

Les proches sont bons pour la tête

ALEXANDRE BARDET

Le rôle de l'entourage est important dans l'accompagnement des personnes souffrant de troubles du mental. Ce message a été délivré hier par l'Association neuchâteloise d'accueil et d'action psychiatrique (Anaap) et la Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique (Coraasp).

Célébrée aujourd'hui dans le canton de Neuchâtel et demain à Lausanne, la Journée mondiale de la santé mentale est dédiée au thème «Avoir des amis et une famille, c'est bon pour la santé!»

«Le rétablissement d'une personne atteinte de souffrances psychiques, ce n'est pas seulement un suivi médical et des médicaments, ni seulement une intégration dans le monde du travail, ni seulement le travail des professionnels de la santé», a affirmé l'assistante sociale neuchâteloise Florence Nater, directrice de la Coraasp «C'est aussi la participation de chaque citoyen.»

L'affaire de tous

Ainsi, tout un chacun est invité à prendre soin de sa propre santé psychique. Ensuite, même si c'est parfois plus facile à dire qu'à faire, une personne affectée est encouragée à rester en contact avec son entourage. Des proches dont l'existence et la présence doivent être mieux prises en compte, notamment par les meilleurs traitements.

La nécessité d'un meilleur dialogue entre le patient, son entourage et le monde médico-social est déjà pris en compte par les associations de terrain, a souligné Nadia Nicoli, psychologue et coordinatrice de l'Anaap. Elle est désormais officialisée dans une «Charte pour un partenariat entre les acteurs du domaine de la santé mentale».

Un exemplaire de ce document élaboré à l'échelon romand a été remis hier au conseiller d'Etat neuchâtelois Laurent Kurth.

«Cette prise en compte de l'encadrement familial et amical s'inscrit parfaitement dans le Plan d'action pour la santé mentale approuvé en



Les personnes atteintes dans leur santé psychique sont encouragées à éviter l'isolement. En parallèle, l'importance de l'encadrement joué par leurs proches doit être mieux reconnue par les partenaires médico-sociaux. ARCHIVES DAVID MARCHON

mars par le gouvernement», a commenté le ministre de la Santé. «L'objectif est de promouvoir la santé psychique au sein de la société, ainsi que de protéger et de rétablir les personnes souffrantes.»

L'homme et l'animal

L'encadrement par les proches permet non seulement de réduire les coûts de la santé publique, mais il participe surtout à une prise de responsabilité et à des gestes de solidarité au sein de la communauté. D'autant plus que le phénomène est loin d'être banal: en Suisse, une personne sur deux est touchée dans sa santé psychique au cours de sa vie, une sur six de façon grave. La moyenne neuchâteloise est encore plus élevée.

Pour transmettre ces messages, des membres de l'Anaap iront à la rencontre de Monsieur et Madame-tout-le-monde ce midi dans les restaurants La

Bonne Franquette, à Neuchâtel, l'ABC, à La Chaux-de-Fonds, et Fun Pizza, à Fleurier. Ces établissements publics, situés à proximité des centres d'accueil de l'Anaap, qui avance «pas à pas», pourraient être rejoints par d'autres partenaires ces prochaines années.

Quant à la Coraasp, elle organise une cérémonie ouverte au public, demain après-midi au casino de Montbenon, à Lausanne. Avec notamment une exposition intitulée «Mon meilleur ami».

«Après avoir demandé aux membres des associations d'ac-

cueil psychiatrique d'envoyer une photo de leur meilleur compagnon, nous avons été impressionnés par le nombre de portraits de chiens et de chats que nous avons reçus», commente Florence Nater. «Ça dit probablement quelque chose sur notre société, sur l'isolement de certaines personnes.»

Le témoignage d'un papa démuni

«Je suis le père d'un enfant, aujourd'hui âgé de 21 ans, dont la santé avait soudainement viré, au cours de son adolescence, de la pleine forme à de fortes déficiences mentales. Incapable d'aller à l'école, il était figé dans son lit par des crises d'angoisse», témoigne Marcel Carrard, membre de l'Anaap. Se succèdent alors des appels à des médecins généralistes, pas forcément habitués aux troubles de la santé mentale, puis à d'autres professionnels. L'adolescent passe trois semaines à l'hôpital, où il arrive à se maîtriser, mais, de retour à la maison, les crises reprennent.

«Une telle situation est difficile à gérer pour les parents. Nous nous sentons isolés, on finit par tomber malades et par suivre une thérapie comportementale», poursuit le papa.

Aujourd'hui, au sein de l'Anaap, il a trouvé à discuter avec des personnes dans la même situation et avec des partenaires médico-sociaux. Et se réjouit de voir ce dialogue officialisé. «La Charte pour un partenariat entre les acteurs du domaine de la santé mentale reconnaît le drame vécu par les proches et l'importance de leur rôle.»