CENTRE SOCIAL SPÉCIALISÉ RECHERCHE & RENCONTRES

Lutte contre l'Isolement, promotion de la Santé Psychique et prévention du Risque Suicidaire

Rapport d'activité 2020

23 rue Adolphe Moitié | 44000 Nantes
02 40 08 08 10 | www.recherche-et-rencontres-nantes.org

Contenu

Le mot du Directeur 2
Présentation de l'association 5
L'équipe 6
Le Conseil d'Administration 6
Les bénévoles 7
Les animateurs 7
Les salariés 8
Organisation et fonctionnement face à la crise sanitaire 9
L'accueil 10
L'Accueil, les chiffres 11
L'accompagnement individuel 12
L'accompagnement individuel, les chiffres 14
Les groupes d'expression 16
Les groupes d'expression, les chiffres 18
Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche 20
Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche, les chiffres 21
Les mesures d'Accompagnement Social Intensif de Proximité (ASIP) 23
Les mesures ASIP, les chiffres 25
Plaquette 2020 des propositions d'accompagnements ASIP : 27
Les actions de promotion de la santé psychique 28
Les actions de promotion de la santé psychique auprès des jeunes 29
Les actions de prévention auprès des jeunes, les chiffres 30
Les actions de prévention auprès des seniors 34
Les actions de prévention auprès des seniors, les chiffres 35
Les actions auprès des professionnels 37
Accompagnement d'équipes 37
Actions avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) 44-85 39
Actions de Réseau et de partenariats : 41
Le Centre dans la presse 41
Le Groupe Entraide Loisirs (GEL) 43
Le GEL, les chiffres 45
Perspectives pour le groupe: 46
Conclusion 47

Le mot du Directeur

Si je devais choisir un mot pour résumer cette année 2020, ce serait adaptation. Selon la définition du Robert, s'adapter s'est « se mettre en harmonie avec les circonstances, le milieu », « être souple, s'accommoder des circonstances ».

S'adapter vient du mot latin « adaptare » qui signifie s'ajuster, lui-même issu de la racine « aptus » qui signifie être apte, être de nouveau fonctionnel.

C'est exactement ce que nous avons collectivement et mondialement essayé de faire, tout au long de ces derniers mois, nous adapter, pour trouver les ressources, les stratégies et l'énergie, pour redevenir fonctionnels.

Après une phase de sidération, naturelle, protectrice et souvent salutaire, c'est donc du côté du mouvement, de la nouveauté et de l'innovation que s'est porté notre regard.

En quelques jours, il nous a fallu faire le point sur l'essence de notre action et faire le deuil d'un dispositif global, individuel et collectif, pour concentrer nos énergies sur les accompagnements individuels. Le tout en innovant dans nos modes d'intervention et transférer une activité basée sur l'accueil, la permanence, la présence, la relation interhumaine, l'interaction à une modalité à distance et téléphonique.

Tout ceci en prenant le plus grand soin et la plus grande attention pour protéger nos équipes et pour poursuivre notre action d'accompagnement qui prenait plus que jamais son sens dans cette période de restriction des liens, de distanciation, d'inquiétude, de peur, d'incertitude et d'incompréhension.

Pour tout cela, je tiens à remercier l'ensemble de l'équipe et le Conseil d'Administration.

Merci également pour votre implication, votre abnégation, votre présence, votre soutien et pour la qualité du travail que nous avons collectivement mené au cours de cette année si particulière.

Je pense que nous avons su faire face et proposer des réponses de qualité aux besoins des personnes qui nous ont sollicitées.

La clé de cette énergie réside dans une expertise et un savoir-faire qui sont inscrits de longue date dans les gènes de notre association et dans une science du collectif qui nous assure une dynamique perpétuelle.

C'est dans ce mouvement que nous avons également vu aboutir cette année, la rénovation de notre projet associatif pour la période 2020-2024, après plus de deux années d'évaluation et de réflexions.
Ce travail participatif, nous offre une feuille de route claire pour les années à venir, autour de 6 axes :

- Améliorer de manière continue la qualité de l'accueil et de l'accompagnement du public et de la diversité de notre offre
- Adapter l'organisation pour une meilleure efficacité collective.
- Promouvoir le partenariat, développer et élargir encore les liens et les réseaux
- Développer la communication externe et retravailler l'image de l'association
- Formaliser et valoriser nos méthodes d'intervention en promotion de la santé psychique et de formation
- Développer vers de nouveaux secteurs, nos interventions en promotion de la santé psychique et de formation

Sur la base de cette réalisation, nous avons déjà acté un changement de nom et d'identité visuelle de l'association, cette démarche sera finalisée au premier semestre 2021. Cette étape importante est un marqueur fort de notre volonté de nous adapter et de valoriser notre action. Après 37 ans l'association Centre Social Spécialisé Recherche et Rencontres va donc changer de dénomination, à la suite d'une démarche, qui a laissé une fois encore, toute sa place au collectif et là la dimension participative.

Mais cette année a également vu d'autres changements dans nos organisations avec la confirmation de la fin de la gestion du Groupe Entraide Mutuel GEL Envie, après plus de 15 ans. Cette arrêt, programmé depuis presque deux ans, s'est fait dans des conditions particulières du fait du contexte, mais avec beaucoup d'apaisement et d'envie de construction de nouvelle instances, et ce grâce à sa préparation et de son anticipation.

Je tenais également à profiter de ce Rapport d'Activité pour remercier l'ensemble de nos principaux partenaires financiers, et particulièrement l'Agence Régionale de Santé des Pays de la Loire avec qui nous venons de re-signer un Contrat Pluriannuel d'Objectifs et de Moyen 2020-2023, le Conseil Départementale de Loire Atlantique qui nous soutient depuis plus de 30 ans, la Maire de Nantes et la MSA 44-85. La confiance renouvelée au long de ces années, nous permet de poursuivre nos actions, de les adapter et de les développer.

Face à l'adversité et à la complexité, l'expérience, la confiance et le groupe sont des atouts majeurs dont nous avons su jouer. Malgré les contraintes, nous avons maintenu, renouvelé et rénové nos actions et nos organisations.

C'est avec cet élan que nous continuons de proposer des réponses, une qualité d'écoute et une dynamique de création de lien, pour permettre à chacun de prendre au mieux soin de sa santé psychique. Et cette année nous montré combien cela était essentiel.

Guillaume BAUDOUIN

Présentation de l'association

Le Centre Social Spécialisé Recherche et Rencontres, est une association Loi 1901, déclarée en Préfecture de Loire Atlantique le 11 janvier 1983.

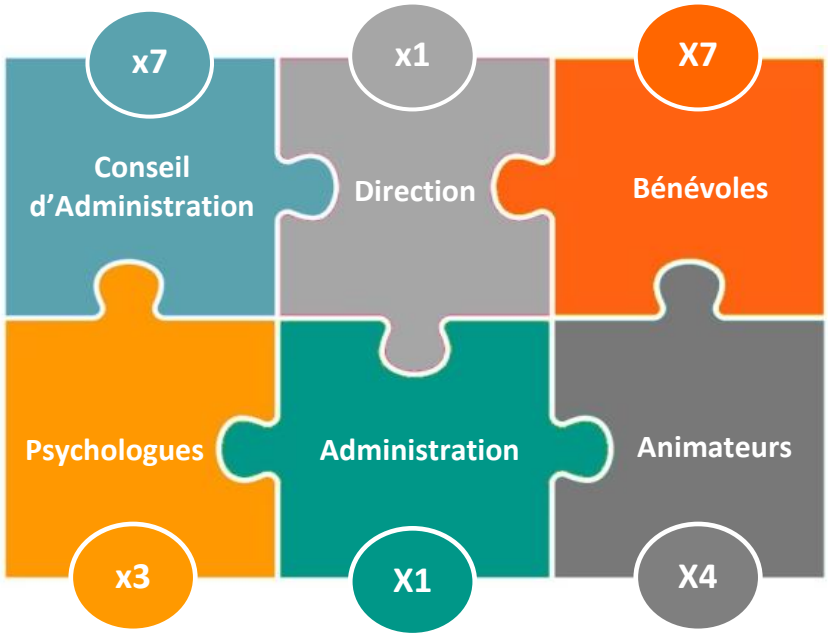
Depuis plus de 35 ans, l'association accueille dans ses locaux, tout public adulte souffrant d'isolement, en situation de souffrance psychique et œuvre à l'accompagnement au mieux-être, à la prévention du mal-être et du risque suicidaire.

Le Centre développe également différentes propositions d'actions de promotion de la santé psychique à destination des jeunes, des seniors et des professionnels salariés et bénévoles.

Notre association est l'un des membres fondateurs de la Fédération Européenne des Associations Luttant contre l'Isolement et pour la Prévention du Suicide (FEALIPS : http://fealips.org) et du RÉseau de Prévention Et de REcherche et le Suicide de Loire Atlantique (REPERES 44 : http://www.reperes44.org)

Cette année encore, nous avons reçu le soutien financier de nombreux partenaires et nous les en remercions.

L'équipe



Le Conseil d'Administration

Le Conseil d'Administration est composé de sept membres, il s'est réuni six fois au cours de l'année 2020, en présentiel et en visioconférences.

Les principales réflexions qui ont occupé le Conseil d'Administration cette année, ont bien évidemment été centrées autour de notre organisation dans la gestion et l'adaptation au contexte sanitaire.

Le CA a été particulièrement vigilent au maintien le plus large possible de nos actions dans les meilleures conditions qui soient et dans le respect des différents protocoles sanitaires, pour les équipes du Centre et les personnes qui y participent.

Les chantiers engagés se sont également poursuivis : la finalisation de notre projet associatif 2020-2025, le changement de nom de l'association, la dynamique d'équipe, la valorisation du bénévolat au sein de la structure, la réorganisation de l'Accueil et la fin de la gestion du Groupe Entraide Mutuel (GEM) : Groupe Entraide Mutuelle GEL Envie (GEL Envie).

Les bénévoles

Les accueillants bénévoles sont la porte d'entrée de l'association et au cœur de l'action du Centre Social Spécialisé. Ils sont le premier contact de tous les usagers. Chaque accueillant assure généralement une permanence par semaine au cours de laquelle ses tâches alternent entre accueil des personnes qui se présentent au Centre, écoute bienveillante, suivi des agendas et réponse aux appels téléphoniques.

Cette gymnastique singulière caractérise la mission des bénévoles de l'Accueil où chaque permanence est différente. Cet investissement est également complété par deux réunions mensuelles : une supervision avec une psychologue extérieure au Centre et une réunion d'organisation et de gestion du fonctionnement d'équipe avec les salariés.

Les animateurs

Nous travaillons avec une équipe de quatre animateurs pour nos groupes d'expression. Ils accompagnent de façon hebdomadaire les usagers dans leur expression et leur créativité. Ils s'assurent de mettre en place un cadre sécurisant pour le groupe et ils favorisent la création de liens entre les participants.

Les animateurs participent une fois par mois à une réunion d'équipe ainsi qu'à une supervision avec un psychologue du Centre de Formation FORSYFA.

A partir du mois de septembre, nous avons dû mettre fin à un des groupes et réorganiser les autres comme nous le verrons dans la partie qui leur est consacrée.

