NA –  
18/11/2021



Aider une personne en santé mentale, c'est penser qu'une personne en difficulté peut se rétablir

# Aider un pair en santé mentale, c'est chercher à mettre le doigt sur la mobilisation des ressources de la personne accompagnée

Au cours de notre parcours de vie, nous avons tous sollicité en nous des compétences, si celles-ci ont été acquises, il est toujours possible de les remobiliser.

C'est sur cette base que les personnes vont pouvoir dessiner un parcours de rétablissement qui leur est propre.

# Aider un pair en santé mentale, c'est mobiliser sa propre expérience de la difficulté par l'exemple

## Le savoir expérientiel

Les personnes ayant un trouble psychique, ont des capacités d'adaptation qu'il est nécessaire de solliciter régulièrement. C'est par l'expérience, le vécu que nous pouvons acquérir ces compétences et surtout de la confiance en soi.



# Aider un pair en santé mentale, c'est donner l'espoir d'un rétablissement

Cet espoir passe par une conscience de ses troubles en terme de possibilité de gestion et de reprise de contrôle. Ca passe également par une reprise de confiance en soi. La confiance en soi s'acquiert tous les jours. Au SAMSAH, cela passe par des mises en situation des usagers: aider à prendre les transport en commun, aider à se repérer dans l'espace, demander un renseignement, s'adapter à son environnement



**GEM DE ROYAN**

# Se rétablir

*La pair aideance par l'ouvertures de portes et  
le partage de mes compétences*

Expression écrite, orale, artistique

*C'est un espace de liberté*

# Se rétablir



*Ateliers où on retrouve un bout de feuille blanche*

Espace de liberté

*Se réécrire pour être soi-même, retourner  
en enfance et à l'émerveillement*

*Intérêts, nouvelles perspectives,  
nouvelles passions*

# Se rétablir

*C'est déconstruire des représentations*

*Ne pas coller à un modèle social*

**Penser par soi-même**

*Se penser différemment*

*Acceptation de soi et de l'autre*

*Tout ce que j'ai appris je l'ai dégueulé pour en faire quelque chose de constructif avec les autres*

# Se rétablir

*La pair aidance c'est permettre de se retrouver soi*

Se donner du temps

*Du temps pour se reconstruire*

*Pas perdre son temps*

# Se rétablir

*Faire des choses ensemble, en dehors du G.E.M*

Créer du lien entre les personnes

*Lieux de rencontres, de vie*

*En autonomie, avec bienveillance*

# Se rétablir



*Un échange entre les adhérents*

*Désapprendre le superficiel et  
la culture du donnant-donnant*

Partage

*Bulle où prendre des forces*

*Humain, authentique, sans jugement  
et sans obligation*

# Se rétablir

*Savoir ce qu'on peut et ne peut pas faire*

*Je ne veux rien imposer*

**Savoir expérientiel comme outil ?**

*Je ne cherche pas à aider les autres et je n'attends rien en retour, je me contente d'être moi-même*

*Quand on a été au fond du trou, on sait si quelqu'un l'est aussi et je me protège*

# Autour du rétablissement

*Donner l'exemple*

*Ne pas être un poids pour les autres*

**S'aider soi-même c'est aussi aider les autres**

*Le fait d'aider les autres participe à mon rétablissement*

# Se rétablir

## (l'auteur)

Entre deux toiles qu'il expose ici et là, ce passionné du travail de Francis Bacon et de Vincent Van Gogh fixe sur des supports argentiques (et ensuite numériques) ses émotions du moment. À la fin des années 1990, Paul Accattone se reconvertisse en intégrant l'école d'assistants réalisateurs de Bordeaux. Après plusieurs petits boulots, il devient photographe d'une collectivité territoriale dans le Sud de la France pendant dix ans. Maintenant, il écrit des recueils de poésies, dessine sur l'actualité et expose ses clichés en noir et blanc dans des lieux culturels comme les médiathèques.



## Extrait

Quand le cœur en toi n'est qu'un étranger aux pieds nus, un pauvre paria glacé par les basses températures de l'hiver glacial, alors ta vie est carrément un cauchemar, le pire de tous.

18,00 € | France



*Atramenta*  
www.atramenta.net

LA SOCIÉTÉ DES RECALÉS

Paul Accattone



Paul Accattone

## LA SOCIÉTÉ DES RECALÉS



*Atramenta*