

Tour d'horizon des projets soutenus

Parler pour se sentir mieux



Couvrant la Corrèze, la Haute-Vienne et la Creuse, le Centre Écoute & Soutien vient en aide aux personnes en situation de mal-être. Présentation avec son directeur, Éric Gras.



Éric Gras
directeur du Centre
Écoute & Soutien

La population souffre-t-elle aujourd'hui davantage de mal-être ?

Depuis la crise sanitaire liée à la Covid-19, notre activité augmente chaque année de 15 %. Cela s'explique non pas par une hausse du nombre de personnes souffrant d'une maladie psychique, qui reste stable, mais par l'état général de nos relations sociales.

On constate, en effet, de plus en plus d'isolement, d'anxiété, d'insécurité affective et de souffrance au travail.

Quelles en sont les raisons ?

Notre cerveau fonctionne comme notre corps : quand on le pousse trop, il lâche. De temps en temps, il est nécessaire d'appuyer sur le bouton "pause". Or, dans nos vies, il y a de moins en moins d'instant de répit où l'on prend du recul. De plus, on a tendance à se fixer des objectifs trop importants, qui font naître un sentiment d'échec quand on ne les atteint pas.

Votre action repose sur de l'écoute téléphonique ou physique. Comment abordez-vous les échanges avec les personnes en souffrance ?

Nos écoutantes professionnelles les accueillent avec ou sans rendez-vous. Elles font preuve d'une grande empathie. À partir d'elles, les personnes se sentent en sécurité, savent qu'elles peuvent se livrer sans crainte d'être jugées. Le fait de parler, c'est un premier pas vers le mieux-être.

Vers quel accompagnement ces entretiens peuvent-ils déboucher ?

Très souvent, les personnes vont se sentir mieux après nos simples instants d'écoute. Mais il arrive qu'il faille en orienter certaines, avec leur accord, vers des médecins ou des psychologues cliniciens pour des thérapies brèves. Nous proposons également des ateliers qui ont pour but de recréer du lien social.

Vous menez aussi des actions de prévention.

En effet, nous coordonnons, à l'échelle territoriale, la stratégie nationale de prévention du suicide du ministère de la Santé. À ce titre, nous menons des actions de prévention en lien avec les services de la MSA (la Sécurité sociale agricole), les conseils départementaux, les mairies, l'ARS (agence régionale de santé)...

Comment l'ADPS vous est-elle venue en aide ?

Nous avons développé une formation sur la santé mentale, complémentaire au programme de la stratégie nationale de prévention du suicide et à la formation Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM). Destinée au grand public et aux bénévoles des associations, elle apprend les bases de l'écoute active et de l'entretien motivationnel. L'aide de l'ADPS nous a permis de bâtir cette formation, qui est en place depuis février dernier. ■

PLUS D'INFORMATIONS SUR
WWW.ECOUTEETSOUTIEN.FR



par l'ADPS

L'ADPS accompagne de nombreux projets sociaux et solidaires. Échos Santé vous fait découvrir quelques-uns de ces projets.

L'inclusion par le numérique



Avec l'aide de l'ADPS, l'association des Œuvres de Pen-Bron s'est équipée de cinq tablettes Amikeo favorisant l'apprentissage et l'autonomie des personnes atteintes de déficience intellectuelle.

Avec de l'imagination, le numérique peut représenter un véritable atout pour l'inclusion ! C'est ce que démontrent l'institut médicoéducatif (IME) et le service d'éducation spéciale et de soins à domicile (SESSAD) de Varades, en Loire-Atlantique.

Avec le soutien financier de l'ADPS, ces deux structures gérées par l'association des Œuvres de Pen-Bron, qui ont en charge une soixantaine de jeunes, se sont dotées récemment de cinq tablettes Amikeo, dont la particularité est de favoriser l'autonomie et l'apprentissage des personnes atteintes d'un handicap mental, de troubles de l'apprentissage ou du spectre de l'autisme (TSA).

Une communication alternative et augmentée

« Il s'agit d'un outil de compensation qui permet de développer une communication alternative et augmentée, explique Stéphanie Planchenault-Beucher, la responsable de service. Les enfants dont nous nous occupons ne communiquent pas facilement, voire pas du tout. Grâce à cette tablette, ils peuvent connaître le séquençage d'une tâche. Ils apprennent ainsi à se laver les dents tout seuls, à comprendre les émotions de leur entourage, à identifier et désigner les parties de leur corps où ils ont mal, etc. Pour résumer, c'est un outil qui leur permet de communiquer avec autrui, mais aussi de gagner en autonomie. »

Quatre de ces tablettes Amikeo ont été remises à des jeunes pour un usage individuel, tandis que la cinquième est utilisée de manière collective. Au préalable, une dizaine de professionnels de l'IME et du SESSAD ont reçu une formation pour apprendre à maîtriser l'outil et accompagner les utilisateurs dans sa prise en main.

Une efficacité avérée

« L'idée est que les familles déposent un dossier à la Maison Départementale des Personnes Handicapées et s'équipent à leur tour d'une tablette pour leur enfant, remarque Stéphanie

Planchenault-Beucher. Les données de celle que nous lui avons remise seront transférées dessus, et nous pourrons alors récupérer le matériel pour en faire bénéficier d'autres jeunes de l'IME et du SESSAD. »

Mises en service au printemps, les cinq tablettes permettent des progrès dans la communication entre les jeunes et les éducateurs. Pour Stéphanie Planchenault-Beucher, c'est un début plein d'espoir : « Pour répondre aux importants besoins de nos établissements, nous prévoyons d'acquérir prochainement 13 tablettes de groupe et 8 tablettes individuelles », conclut-elle. ■

POUR EN SAVOIR PLUS :
WWW.ASSOCIATION-PENBRON.FR



Le bénévolat, pourquoi pas vous ?

Les bénévoles de l'ADPS ont tous un point commun : l'envie de s'engager. Si, comme eux, vous souhaitez donner un peu de votre temps pour contribuer à des actions sociales et solidaires ou à des actions de prévention santé, rejoignez l'ADPS et profitez de sa dynamique de groupe. Vous pourrez soutenir les projets sociaux de nombreuses associations locales et participer à la vie de l'ADPS.



Contactez la délégation ADPS de votre région ou envoyez un e-mail à adps@allianz.fr