La fin du groupe Conscience Corporelle a signifié la fin de notre collaboration avec Thierry FORET qui l'animait depuis 10 ans. Merci à lui pour ces années de partage d'expériences, merci pour sa pertinence, son regard, la qualité de ses analyses, sa bienveillance et son humanité.

Les salariés

L'équipe salariée se compose d'un directeur, de trois psychologues et d'une assistante administrative et comptable. Tous ces professionnels sont à temps partiels. Cette année aucun mouvement n'est à souligner dans l'équipe.

Organisation et fonctionnement face à la crise sanitaire

Comme pour chacun d'entre nous cette année particulière à mise à l'épreuve nos capacités à nous adapter et à innover rapidement.

Entre janvier et mars, le fonctionnement du Centre a été normal, avec néanmoins une montée progressive des inquiétudes des personnes accompagnées face aux diverses interrogations suscitées par l'arrivé de ce virus inconnu.

A partir de la mi-mars et du premier confinement, nous avons dû en quelques jours repenser nos modalités d'accompagnement. L'accueil du public dans nos locaux s'est arrêté afin de respecter les mesures sanitaires de freinage de la pandémie. Les accompagnements ne se sont pas pour autant arrêtés. Les psychologues ont poursuivi les entretiens réguliers par téléphone, afin de maintenir le lien et de continuer à proposer des temps d'écoute dans cette période pleine d'incertitude. En revanche, les groupes et la grande majorité des actions extérieures de promotion de la santé psychique ont été suspendues.

A partir du 14 mai nous avons mis en place un protocole de déconfinement, adossé à la règlementation en matière d'accueil du public et de respect des mesures de protection pour le personnel et des gestes barrières. Nous sommes même allés au-delà des mesures gouvernementales en imposant le port de maque pour toutes les personnes dans l'ensemble de nos locaux. Nous avons investi dans un stock de masques chirurgicaux afin de pouvoir en proposer systématiquement. Les accompagnements individuels et les groupes d'expression ont progressivement repris au cours de la deuxième quinzaine de mai et les accueils sans rendez-vous à partir de début juin.

Une partie des actions extérieures qui avait été annulées à partir de mars ont été reportées et ont pu se mettre en place à la sortie de ce premier confinement.

Le Centre a donc repris une activité presque normale du mois de juin au mois de novembre.

Avec le second confinement, nous avons une nouvelle fois été contraints de ne plus accueillir de public dans nos locaux et cette restriction n'a pu être levée en décembre et ce malgré des demandes répétées en préfecture. Les entretiens par téléphone se sont donc remis en place selon les mêmes modalités que lors du premier confinement. Concernant nos actions extérieures, les règles plus souples des nouvelles mesures de restrictions, nous ont permis de poursuivre une partie de nos activités de formation et de sensibilisation à l'exception des actions en milieu scolaire.

L'accueil

La prise de contact, sur place ou par téléphone, est une étape essentielle du cheminement des personnes dans leur démarche d'accompagnement.

Ainsi, il est fondamental, pour nous, d'offrir à toute personne qui fait cette démarche un accueil et une écoute de qualité, cohérente avec ses besoins.

Ces permanences d'accueil sont assurées principalement par des bénévoles et occasionnellement par l'assistante administrative de l'association. Elles permettent de recevoir les usagers, nouveaux ou habitués, et de traiter leurs demandes individuellement, dans un espace rassurant et confortable.

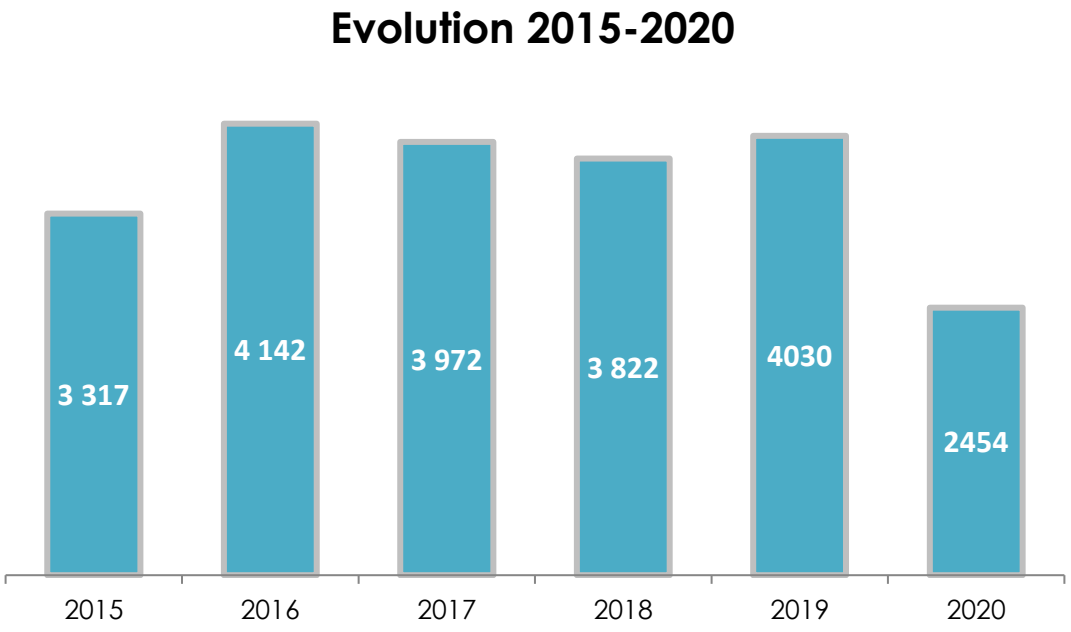
Le fait de travailler avec une équipe de bénévoles est une excellente opportunité pour enrichir notre offre d'écoute, la pluralité des profils, des horizons, des parcours professionnels et personnels est une richesse inestimable pour le Centre et les personnes que nous accompagnons.

Dans le cas d'une première rencontre, notre objectif est d'offrir une écoute bienveillante, d'accueillir les personnes et les paroles, sans jugement et de discerner avec elle, dans la mesure du possible, les besoins et les demandes.

Les personnes qui nous sollicitent sont également informées de nos propositions d'entretiens individuels et de groupes d'expression. Elles peuvent également être réorientées si nécessaire vers d'autres dispositifs d'accompagnement.
L'important pour nous est d'être clairs sur ce que nous pouvons faire et ne pas faire et de nous assurer autant que possible que cela a pu être entendu et compris.
Les personnes qui sont accompagnées par le Centre peuvent également solliciter l'accueil pour des temps d'écoute sans rendez-vous, lorsqu'ils en ressentent le besoin. Ces temps leur permettent de parler de leurs préoccupation du moment, de maintenir du lien social en venant nous rencontrer et pour certains d'avoir une motivation pour sortir de chez eux.

Les accueillants ont également la charge de la gestion des agendas des rendez-vous individuels et du standard téléphonique. Nous avons fait ce choix, car il y a dans ces différents actes administratifs une vraie plus-value apportée par nos bénévoles pour qui l'écoute est un savoir-faire.

L'Accueil, les chiffres



En 2020, sur seulement 7 mois d'ouverture, c'est sont donc 2454 actes d'Accueil qui ont été réalisés, ils se décomposent en 1177 appels téléphoniques, 299 visites hors rendez-vous, ces visites peuvent concerner de nouvelles personnes et des personnes suivies qui passent à l'accueil pour échanger, 605 consultations avec des psychologues et 373 accueils pour des personnes qui participent à nos différentes propositions de groupes.

Comme nous l'avons évoqué les modalités de fonctionnement de notre espace d'Accueil libre et ouvert ont été fortement impactées par les différentes mesures sanitaires. Sur l'ensemble de l'année nous avons été contraints de fermer complètement presque 5 mois. Depuis juin 2020 et sa réouverture progressive l'accueil est ouvert seulement deux après-midi par semaine contre 4 habituellement, afin de prendre en compte les obligations sanitaires, la protection des bénévoles qui assurent ce temps d'écoute et leurs disponibilités dans ce contexte très particulier.

Malgré ces restrictions diverses, nous avons été surpris de constater que le volume des sollicitations est resté relativement élevé en 2020, si nous extrapolons les chiffres sur une année complète cela donnerait 4200 actes soit bien au-delà des chiffres des 5 dernières années.

Ce qui donne à cet outil de première ligne une valeur essentielle pour notre action et la réponse aux besoins des personnes qui nous sollicitent.

L'accompagnement individuel

Chaque personne accompagnée à l'association est suivie par l'une de nos psychologues. Dans un premier temps, le travail d'accompagnement démarre par une réflexion autour de la demande de la personne, à savoir ce qu'elle identifie comme ses difficultés, ses besoins et ce qu'elle pense trouver à l'association. Les psychologues sont amenées à vérifier l'adéquation de la demande avec nos propositions. Si besoin, une réorientation vers des dispositifs plus adaptés est proposée et soutenue jusqu'à son aboutissement.

Dans un second temps, des entretiens réguliers sont mis en place à une rythmicité qui est majoritairement mensuelle. Au vu des observations faites par les psychologues, la fréquence des entretiens est actuellement interrogée. L'objectif à court terme est de proposer un accompagnement le plus ajusté possible aux besoins de la personne et au contexte global, ce qui se traduirait par une fréquence de rendez-vous plus soutenue lors des moments de crise.

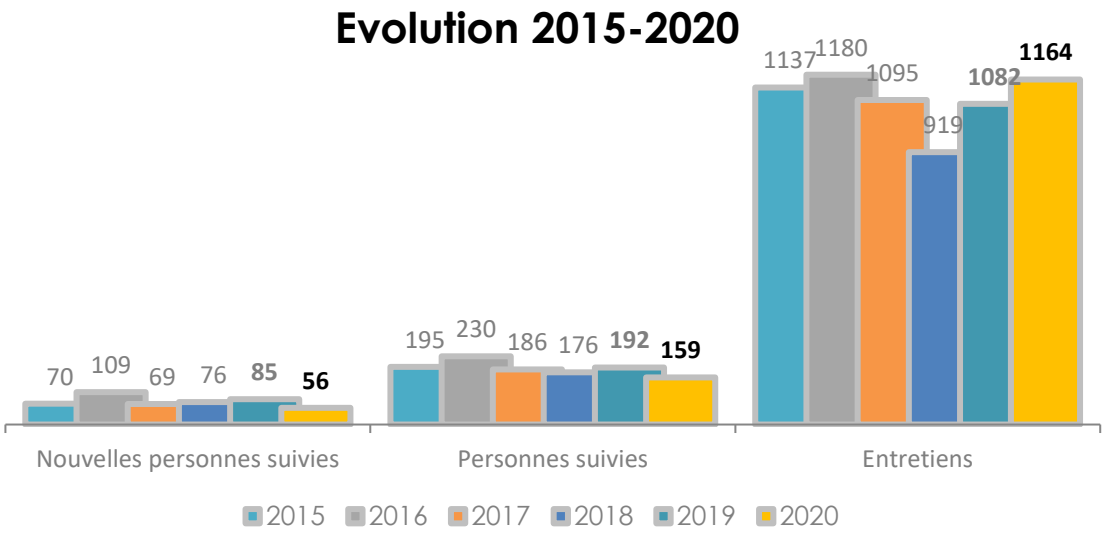
Les psychologues travaillent plus particulièrement autour de la confiance en soi, de l'estime de soi et de la relation aux autres, à la société dans son ensemble et soutiennent la capacité de développer et de maintenir des liens. En effet, les personnes rencontrées en consultation présentent un état de fragilité et de vulnérabilité du fait d'un parcours d'exclusion de la vie collective, professionnelle et relationnelle qui les amène à une forme de marginalisation. D'ailleurs, une attention particulière est portée par les psychologues à maintenir du lien avec des personnes qui seraient en difficulté pour sortir de chez elles et pour venir à l'association.

Ce qui fait commun c'est la souffrance psychique vécue par les personnes accompagnées. Cette souffrance plus ou moins aigüe peut aller jusqu'à la crise suicidaire et d'autres manifestations comme un passage à l'acte. Les entretiens avec les psychologues sont l'occasion d'élaborer autour de ce qui vient faire souffrance pour tendre vers l'apaisement. Avec certaines personnes, le psychologue va s'attacher à regarder leurs difficultés dans le quotidien et soutenir une réflexion autour de ces problématiques.

En plus de l'accompagnement individuel, certaines personnes formulent le souhait d'intégrer un des groupes d'expression de l'association. Le travail du psychologue sera d'identifier avec la personne ce qu'elle recherche puis de trouver la proposition la plus adaptée. Une fois l'entrée effectuée, les entretiens individuels permettent d'évoquer le vécu de la personne dans ce groupe, de regarder comment elle est en relation avec les autres participants ainsi qu'avec l'animateur. Ces temps permettent aussi de mettre en

lumière les apports de cette expérience collective et d'en dégager les ressources acquises afin que les personnes puissent les déployer dans d'autres situations du quotidien.

L'accompagnement individuel, les chiffres



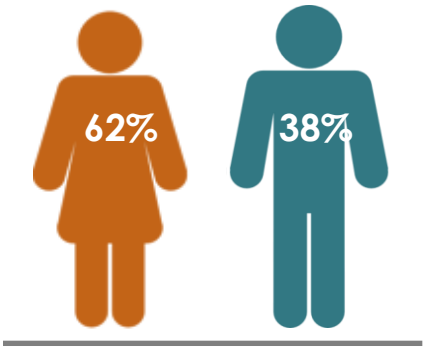
D'une manière générale les chiffres de cette année 2020 sont difficilement comparables à ceux des années précédentes, et ceux relatifs aux accompagnements individuels en sont la parfaite illustration.

Le nombre de nouvelles personnes suivies a naturellement baissé du fait des mois de fermeture et du temps d'accueil restreint. Si nous l'extrapolions sur une année complète il serait en revanche constant voire en légère augmentation, il se situerait aux alentours de 90. Pour ce qui est des personnes suivies ce chiffre est également stable car la différence entre les 192 personnes de 2019 et les 159 de 2020 se situe dans la différence du nombre de nouvelles personnes accompagnées.

Pour ce qui est du nombre d'entretiens les choses sont légèrement différentes. L'augmentation de 7% par rapport à 2019 et ce malgré les contraintes sanitaires et la baisse du nombre de personnes accompagnées est à mettre au crédit de l'adaptation de nos modalités d'accompagnement. Comme nous l'avons évoqué, en mars, avril, mai, novembre et décembre, notre équipe de psychologues a poursuivi ses accompagnements par téléphone.

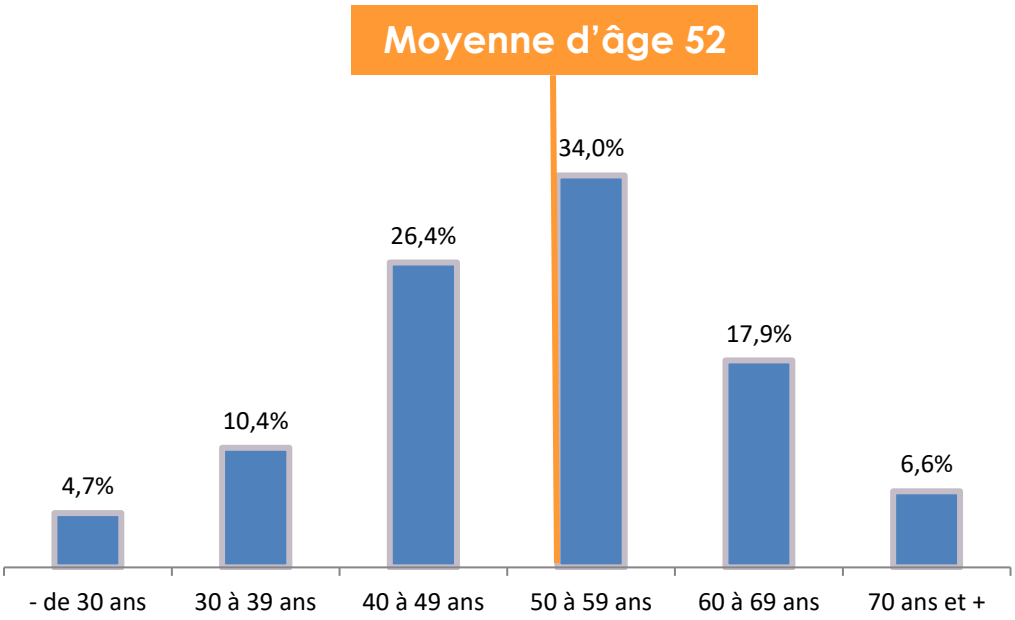
Face à l'évolution de la demande et à l'augmentation du besoin d'écoute dans cette période anxiogène, la fréquence des entretiens a été ajustée aux besoins des personnes. Elle est passée d'une fois par mois en général en présentiel, à une fois par semaine ou toutes les deux semaines par téléphone. Cette réponse adaptée a été saluée de manière unanime par les personnes accompagnée par l'association.

Répartition Femmes Hommes



La répartition sexuée de nos accompagnements a légèrement variée, avec une augmentation de de 2% du nombre d'homme, mais cela ne modifie pas significativement la proportion largement majoritaire du nombre de femmes. Cette réalité n'a que très peu évoluée au cours des 5 dernières années.

Moyenne d'âge 52



La répartition dans les classes d'âges a également peu évoluée par rapport à 2019. La seule donnée marquante est la baisse de 5% des moins de 30 ans ce qui a principalement eu pour effet d'augmenter la proportion des 50-59 ans.

Les groupes d'expression

Les personnes accompagnées individuellement par les psychologues peuvent donc intégrer, si elles le désirent, des propositions collectives que nous appelons groupes d'expression.

Ces propositions permettent aux personnes qui s'y inscrivent de pouvoir expérimenter dans un cadre sécure la rencontre avec l'autre et les relations qui en découlent. Ces petits collectif de huit à neuf personnes favorisent l'expression individuelle de chaque participant, permet d'expérimenter la sensation d'appartenir à un groupe et donc de se sentir reconnu, d'avoir une place.

Avec ces quatre groupes, nous offrons un panel diversifié, avec des approches complémentaires afin que chacun puisse trouver la médiation qui l'outillera dans son cheminement.

Dessin / Peinture

Quand on évoque le dessin ou la peinture, on entend souvent : « Je ne sais pas dessiner.» Dans ce groupe d'expression, pas besoin de « savoir-faire ».
Chacun s'exprime librement et à son rythme, tout en étant accompagné vers l'apprentissage des outils, pour apprivoiser le trait, les formes et les couleurs. La réussite est toujours au bout du chemin. Le travail individuel et la vie de groupe s'associent alors pour valoriser ses capacités dans un temps de convivialité et d'échanges.

Écriture

Ce groupe est un lieu d'expression et d'échange pour expérimenter simplement et librement le plaisir d'écrire. Écrire pour mettre des mots sur ce qui nous traverse et nous habite. Écrire pour découvrir ce qui parle en nous et dont on ignorait l'importance, la richesse et la force.
Écrire pour être là dans la présence, écrire pour donner, écrire pour partager. Écrire pour tracer un chemin et avancer vers soi-même et vers les autres.

Expression scénique

Ce groupe est un moyen d'expression où chacun est sa propre matière.
Cet outil créatif emprunte à l'art du théâtre ses techniques. A partir d'exercices sur la voix, la diction, le corps et l'espace, la concentration, l'observation, l'écoute, l'immédiateté, l'atelier propose d'explorer sa créativité, de développer sa subjectivité afin de se sentir

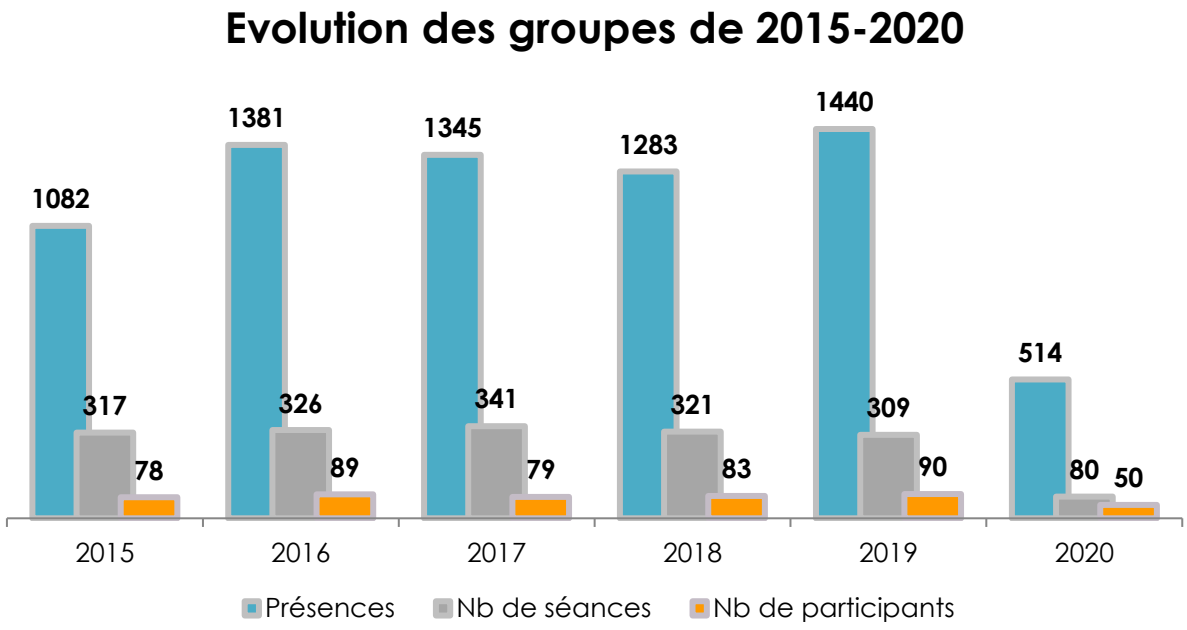
plus à l'aise dans sa relation à l'autre. A travers le regard collectif, l'expérience des autres, dans l'échange et le partage, une confiance en soi et en l'autre peut se retrouver.
Il s'agit d'une manière d'être curieux de soi et de l'autre - une expérience individuelle et collective.

Conscience Corporelle

Ce groupe propose la technique corporelle « Feldenkrais » basée sur une pédagogie qui permet de découvrir comment, à partir de mouvements faciles et inhabituels, chacun peut trouver une façon plus efficace pour soi d'être en mouvement dans la vie : marcher, se baisser, tourner la tête, etc. et aller ainsi vers un mieux-être au quotidien.
Mots clés : détente, écoute de soi, mobilité, équilibre, orientation du corps dans l'espace, appuis, articulations, coordination et souplesse.

Les groupes d'expression, les chiffres

	Nb de séances par semaine	Nb de séances en 2020	Nb de participants	Présences
Conscience corporelle	1	14	9	63
Dessin	2	27	11	159
Ecriture	2	20	23	217
Expression scénique	1	19	10	71
	6	**80**	**53**	**510**



Comme nous l'évoquions l'analyse de ces chiffres 2020 n'est pas évidente, car ils combinent les effets cumulés de la crise sanitaire et des modifications dans nos organisations.

Sur l'ensemble de l'année nous avons été en mesure d'accueillir des groupes seulement sur 7 mois, de janvier à mi-mars et de juin à octobre.

Par ailleurs, nous avons réduit le nombre de nos propositions afin de mettre en cohérence notre activité et la perte du financement pour la gestion du Groupe Entraide Mutuelle GEL'Envies à partir du mois de juillet.

C'est dons à regret que le groupe conscience corporelle a été supprimé et les autres groupes aménagés à partir du mois de septembre. Les deux groupes d'écriture sont devenus bimensuel et nous avons arrêté un groupe de dessin. Seul le groupe d'expression scénique n'a pas subi de modification.

Malgré cela, nous pouvons constater une forte demande pour ces propositions de groupes, car en extrapolant les chiffres de participants sur une année complète nous serions sur des niveaux comparables aux autres années.

Cette restructuration et les fermetures sanitaires ont fortement bouleversées nos organisations et fait ressortir de manière criante le besoin de ce type de propositions pour notre public.

Nous avons eu à cœur d'expliquer et de partager avec les personnes qui participent à ces groupes les raisons de ces changements, afin de les associer à la démarche et de limiter au maximum l'impact de ces choix, dans leur accompagnement.

Malgré cela, la réalité de ces suppressions et de cette baisse de notre offre collective n'a pas été sans effets surtout dans la période particulière que nous traversons depuis mars 2020.

Il est donc impératif que nous puissions être en mesure de maintenir l'existant et de trouver les ressources nécessaires au redémarrage de nouveaux groupes.

Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche

Depuis plus de vingt ans, le Centre propose cette modalité d'accompagnement afin d'offrir à tout adulte endeuillé suite au suicide d'un proche, la possibilité d'échanger avec d'autres personnes fragilisées par ce traumatisme, au sein d'un groupe de parole.

Il s'agit de groupes d'échange et de soutien mutuel rassemblant, sur inscription et engagement préalable, des personnes traversant cette épreuve complexe qu'est le suicide d'un proche.

Chaque groupe est composé d'une dizaine de personnes. L'accompagnement se déroule sur une année. Les six premiers mois, les rencontres sont bimensuelles, deux ou trois séances de reprises sont ensuite organisées dans les six mois suivants.

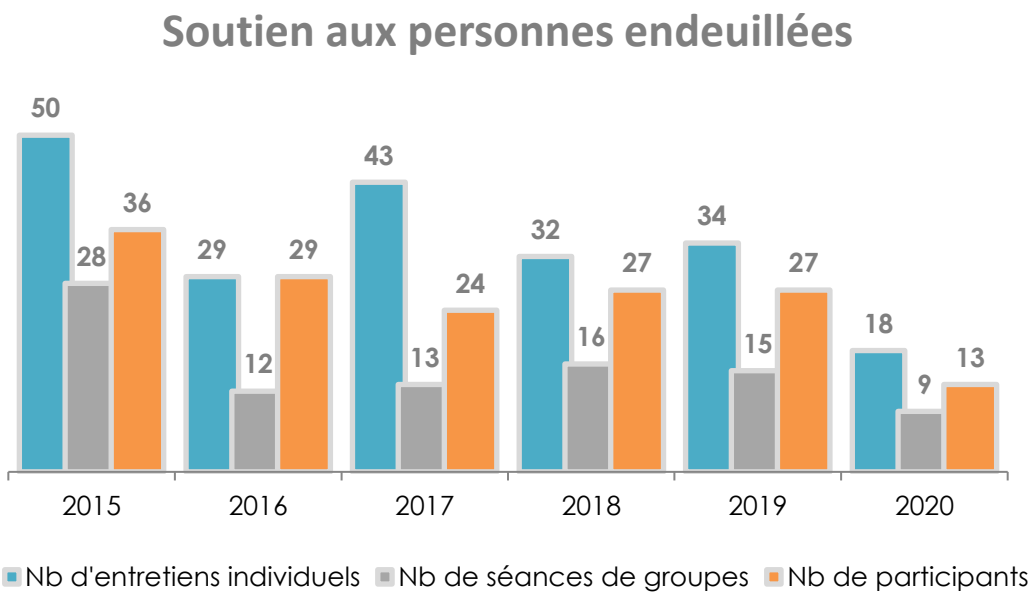
Les participants sont reçus individuellement avant la mise en place des groupes afin de présenter et de préparer l'entrée en groupe.

Des entretiens peuvent également être proposés ou demandés après la fin des groupes, et parfois même parallèlement aux groupes.

Les séances sont co-animées par deux psychologues de l'association.

Depuis plusieurs années, nous avons fait le choix de former toute notre équipe de psychologues à cette pratique spécifique de groupe de personnes endeuillées. Aujourd'hui, quatre psychologues sont en mesure de le co-animer. Cela nous offre davantage de souplesse dans notre organisation et permet d'enrichir notre réflexion d'équipe autour de ces accompagnements si singuliers.

Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche, les chiffres



Les données relatives à ces groupes pour 2020 suivent la même logique que pour les autres activités collectives que nous proposons.

Nous avons accompagné deux groupes au cours de l'année. Un groupe qui avait été accompagné en 2019 s'est clôturé en juin 2020. Un second groupe qui a débuté en fin 2019, s'est poursuivi en 2020.

Comme nous l'avons déjà évoqué les mesures sanitaires ne nous ont pas permis d'accueillir de public pendant plusieurs mois, ce qui a freiné la mise en place d'un autre groupe et ce malgré des demandes. Cette année plus que les autres nous avons dû jongler avec les contraintes de temps et de demandes. Certaines personnes ont en effet pris contact et été reçues au premier semestre 2020 sans que nous ayons pu débuter un nouveau groupe. Ces demandes seront reportées sur le prochain groupe de 2021, en espérant que les conditions sanitaires nous permettront de le débuter rapidement.

Sur le plan général nous pouvons constater cette année encore une plus grande précocité dans la demande d'accompagnement. L'information autour de cette proposition semble bien se diffuser. Nous faisons clairement le lien avec le travail de prévention, d'information et de postvention que nous réalisons depuis plus de 3 ans avec le réseau REPERES 44 ou encore avec le réseau deuil de la Caisse d'Allocation Familiale de Loire Atlantique. Certaines personnes nous contactent, pour elles, ou pour d'autres, seulement quelques jours ou quelques semaines après le suicide de leur proche.

Pour le moment, cela n'a pas d'impact majeur dans l'équilibre des groupes, mais si cette tendance s'amplifie nous devront aménager nos réponses et notre accompagnement à cette nouvelle réalité.

Avec le temps notre constat de l'intérêt de cette proposition ne fait que se renforcer. En effet, face à ce deuil et à la souffrance qui les assaille, le cheminement des personnes qui participent à ces groupes peut être assez spectaculaire.

Au-delà de ces évolutions individuelles souvent complexes à mesurer, les liens de solidarité, de cohésion et d'amitié, qui se sont développés entre eux, sont bien visibles et tangibles. Cette ressource du groupe est une force durable qui dépasse la seule durée d'accompagnement.

La poursuite, le renforcement et le développement de ces groupes sont pour nous des impératifs majeurs, qui complètent notre offre à destination des personnes en souffrance psychique. Il s'agit d'une proposition forte de prévention primaire, secondaire et de de postvention.

Les mesures d'Accompagnement Social Intensif de Proximité (ASIP)

Qu'est-ce que la mesure ASIP ?

Ces mesures sont financées par le Conseil Départemental de Loire Atlantique et destinées aux bénéficiaires du RSA qui ont besoin d'un accompagnement spécifique pour :

- reprendre confiance en soi,
- établir un lien social et une communication positive avec l'entourage,
- retrouver des capacités personnelles et relationnelles pour engager une réinsertion sociale et/ou professionnelle,
- sortir de l'isolement et s'éloigner d'un éventuel risque suicidaire.

Méthode et mesure

- entretiens individuels d'écoute et de soutien à la reprise de confiance en soi et à la sortie de l'isolement,
- groupes d'expression et de créativité pour dynamiser un processus de reprise de lien social et améliorer l'estime de soi,
- notre action se met en place principalement sur orientation des bénéficiaires par les prescripteurs spécialisés.

Actions complémentaires

Dans le cadre du travail en Commission Locale Insertion (CLI), le Centre est sollicité pour intervenir en mission d'appui et de conseil :

- en participant aux réunions de la CLI,
- en évaluation des problématiques psychologiques et sociales pour certains contrats d'insertion,
- par des rencontres avec des bénéficiaires du RSA sur demande de la CLI,
- en rencontrant les travailleurs sociaux qui interviennent auprès des bénéficiaires du RSA, afin d'expliquer leurs actions et leurs zones d'intervention,
- en soutien de travailleurs sociaux en difficulté lors de suivis de bénéficiaires en situation de mal-être et ou de risque suicidaire.

Actions spécifiques

Depuis le début de l'année 2018, nous sommes engagés dans un groupe de travail coordonné par Léna GIOVANONI, médecin solidarité insertion, sur l'insertion et l'activité physique, ouvert notamment aux allocataires du RSA.

Ce projet a pour objectif de :

- faire vivre par **l'activité physique en groupe** et la mise en mouvement de son corps, des expériences concrètes : relationnelles, physiques et émotionnelles,
- proposer des activités variées qui vont permettre aux personnes, dans un cadre sécurisant, bienveillant, agréable, chaleureux, de faire différentes **expériences de la nouveauté** et de la prise de risques
- accompagner ces expériences, en permettant la conscientisation, l'accueil et **l'expression** de ce qui se vit dans le non-jugement.
- permettre à chacun de **prendre confiance** en ses capacités, susciter du vouloir et développer son **pouvoir d'agir.**

Nous avons, depuis le début, participé à la construction de ce projet, dont le premier cycle et le second se sont déroulés en 2019 pour une dizaine de personnes.

Cette année 2020 nous avons continué à être associés à ce projet. Nous avons présenté les actions de notre association dans le cadre de l'information collective sur cette action.

Nous avons également proposé un temps spécifique d'information aux personnes engagées dans cette action.

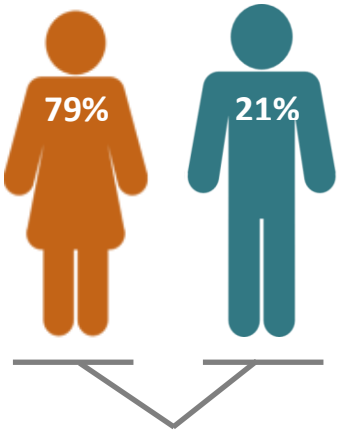
Nous avions organisé la possibilité d'ouvrir des places spécifiques dans nos différents groupes d'expression afin de permettre aux bénéficiaires de cette action de les découvrir et de pouvoir les intégrer. La pandémie de COVID 19 et les mesures sanitaires qui ont entrainé la fermeture des groupes n'a pas permis à ce projet de se mettre en place.

Nous avons également proposé un temps de régulation et d'échange aux intervenants de cette action, afin de leur offrir un espace de partage et réflexion sur leurs vécus dans l'accompagnement de ce groupe.

Les mesures ASIP, les chiffres

En 2020, 29 allocataires du RSA ont été suivis ou adressés, 24 ont été reçus et/ou accompagnés et 5 adressées sans que pour autant ils ne fassent la démarche de venir au Centre.

Le nombre des accompagnements est en augmentation par rapport à 2019 et ce malgré les différentes mesures sanitaires prisent au cours de l'année 2020.



Les allocataires du RSA apprécient d'être intégrés à l'ensemble des activités proposées à tout public au Centre.

La Convention Départementale permet l'accueil et l'accompagnement de 30 personnes chaque année.

Un développement est donc encore possible, car l'écart entre le nombre d'orientations et le nombre d'accompagnements peut être assez variable.

Comme nous l'avions initié en 2019, des rencontres ont été organisées avec les équipes de différents Espace Des Solidarités (ESDS), ainsi qu'avec l'équipe de l'Unité RSA Nantes. L'objectif était de replacer les mesures ASIP proposées dans le cadre de l'action de notre Centre et de faire connaitre ces modalités d'accompagnement. Il est essentiel de toujours maintenir une information précise sur nos actions afin de faciliter les orientations.

Nous pouvons déjà constater que ces actions de communication auprès des équipes des EDS ont eu pour effet d'augmenter sensiblement le nombre de ces orientations.

Cette année, nous avions également pour objectif de mettre en place une démarche d'aller-vers, au sein des EDS afin de rendre nos propositions encore plus accessibles, en permettant une première rencontre des allocataires dans un espace connu. Proposer des rendez-vous dans les EDS avec les allocataires et les travailleurs sociaux apparait comme une proposition qui s'adapte bien à leurs besoins respectifs. Cela a d'ailleurs reçu un écho très favorable des travailleurs sociaux que nous avons rencontré. Ces possibilités devraient bientôt pouvoir se remettre en place.

Nous avions également prévu de développer de nouvelles propositions à destination des allocataires, sous forme de groupes de parole, car pour certains, il semble plus simple de se saisir d'une proposition de groupe, que d'une proposition individuelle. Les contraintes sanitaires n'ont pour le moment pas permis que cela puisse s'organiser.

Nous souhaitons également renforcer notre participation à des actions spécifiques comme le projet activité physique insertion, dont nous avons parlé précédemment.

Nous allons également entreprendre de nouvelles actions de communication et des propositions de formation à destination des professionnels, le document ci-après a de nouveau été adressé aux services sociaux du département afin de faire mieux connaître notre action.

Nos objectifs pour 2021, sont donc de poursuivre les actions engagées, d'accompagnements individuels et collectifs, et d'en ouvrir de nouvelles avec les entretiens en EDS et les groupes de paroles.

Du fait de la crise sanitaire que nous vivons depuis une année, aujourd'hui plus encore, cette action est essentielle sur le territoire, pour faciliter l'accès des allocataires du RSA qui peuvent en avoir besoin à un travail autour de la santé psychique.

Cette crise en plus d'aggraver socialement et psychiquement des situations qui pouvaient être fragiles, est venue bousculer et en déséquilibrer d'autres, en plus de faire entrer dans le dispositif un grand nombre de nouvelles personnes. Face aux préoccupations sanitaires actuelles, pouvoir continuer de répondre aux besoins existants, à leur augmentation et à l'émergence de nouveaux publics est donc primordial. Nous saurons construire et proposer les réponses adaptées pour les accompagner.

Plaquette 2020 des propositions d'accompagnements ASIP :

Le **Centre Social Spécialisé Recherche et Rencontres** est installé à Nantes depuis 1983. Il propose également, pour un public adulte, des permanences d'Accueil, des suivis individuels, des groupes d'expression avec des médiations, un Groupe d'Entraide Mutuelle, ainsi qu'un groupe de parole ouvert aux personnes endeuillées suite au suicide d'un proche.

Il propose également, pour tous publics, des actions de développement des compétences psychosociales, de promotion de la santé psychique, de prévention du mal-être et du risque suicidaire.

Des accompagnements sont également proposés pour des équipes de bénévoles et/ou de salariés qui accompagnent des publics en difficulté.

Ligne 2 : arrêt Saint-Mihiel

12-52-C2 : arrêt Talensac
C6 : arrêt Bonde

Ouverture au public
du lundi au jeudi de 14h00 à 18h00

Avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé, du Conseil Départemental 44, de la Ville de Nantes, des mairies de l'agglomération nantaise.

Centre Social Spécialisé
Recherche et Rencontres
23 rue Adolphe Moitié 44000 NANTES
02.40.08.08.10
secretariat@recherche-et-rencontres-nantes.org
www.recherche-et-rencontres-nantes.org

Membre de la Fédération Européenne des Associations Luttant contre l'Isolement et pour la Prévention du Suicide (FEALIPS) reconnue d'utilité publique

Centre Social Spécialisé
Recherche et Rencontres
Lutte contre l'Isolement et Prévention du Suicide

Accompagnement Social Intensif de Proximité Mesure ASIP

Conseil Départemental de Loire-Atlantique

- Reprendre confiance en soi,
- Etablir un lien social et une communication positive avec l'entourage,
- Retrouver des capacités personnelles et relationnelles pour engager une réinsertion sociale et/ou professionnelle,
- Sortir de l'isolement, du mal-être et prévenir un éventuel risque suicidaire

Centre Social Spécialisé Recherche et Rencontres
23 rue Adolphe Moitié 44000 NANTES
02.40.08.08.10
secretariat@recherche-et-rencontres-nantes.org
www.recherche-et-rencontres-nantes.org

Qu'est- ce qu'une mesure ASIP ?

C'est un **A**ccompagnement **S**ocial **I**ntensif de **P**roximité financé par le Conseil Départemental, destiné aux allocataires du RSA qui ont besoin d'un accompagnement spécifique pour :

- Reprendre confiance en eux,
- Etablir un lien social et une communication positive avec leur entourage,
- Retrouver des capacités personnelles et relationnelles pour engager une réinsertion sociale et/ou professionnelle,
- Sortir de l'isolement, du mal-être et prévenir un éventuel risque suicidaire.

A qui s'adresse cette proposition ?

Aux allocataires du RSA qui vivent les difficultés suivantes :

- Isolement,
- Rupture de liens familiaux et/ou sociaux,
- Manque d'estime de soi,
- Eloignement de l'emploi,
- Difficultés psychologiques ou psychiques,
- Risque dépressif et/ou suicidaire,
- Difficultés d'autonomie.

Comment se passe cet accompagnement ?

- L'allocataire est adressé par un référent RSA et/ou s'adresse de lui-même à la permanence d'accueil.
Une rencontre avec un membre de l'équipe peut également être programmée avec le référent à l'extérieur ou dans nos locaux.

- La proposition de l'association lui est détaillée. Si elle lui convient, un premier rendez-vous est convenu avec l'une des psychologues de l'équipe.

- Un suivi en entretiens individuels réguliers est proposé.

- Après plusieurs rendez-vous individuels, il peut intégrer un groupe d'expression hebdomadaire (Conscience Corporelle, Dessin-Peinture, Expression Scénique et Écriture).

- Il peut également intégrer un groupe de parole thématique autour de la communication, des freins et des moteurs à l'insertion, de l'image de soi, de la santé physique et psychique, de la relation aux autres (etc.).

- Si nécessaire un bilan et une évaluation sont mis en place avec les référents RSA, avec l'accord de la personne.

Qui accueille, reçoit et accompagne ?

L'ensemble de l'équipe du Centre Social Spécialisé est investi dans l'ASIP avec :

- 7 accueillants bénévoles
- 3 psychologues
- 4 animateurs de groupes
- 2 assistantes, administrative et comptable
- 1 directeur
- 3 superviseurs extérieurs

Les actions de promotion de la santé psychique

Depuis 2017, nous avons entamé un mouvement de rééquilibrage de nos actions de prévention. En effet, de nombreuses actions avaient été développées et continuaient de l'être sans que nous ne disposions des moyens nécessaires pour ne pas déséquilibrer les autres actions du Centre.

En 2020, nous avons confirmé l'équilibre trouvé depuis l'année précédente et ce malgré les mesures de restriction sanitaires.

Cette stabilité a été renforcée : par le renouvellement et l'augmentation de l'axe actions jeunes de notre Contrat Pluriannuel d'Objectifs et de Moyens (CPOM) avec l'Agence Régionale de Santé des Pays de la Loire et par le renouvellement de la subvention de la Conférence des Financeurs prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées des Pays de la Loire pour nos actions auprès des séniors.

Ces actions se répartissent en quatre grandes catégories :

- les actions auprès des jeunes,
- les actions auprès des seniors,
- les actions auprès des professionnels,
- les actions de réseau.

Les actions de promotion de la santé psychique auprès des jeunes

Ces actions ont pour objectifs :

- de développer les compétences psychosociales, personnelles et relationnelles des jeunes pour prévenir l'apparition du mal-être,
- de sensibiliser l'entourage scolaire et familial au repérage du mal-être et des risques suicidaires des jeunes.

Elles se déroulent selon différentes modalités :

- par des groupes d'échange et d'expression pour les jeunes eux-mêmes,
- par des conférences, débats, réflexions, analyses de situations pour les adultes dans l'entourage des jeunes (parents, éducateurs, enseignants etc.).

Les actions de prévention auprès des jeunes, les chiffres

	Etablissement	Ville	Nombre d'interventions	Temps en heure	Nombre de jeunes touchés	Nombre de parents touchés	Nombre d'adultes touchés	Intervenants	Partenaires impliqués
1er Semestre	Collège de la Maine	Aigrefeuille	1	30	120		6	2 psychologues du Centre	
	Collège Olympe de Gouge	Sainte Pazanne	1	20			20	2 psychologues du Centre	
	Lycée la Herdrie	Basse Goulaine	1	20	140		4	2 psychologues du Centre	
	UnisCité Service Civique	Saint-Nazaire	1	40	40		2	2 psychologues du Centre	Mairie Saint-Nazaire
	UnisCité Service Civique	Nantes	2	11	6		1	1 psychologue du Centre	
	MFR	Riaillé	2	20	45		5	1 psychologue du Centre	MSA 44-85
2nd Semestre	Lycée JB Eriau	Ancenis	1	20	60		4	1 psychologue du Centre	
	UnisCité Service Civique	Nantes	4	20	80		4	2 psychologues du Centre	
	UnisCité Service Civique	Saint-Nazaire	1	4	40		2	1 psychologue du Centre	Mairie Saint-Nazaire
	UnisCité Service Civique	44	1	16			15	1 psychologue du Centre	
	Collège Curie	Le Pellerin	2	48	150		10	2 psychologues du Centre	
	IME Marie Moreau	Saint-Nazaire	2	12			15	1 psychologue du Centre	Mairie Saint-Nazaire
			19	**261**	**681**	**0**	**88**		

Comme nous l'évoquions en introduction, le rééquilibrage de nos actions était un impératif pour que nous puissions continuer de proposer une qualité de prestation optimum, c'est ce que nous avons poursuivi cette année.

Le nombre de nos sites d'interventions se sont donc maintenus à 12 et le nombre de jeunes à lui encore baissé pour atteindre 681, chiffre en adéquation avec nos cibles d'interventions, nos moyens humains et financiers.

Malgré la crise sanitaire, une grande partie des actions qui avaient été programmées entre mars et mai ont pu se reporter sur le reste de l'année, ce qui fait que nous n'avons quasiment pas eu d'annulation de nos interventions.

A partir de cette année, nos interventions ont également été réorientées sur un public plus restreint et pour des actions spécifiques, en lien avec le service civique, l'éducation spécialisée, des sections professionnelles et d'apprentissage.

Cette transformation s'est faite sur une année très particulière, il est par conséquent assez peu probant de s'avancer sur des analyses et des évaluations de ces transformations. Quoi qu'il en soit et ce indépendamment de la crise sanitaire, il s'agit d'un nouveau réseau qu'il nous faut reconstruire, d'un nouveau champ sur lequel se positionner et de nouvelles modalités d'intervention à inventer.

Nous verrons comment cela se poursuit dans les prochaines années.

Pour illustrer ces interventions voici quelques extrait d'un travail en partenariat avec la avec la Mutualité Sociale Agricole Loire Atlantique Vendée et une la Maison Familiale Rurale de Riaillée auprès d'Ancenis. Nous avons accompagné des classes de 4ème et de CAP durant deux années en leur proposant régulièrement des temps d'échange, d'interaction, de réflexion et de parole autour des compétences psychosociales.

A l'issu de ce processus une série d'ateliers d' « Expression Créative » leur ont été proposée par une artiste-intervenante, Laurence HAMERY, qui anime également les groupes d'expression scénique de l'association.

Ces temps de création ont donné lieu à un travail de recueil de la parole et de mise mouvement des mots qui la compose.

Merci à eux pour cette expérience incroyablement enrichissante, pour l'authenticité et la force de leurs voix.

En voici quelques extraits :

Qui je suis ? Qui tu es ?

« Je suis quelqu'un de fidèle, gentil(le), droit(e). »
« Je suis pudique, ce qui ne m'empêche pas d'être joueur. »
« Je suis une personne sérieuse, bosseuse. »
« Je suis parfois un imbécile, souvent une personne sensée. »
« Nous sommes sociables, généreux et généreuses. »
« Je peux être quelqu'un de secret, caché. »
« Je suis honnête, spontané(e), timide. »
« Je suis quelqu'un qui a la tchatche. »

« Nous sommes réservé(e)s, créatifs et créatives. »
« Nous sommes impulsifs et impulsives, sportif et sportives ; oui ces caractéristiques ne sont pas réservées exclusivement aux filles ou aux garçons ! »
« Je suis une pile en croissance. »
« Je suis assez chiant ! Pardon ! je veux dire lourd... au sens figuré ! Je suis drôle aussi, parfois ! »
« Je suis quelqu'un qui s'énerve vite. »
« Je suis poli, attentif, tolérant, serviable, franc, exigeant, à l'écoute. »
« Je suis respectueux. »
« Je suis casse-pieds, pénible. »
« Je suis quelqu'un de curieux, d'actif. »
« J'aime me faire remarquer. »
« Je suis très bavarde. Je suis très bavard. »
« Je suis dans le plaisir. »
« Je suis quelqu'un d'engagé, de cool. »
« Je suis joyeuse. Je suis expressive, rapide, détendue. »
« Je ne suis pas toujours sociable. »
« Je suis un être sensible. »

Un élève, qu'est-ce que c'est ?

« C'est une personne qui est en salle de classe et qui travaille, un jeune en cours, un enfant qui obéit aux profs, un individu qui va à l'école pour apprendre. »
« Un élève ? Je sais pas, je m'interroge encore. »
« Elève = école = scolaire = devoirs=professionnel»
« Un élève c'est quelqu'un qui respecte les profs, quelqu'un qui apprend des choses avec les profs.»
« Etre élève, c'est le job d'un enfant et d'un adolescent. »
« Un élève c'est un être humain pas totalement fini, pas totalement responsable. »
« C'est quelqu'un qui doit apprendre. Et s'il veut apprendre, c'est encore mieux...c'est plus facile. »
« C'est un jeune scolarisé qui fait ses devoirs, quelqu'un qui fait des études dès son plus jeune âge, qui écoute en classe pour réussir et avancer dans la vie. »
« Un élève est anxieux. »
« Il est innocent. »
« C'est parfois un génie, parfois un cancre. »
« C'est quelqu'un qui reste la plupart du temps assis sur une chaise. »
« C'est un prisonnier des profs et de l'éducation nationale. »
« Un élève est un délinquant potentiel qui étudie pour avoir un avenir. »
« C'est un être pensant. »

Et un parent ?

« Un parent est une personne qui nous apprend la vie, qui est là pour nous. »
« Elle nous prévient, nous protège. »
« Il apprend à élever, éduquer ses enfants. »
« Il est un être autoritaire, strict. »
« Un parent, c'est difficile à expliquer... c'est une personne qui nous a mise au monde et qui s'occupe de nous, c'est une personne qui a construit sa vie et vit une routine comme travailler, manger, dormir, pour être bien physiquement et mentalement. »
« C'est quelqu'un qui nous fait grandir et avec qui on peut parler de tout, quelqu'un qui sera là pour toi. »
« Oui, c'est quelqu'un qui peut être là quand tu as besoin, quand tu es en difficulté. »
« Une personne respectable. »
« C'est quelqu'un qui me fait confiance, qui m'apprend à grandir, qui me donne les bases. C'est quelqu'un d'énervant parfois. C'est quelqu'un d'important aussi. »
« C'est quelqu'un qui est responsable d'un enfant jusqu'à ses 21 ans. »
« Il est toujours sur notre dos … pour nous motiver parait-il ?! »
« Il donne des punitions et d'ailleurs des punitions pas toujours justifiées, en tout cas pas toujours justes. »
« Il est là pour te reprendre, pour éviter que tu dérapes, même s'il semble parfois pas très juste»
« C'est un lien génétique, un géniteur, une personne de notre famille. »
« Il nous apprend à être respectueux. »
« Il apprend à ses enfants des choses pour réussir dans leur vie. »
« C'est quelqu'un qui nous bride tout le temps, qui nous prive, qui interdit les trucs les plus intéressants, qui donne à manger et de l'argent. »
« Il peut nous aider dans les moments compliqués de la vie, c'est quelqu'un sur qui on peut compter. »
« C'est quelqu'un qui m'aime. »
« Un parent nous aime, chacun à leur façon. »

Premières impressions en MFR

« Je suis arrivé après la rentrée. J'avais envie de me barrer. A ce moment-là, je ne veux pas reprendre l'école. Je suis perdu. Envie d'être ailleurs. Le directeur m'accompagne en classe. Tout le monde me regarde. Envie de les éclater. Il reste deux places dans la classe. Une devant, une dans le fond.
Je choisis celle du fond. Je m'assois et je dors. On peut me demander n'importe quoi je dis non. Les règles sont difficiles à accepter quand tu n'as pas envie d'être là.
Et puis avoir 17 ans et suivre les mêmes règles que les 3ème, c'est cette impression qu'on ne te respecte pas en tant qu'individu.
L'amitié a changé la donne. Je reste. Je m'accroche. J'entrevois peut-être une chance »

Les actions de prévention auprès des seniors

Ces actions ont pour objectifs :

- de prévenir le mal-être et le risque suicidaire des personnes âgées,
- de créer du lien et de favoriser les échanges
- de sensibiliser au mal-être et au risque suicidaire, l'entourage professionnel et familial des personnes vieillissantes afin de valoriser leurs savoir-faire, d'améliorer leurs compétences et leur rôle de prévention.

Elles se déroulent selon différentes modalités.

Avec les publics retraités :

- groupes d'échanges, de parole et de soutien,
- conférences, débats, échanges.

Avec l'entourage :

- conception d'actions de prévention, de sensibilisation et de formation,
- apports d'informations et analyse de situations d'accompagnement et de soutien.

Dans le cadre de ces actions, le Centre Social Spécialisé Recherche et Rencontres intervient auprès des personnes âgées et des professionnels dans des espaces d'animation dédiés aux seniors, dans des lieux de convivialité, dans des maisons de quartier, mais également à la demande de la Mutuelle Sociale Agricole (MSA) 44-85 sur des temps de formation pour les professionnels.

Comme nous l'avons évoqué, nous avons obtenu cette année une subvention de la Conférence des Financeurs prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées des Pays de la Loire. Ce soutien financier nous a permis de maintenir nos actions engagées et d'envisager des développements.

Les actions de prévention auprès des seniors, les chiffres

Structure	Ville	Tps en heures	Type d'intervention	Nombre			Intervenants
				Intervention	Participations	Salariés-bénévoles	
CCAS Animation Séniors	Saint-Nazaire	68	Gp de Parole	11	115	3	1 psychologue du Centre
ORPAN	Nantes	44	Gp de Parole	12	104	4	1 psychologue du Centre
CCAS Petite Pause	Nantes	8	Gp de Parole	4	28	2	1 psychologue du Centre
CCAS PAM	Nantes	16	Gp de Parole	3	18	1	1 psychologue du Centre
CCAS RIG	Nantes	11	Gp de Parole	5	30	2	1 psychologue du Centre
Résidence Autonomie CRF	Nantes	10	Gp de Parole	1	20	2	1 psychologue du Centre
Résidence Les Girandières	Nantes	3	Présentation	1		2	1 psychologue du Centre
MSA 44-85	La Roche/Yon	5	Formation	1		15	1 psychologue du Centre
		165		**38**	**315**	**31**	

Le nombre des interventions de 2020 est en nette hausse par rapport à 2019, 38 contre 28, soit une progression de plus 25%. Le nombre de seniors rencontrés reste lui malgré cela relativement stable. Cela s'explique par l'absence d'évènement rassemblant un grand nombre de personnes, du type conférence et par la limitation du nombre de personnes dans les différents groupes.

Suite au premier confinement la demande de groupes de parole a été très importante.

Le besoin d'élaborer autour de cette période traumatique, déstabilisante, déconcertante et désocialisante était très fort, pour nos partenaires comme pour leurs bénéficiaires. Nous avons donc multiplié les temps d'intervention entre juin et octobre.

Dans la gestion de cette période, nous avons renforcé nos partenariats et construit de nouveaux projets avec des lieux d'hébergement.

Nous avons également su nous adapter aux demandes, et innover, avec l'animation de groupe de parole en visioconférence, afin de poursuivre le travail de lien engagé avec nos partenaires en respectant les exigences de distanciation sociale. Cette expérience bien que très enrichissante et utile, est venue souligner s'il en était besoin, la différence dans le mouvement de rencontre et de création de liens, entre le présentiel et le distanciel, et ce pour les participants comme pour les animateurs.

La multiplication et l'augmentation de la fréquence de certains groupes ont aussi fait émerger de nouveaux besoins et des initiatives inattendues.

A Saint-Nazaire par exemple, un groupe de séniors a souhaité aller plus loin que les groupes de parole mensuels ou bimensuels et se retrouver toutes les semaines pour échanger autour de thématiques apportées alternativement par chacun d'entre eux. Nous avons soutenu cette initiative et favorisé sa mise avec notre partenaire du pôle animation séniors.

Le période du confinement a également été l'occasion de renforcer le travail de réseau avec la coopération Monalisa (mobilisation nationale contre l'isolement social des âgés) qui regroupe l'ORPAN (Association des seniors Nantais), Astrée (Association de Lutte contre l'isolement), Les Petits Frères des Pauvres, Saint Vincent de Paul, l'association Interlude (Restaurant Solidaire), Unicité, la Ville de Nantes, la Croix Rouge Française, Ensemble c'est Po6ble (Association de solidarité internationale), l'association des habitants de Bottière Pin Sec.

Entre les mois de mars et de juin nous avons échangés toutes les deux semaines en visioconférence sur nos réalités et problématique de terrain.

Ce fut une véritable ressource pour chacun et une source d'entraide et de solidarité qui se poursuit.

Les actions auprès des professionnels

Accompagnement d'équipes

Cette année encore, nous avons accompagné de nombreuses équipes, aussi bien sous forme de groupes de parole, de formations ou de sensibilisations.

- Les groupes de parole permettent une réflexion sur les pratiques.
- Les formations sont construites à la demande en fonction des besoins de structures qui nous sollicitent. Elles ont eu pour thèmes :
  - « Mal-être et crise suicidaire : repérer et accompagner » pour des salariés de la communauté thérapeutique Montjoie de Pré en Pail
  - Accueil du public et situations complexes, avec des salariés de différentes Maisons de Quartiers et Centres Socioculturels de Nantes gérés par l'ACCOORD.
  - « Repérage du mal-être et de la crise suicidaire » Centre d'Intervention et de Secours de Trignac pour le département de Loire Atlantique, en co-animation avec l'Équipe de Prévention du Suicide de Saint-Nazaire et les négociateurs de la Gendarmerie Nationale

Stucture	Ville	Type d'intervention	Nombre		Intervenants
			Intervention	Participants	
CT Montjoie	Pré en Pail	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
ACCOORD	Nantes	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
Conseil Départemental	Nantes	Analyse de la pratique	1	4	1 psychologue du Centre
CIS	Trignac	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
			4	**49**	

Voici quelques illustrations de ce qui est ressorti dans les mots de participants à ces différentes formations :

Actions avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) 44-85

Nous avons depuis de nombreuses années un partenariat avec la MSA 44-85. Il a franchi un cap en 2018 avec la signature d'une convention d'engagement pluriannuelle. C'est un marqueur fort de la reconnaissance de la qualité de notre action et de l'engagement de la MSA 44-85 dans la lutte pour la prévention du mal-être et du risque suicidaire.

Ce partenariat s'est déroulé autour de 3 grandes actions :

- A destination des salariés ou bénévoles des Organisations Professionnelles Agricoles (OPA), dans le cadre des réseaux 44 et 85, l'objectif étant de proposer des temps de formation afin de prévenir le mal-être chez les exploitants agricoles. Ces acteurs sont en première ligne face à la souffrance psychique de certains agriculteurs. Ils y sont le plus souvent confrontés sur les exploitations dans le cadre de leurs missions de comptables, de banquiers, d'inséminateurs, d'agents des services vétérinaires, de membres ou salariés d'associations, de professionnels de coopératives, etc. Notre objectif est de leur transmettre des clés afin de mieux déterminer le niveau de mal-être d'une personne et d'élaborer les pistes d'actions qui peuvent être envisageables en fonction des situations.
- A destination de professionnels salariés et bénévoles qui interviennent auprès des seniors, dans le cadre d'une formation de deux jours sur l'utilisation de l'outil « Autrement Dit ».
  Cet outil, construit autour de cartes situations et de cartes ressources, permet d'aborder la question du mal-être, dans le cadre d'ateliers animés par les personnes formées au cours de ces sessions. Elles ont donc pour objectif de former ces professionnels à l'utilisation de l'outil, mais également de les sensibiliser au repérage du mal-être, de la crise suicidaire, de valoriser et de renforcer leurs capacités d'intervention.
- A destination des jeunes par le biais d'un projet pluriannuel de développement des compétences psycho-sociales et de prévention du mal-être dans la Maison Familiale Rurales de Riaillé. L'objectif est de suivre deux classes de 4ème et de CAP Agriculture sur deux ans, par l'intermédiaire de 3 ou 4 interventions par année. Ces interventions sont conçues et co-animées par un professionnel du Centre Social Spécialisé et un professionnel de la MSA 44-85.

Site	Ville	Type d'intervention	Nombre		Intervenants
			Intervention	Participants	
MSA OPA 44	Châteaubriant	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
MSA OPA 85	La Roche/Yon	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
MSA Autrement Dit	La Roche/Yon	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
MSA OPA 85	La Roche/Yon	Formation	1	15	1 psychologue du Centre
MFR Riaillé	Riaillé	Compétences Psychosociales	2	45	1 psychologue du Centre
			6	**105**	

Actions de Réseau et de partenariats :

Nous sommes impliqués dans de nombreux réseaux et nous participons très régulièrement à des rencontres partenariales.

- Le réseau Monalisa que nous avons déjà évoqué qui agit pour lutter contre l'isolement des séniors
- Le Conseil Local de Santé Mentale de Nantes, dans lequel nous intervenons dans des commissions et dans le comité de pilotage.
- Le groupe Santé Mentale du quartier du Breil à Nantes, qui rassemble des acteurs de terrain, associatifs et institutionnels.
- Le projet Ville Amie des Aînés à Saint Nazaire sur lequel nous intervenons pour la mise en place d'action ciblées.
- Le Conseil départemental par le biais du projet En Corps en Jeu
- Le réseau accompagnement du deuil de la Caisse d'Allocation Familiale de Loire Atlantique
- Le réseau REPERES 44 de recherche et de prévention du suicide, dont nous sommes membre fondateur et du bureau et dans lequel nous sommes très investis dans la coordination et les actions.
- Participation en qualité d'expert aux travaux de la Convention Citoyenne de Nantes Métropole, sur la thématique de l'isolement et de la santé psychique.
- Nous avons également de nombreuses rencontres relatives à la présentation, la construction et la mise en place de nos actions.

Site	Ville	Type d'intervention	Nombre		Intervenants
			Intervention	Participants	
Monalisa	Nantes	Rencontre	6		1 psychologue du Centre
CLSM	Nantes	Rencontre	4		1 psychologue du Centre
Santé Mentale Breil	Nantes	Rencontre	5		1 psychologue du Centre
Ville Amie des Aînés	Saint-Nazaire	Rencontre	2		1 psychologue du Centre
Conseil Départemental	44	Rencontre	6		1 psychologue du Centre
CAF	44	Rencontre	1		1 psychologue du Centre
Rencontres Reperes 44	Nantes	Réunion	7		1 psychologue du Centre
Regards Croisés sur le Harcèlement	Nantes	Conférences	2	158	1 psychologue du Centre
Convention Citoyenne	Nantes	Table Ronde	2		1 psychologue du Centre
Autres		Rencontre	8		1 psychologue du Centre

Le Centre dans la presse

- **Magazine du Département de Loire Atlantique Décembre 2019- Janvier 2020 #163**

Prévention du suicide : combattre les idées reçues

Le psychologue Guillaume Baudouin, du centre social spécialisé Recherche et rencontres, anime les formations de sentinelles de la MSA. Il rappelle que :

■ **Parler du suicide à quelqu'un ne va pas déclencher son suicide.** Au contraire, le fait d'aborder le sujet par une écoute bienveillante peut permettre à la personne de verbaliser son mal-être et ses causes, ce qui peut atténuer son angoisse et ainsi faciliter une demande d'aide et de soutien.

■ **Les personnes qui veulent se suicider envoient très souvent des indications à leur entourage avant un passage à l'acte.** Soit directement par des mots, soit par des changements de comportement, de l'agressivité, un repli sur soi, signes d'une souffrance psychique. Ces signes précurseurs d'un acte suicidaire ne sont pas nécessairement connus, reconnus ou compris.

■ **Les personnes qui menacent de se suicider ne le font pas pour attirer l'attention.** Évoquer le suicide n'est jamais anodin. C'est la recherche d'une échappatoire, un moyen de mettre fin à une souffrance jugée insupportable. Une menace ou un passage à l'acte sont toujours l'expression de cette souffrance et doivent être pris au sérieux.

- **Journal Ouest-France Nantes du 28 octobre 2020**

De l'aide professionnelle pour aller mieux

À Nantes, l'association Recherche et rencontres œuvre à lutter contre le mal-être et prévenir le risque suicidaire.

Guillaume Baudouin, directeur de l'association Recherche et rencontres, et ses collaboratrices. (Photo : Ouest-France

La semaine dernière était celle dite d'information sur la santé mentale. « **Bienvenue ! »,** lance Guillaume Baudouin, avenant directeur de l'association Recherche et rencontres, dans le hall d'accueil du local situé quartier du pont Saint-Mihiel, à Nantes. Un accueil chaleureux, une ambiance musicale, des dessins au mur, issus des ateliers d'expression proposés par la structure, et un texte poétique, où l'on peut lire : « *la vie ne vaut rien mais rien ne vaut la vie* », composent le décorum.

Depuis 1983, Recherche et rencontres reçoit sans rendez-vous et gratuitement toute personne en situation de fragilité, qu'elle met en relation avec un de ses trois psychologues professionnels. « **Il n'y a pas de cas type. Nous venons en aide autant aux gens souffrant d'isolement qu'aux familles endeuillées après le suicide d'un proche, pour lesquelles nous organisons des groupes de parole** », détaille Guillaume Baudouin.

Le Département propose également, aux allocataires du RSA, *via* les travailleurs sociaux, le recours à l'aide du centre, lorsque le besoin s'en fait sentir, pour gonfler une estime de soi mise à mal.

Au Breil, un besoin d'écoute s'est ainsi fait ressentir, cette année, parmi la population de personnes âgées fréquentant le restaurant intergénérationnel. Une mission de repérage du mal-être a été mise en place.

« **Si on n'a pas noté de hausse des demandes d'aide en rapport avec la crise du Covid-19 avec autant d'interventions qu'en 2018, soit environ 200 par an** », Guillaume Baudouin précise que « **le risque suicidaire chez les seniors ne doit pas être occulté, le mal-être n'ayant pas d'âge. Nous sommes là pour l'accompagner.** »

L'association, reconnue d'utilité publique, recrute des bénévoles, formés à l'écoute pour assurer des permanences.

Recherche et rencontres, 23, rue Adolphe-Moitié, à Nantes, permanences sans rendez-vous le mercredi et le jeudi, de 14 h à 18 h, tél. 02 40 08 08 10. **Sur Internet :** recherche-et-rencontres-nantes.org

Le Groupe Entraide Loisirs (GEL)

Les Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) ont été introduits par la loi pour l'égalité des droits et des chances du 11 février 2005. En 2019, on comptait 505 GEM en France et une vingtaine en Pays de la Loire.

Ces structures de type associatif sont des espaces de soutien mutuel, non-médicalisés, ouverts à tout adulte isolé présentant des signes de souffrance psychique.

Le Groupe d'Entraide Mutuelle parrainé et géré par le Centre Social Spécialisé et baptisé Groupe Entraide Loisirs Envie (GEL Envie), il a pour objet d'accompagner la sortie de l'isolement des personnes en souffrance psychique par l'organisation d'activités de loisirs sur place ou à l'extérieur.

Véritable outil d'autonomisation et d'insertion, le GEL Envie repose sur le principe de l'autogestion. Les activités sont programmées dans une logique de co-construction et le fonctionnement de l'association est pris en charge par ses membres.

Structuré autour d'un accueil convivial, le jeudi après-midi dans les locaux du Centre Social Spécialisé, le GEL Envie rassemble les participants gratuitement et sans inscription toutes les semaines de l'année.

Les membres du GEL Envie peuvent également participer aux groupes d'expression proposés par le Centre, dessin/peinture, expression scénique, écriture, conscience corporelle. Cette mutualisation a été mise en place depuis la création de ce Groupe d'Entraide Mutuel.

Les actions de son Conseil d'Administration (CA) et du groupe :

Comme nous l'avons évoqué en introduction cette année a marqué la fin en juin 2020, de la gestion associative de ce groupe par le Centre. Du fait du contexte, nous avons fait le choix de maintenir ouvert les temps d'accueils conviviaux du jeudi après-midi au-delà de cette date.

Même si cet arrêt a été travaillé avec beaucoup d'attention par l'équipe et avec les participants du groupe, le contexte de cette année si particulière et les ruptures qu'il a entrainé, ont rendu la fin de cette gestion plus complexe qu'espéré.

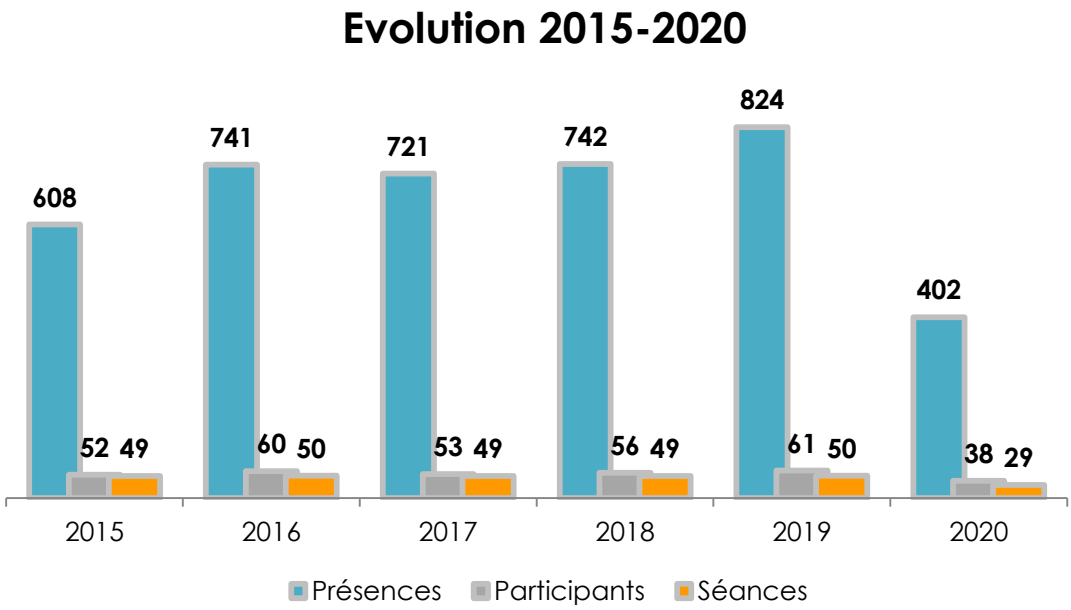
Le Conseil d'Administration a pu se réunir 3 fois afin d'organiser le fonctionnement du groupe sur le premier semestre et préparer l'Assemblée Générale qui devait acter en Novembre 2020 la dissolution de l'association GEL'Envie. Cette dernière n'a pu se tenir

du fait du second confinement. Le choix a été fait par le CA de la reporter pour qu'elle puisse avoir lieu en présentiel et sans limitation du nombre de personnes. Nous espérons qu'elle puisse se tenir le plus rapidement possible en 2021.

Malgré ce contexte, des sorties en bord de mer et autour de Nantes ont également été organisées par le groupe. Durant les périodes de confinement de véritables solidarités se sont mises en mouvement. Les participants au groupe se sont appelés et se sont envoyés des messages régulièrement, afin de maintenir du lien et de prendre soin les uns des autres. Des temps de balades ou de rencontres en extérieur à quatre ou cinq ont également été mis en place, à l'initiative des membres du groupe.

Les liens entre les participants sont forts et leurs permettent de dépasser leurs horizons individuels pour construire du collectif.

Le GEL, les chiffres



Cette année le groupe a donc fonctionné partiellement et avec des limitations dans les capacités d'accueil, mais malgré cela la participation est restée importante.

Comme nous l'avons vu, les usagers participent également aux activités des groupes d'expression du Centre.
Sur les 38 personnes qui ont fréquenté le GEL, 14 ont participé à au moins un groupe d'expression.

Groupe	Nombres			
	De séances par semaine	De séances en 2020	De participants du GEL	De participations
Conscience corporelle	1	15	2	16
Dessin	2	26	2	69
Ecriture	2	20	9	99
Expression scénique	1	19	1	12
	6	**80**	**14**	**196**

Perspectives pour le groupe:

Depuis juillet 2020, l'association n'est donc plus gestionnaire de ce GEM. Comme nous l'avons évoqué cela a fortement impacté nos ressources, nos organisations et le spectre de nos propositions.
Nous avons eu à cœur de préserver au maximum les personnes qui participaient régulièrement aux actions de ce groupe.
Comme évoqué, nous avons fait le choix de maintenir notre proposition d'accueil libre, ouvert et convivial le jeudi après-midi, afin poursuivre cette offre de lien social accessible aux personnes accompagnées par le Centre.

Nous avons également tenu à construire sur l'expérience acquise au travers de la participation au Conseil d'Administration de ce groupe.
Pour cela, aussitôt la dissolution de l'association GEL Envie actée, nous proposerons la création d'un groupe de représentants des personnes accompagnées au Centre.
Les missions précises et les modalités d'organisation de ce groupe restent encore à déterminer, mais notre volonté est de donner une place aux personnes suivies par l'association, dans la réflexion sur notre fonctionnement et nos orientations.

Conclusion

Depuis plus de 35 ans, notre action se fonde sur des valeurs d'humanisme, de solidarité, d'équité, de non-discrimination, d'accueil inconditionnel, d'accessibilité, de laïcité, de participation et de citoyenneté des personnes accompagnées.

Cette base solide, renforcée par l'expérience et l'expertise acquise dans l'accompagnement des personnes en situation d'isolement et de souffrance psychique, nous a permis de répondre présent durant cette année pleine de complexité.

Pour faire face à la situation sanitaire inédite que nous vivons et aux décisions qui ont été prises pour endiguer la submersion de notre système hospitalier, nous avons donc mis au travail et à l'œuvre nos capacités à nous adapter et proposer de nouvelles réponses d'accompagnement.

Malgré l'arrêt de nos propositions de groupes, nous avons eu à cœur de maintenir le lien et de répondre au mieux au besoin d'écoute des personnes qui nous sollicitent. Nous avons également poursuivi nos actions de sensibilisation, de formation et de prévention. En parallèle, comme évoqué, nous avons aussi abouti d'importantes transformations dans nos organisations et ébauché de nouveaux projets et de nouveaux chantiers.

Après l'année que nous venons de vivre, nous ne pouvons avoir aujourd'hui qu'une vision assez parcellaire et embryonnaire des répercutions sociales, économiques et psychique de cette crise. Mais un des premiers enseignements est celui du caractère essentiel du lien social sur notre équilibre de vie. L'absence de relation et la nécessité de les limiter est venue en souligner l'importance avec force.

C'est sur cette complémentarité du lien social et du bien-être que se fondent les actions de notre association.

Pour nous, prendre soin de notre santé psychique, est donc un impératif de santé publique !

La santé est « un état complet de bien-être, physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité», depuis 1946 cette phrase inscrite dans le préambule de la Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé, devrait nous servir de boussole pour évaluer notre santé.
Or ce triptyque se résume souvent au seul critère de bien-être physique. D'ailleurs les injonctions sociétales sur la santé renforcent cette vision partielle: «Manger-Bouger»,

«Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour», «Évitez de manger trop gras, trop sucré, trop salé» etc.

Oublier le bien-être mental et social c'est oublier une partie de ce qui fait notre santé. La crise sanitaire que nous traversons est venue souligner cette réalité avec force, en nous faisant collectivement vaciller.
Nous avons expérimenté combien l'équilibre, entre la qualité des liens sociaux, le bien-être psychique, et la préservation de la santé physique était fragile.

Si nous ne sommes pas tous égaux face à la gestion de leurs déséquilibres, nous le sommes assurément face à la possibilité d'y être confrontés.
C'est pourquoi, aujourd'hui plus que jamais nous devons penser et déployer collectivement le cadre et les moyens, pour permettre à chacun de vivre le mieux possible sa Santé.
Cette situation sanitaire exceptionnelle a mis en lumière les problématiques liées à la santé psychique en les faisant sortir du seul champ de la psychiatrie et de la pathologie, c'est une véritable chance pour le travail de déstigmatisation autour de ces questions. Et une opportunité à saisir pour une réelle prise en compte de ces besoins et un accès large et souple à leur accompagnement.

C'est la raison pour laquelle nous affirmons avec conviction la nécessité impérieuse et essentielle de proposer des réponses adaptées à ces questions relatives à la promotion de la santé psychique, à la lutte contre l'isolement, à l'accompagnement du mal-être vers un mieux-être et à la prévention du risque suicidaire.

Au travers de ces constats, dans la dynamique de transformation de notre image, de la communication autour de nos actions, de nos capacités d'adaptation, d'innovation et du décloisonnement dans les pratiques, nous sommes prêts à prendre toute notre part et à mettre à profit notre expertise et notre savoir-faire, face aux besoins qui existent et à ceux qui s'annoncent.