



ACCUEILLIR
ACCOMPAGNER
SENSIBILISER

Rapport d'Activité 2022

SOLIPSY

23 rue Adolphe Moitié 44000 NANTES

02.40.08.08.10

secretariat@solipsyasso.org

www.solipsyasso.org

N° Siret 341 132 074 00020 - N° Déclaration d'Activité de Formation 52440805344

Membre de la FEALIPS reconnue d'utilité publique

Sommaire

Le mot du Directeur.....	2
Présentation de l'association	5
L'équipe	6
Le Conseil d'Administration.....	6
Les accueillants.....	7
Les animatrices.....	8
Les salariés.....	8
L'accueil	9
L'Accueil, les chiffres	10
L'accompagnement individuel	11
L'accompagnement individuel, les chiffres	13
<i>Focus sur la consultation 18-25 ans :</i>	<i>14</i>
<i>Répartition par genre et par âge des personnes accompagnées</i>	<i>16</i>
Les groupes d'expression	19
Les groupes d'expression, les chiffres	21
Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche.....	23
Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche, les chiffres.....	24
Les mesures d'Accompagnement Social Intensif de Proximité (ASIP)	25
Les mesures ASIP, les chiffres.....	27
Les actions de promotion de la santé psychique	30
Les actions de promotion de la santé psychique auprès des jeunes	31
<i>Les actions de prévention auprès des jeunes, les chiffres.....</i>	<i>32</i>
Les actions de prévention auprès des seniors.....	35
Les actions de prévention auprès des seniors, les chiffres	36
Les actions auprès des professionnels	37
<i>Accompagnement d'équipes</i>	<i>37</i>
<i>Actions avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) 44-85 et dans le monde agricole</i>	<i>38</i>
<i>Actions de Réseau et de partenariats :.....</i>	<i>40</i>
Conclusion	41

Le mot du Directeur

Le rapport d'activité est une bonne opportunité pour se poser et pour prendre le temps. S'arrêter, réfléchir, analyser, essayer de comprendre, proposer, sont autant de verbes qui décrivent bien ce travail de bilan et de perspective. Malheureusement, ces moments de mise en pause sont beaucoup trop rares. Il est pourtant essentiel de se laisser ce temps pour penser, élaborer, inventer, et la qualité d'une réponse ne doit pas se mesurer seulement à la vitesse à laquelle elle est apportée, mais également et avant tout à sa pertinence.

Notre société pousse le collectif et les individus à aller toujours plus vite avec bien souvent à la clé un sentiment de débordement et une perte de sens autour de l'objectif. Plus on va vite, plus le paysage est flou et moins l'horizon est clair.

Il est donc impératif de pouvoir prendre le temps, d'avoir le temps, de se donner du temps pour accueillir, recevoir confortablement, pour proposer des accompagnements de qualité et pour élaborer des projets en partenariat et en concertation. C'est dans cette optique et avec cet objectif que nous essayons de penser et de bâtir nos actions.

La Journée partenariale que nous avons organisée cette année en est une illustration. Ce sont plus de 200 personnes (institutionnels, associatifs, salariés, bénévoles, personnes accompagnées etc.) qui se sont rassemblées autour de la thématique : « Le partenariat une réponse aux problématiques de santé psychique ». Les présentations et les échanges ont été d'une grande richesse. L'engouement autour de cette proposition traduit le besoin de se rencontrer, de penser et de construire ensemble des réponses collectives adaptées à ces questions qui sont le plus souvent complexes.

Merci aux intervenants, aux participants et à la Ville de Nantes pour son soutien logistique. Un grand merci également à toute l'équipe de Solipsy, pour votre sens de l'accueil, votre disponibilité et vos sourires.

La réussite d'une telle manifestation est une alchimie subtile à laquelle chacun a participé. Un remerciement particulier au Conseil d'Administration (CA) qui nous a fait confiance et nous a accompagnés depuis l'idée de ce projet, jusque dans son élaboration, sa construction et sa réalisation.

Le CA est la colonne vertébrale d'une association, la force de votre soutien montre combien notre ossature est solide.

« Construire ensemble » serait un slogan qui conviendrait parfaitement à notre manière de travailler à Solipsy, dans notre structuration, notre organisation comme dans notre fonctionnement. La rénovation de nos locaux n'échappe pas à ce principe, en tous les cas dans la manière dont elle a été pensée, car pour la réalisation nous avons laissé faire les professionnels. Après presque 10 ans sans travaux, nous avons engagé la rénovation complète des peintures de nos bureaux, salles d'activité et de réunion.

Outre le choix des couleurs qui n'a pas été un détail, nous avons profité de ces travaux de peinture pour repenser collectivement notre espace d'accueil et d'attente afin de le rendre plus ouvert, plus confortable pour tous et pour réorganiser les bureaux de consultation et le secrétariat.

De la rénovation, il y en a eu également dans nos propositions d'accompagnement, avec l'ouverture en janvier d'une consultation dédiée au 18-25 ans, à la demande et avec le soutien de la ville de Nantes. Cela nous a permis de recruter un psychologue et de proposer un nouveau groupe d'expression pour ces jeunes. Cette action répond à un besoin fort et montre toute sa pertinence ; une proposition qui s'inscrit dans une dynamique d'augmentation sans précédent de notre activité que ce soit dans l'accueil, l'accompagnement ou la sensibilisation.

Plus que jamais la demande d'accompagnement à la santé psychique est importante en nombre et en complexité. Malheureusement, les réponses à apporter ne sont pas aussi pléthoriques et la saturation totale des dispositifs, que nous voyons se mettre en place et que nous dénonçons depuis des années, est préjudiciable pour ceux qui en ont besoin comme pour ceux qui les accompagnent.

Je tiens ici à remercier une nouvelle fois toute l'équipe de Solipsy, qui fait face à ce flot, avec un professionnalisme exemplaire. Vous continuez de penser, de vous remettre en question, d'inventer, et de vous adapter en préservant une qualité d'accueil et d'accompagnement optimale et adaptée. Votre sens de la solidarité, de l'engagement et de l'investissement sont à la hauteur des valeurs qui fondent notre association.

En parallèle de cette solidarité qui nous anime, nous avons été très touchés et reconnaissant de la générosité dont nous avons été les bénéficiaires. Cette année nous avons pour la première fois reçu plus de 6000 € de dons.

Alors, je tenais à adresser ici un grand merci au magasin Milk de Nantes qui dans le cadre d'une vente solidaire de baskets a mis en avant la prévention du risque suicidaire et nous a reversé une partie des bénéfices.

Merci aux étudiants de STAPS qui ont fait la promotion des actions de notre association lors d'une soirée événement autour du Mondial de Baby-Foot et qui nous ont reversé les fonds récoltés.

Merci également à l'association des Services de Remplacement de Loire Atlantique pour les exploitants agricoles, de sa générosité suite aux actions de sensibilisation que nous avons réalisées.

Merci également à tous les autres généreux donateurs, vos dons donnent une valeur à nos actions. Une pensée particulière à celle grâce à qui nous allons pouvoir ouvrir en 2023 un nouveau groupe de parole à Saint-Nazaire, pour les personnes endeuillées par le suicide d'un proche.

Le temps, la réflexion, la construction, le partenariat, l'évolution, l'adaptation, la générosité, la solidarité, tels sont les mots qui nous ont accompagnés en 2022 et que je souhaitais faire ressortir dans cet exercice d'introduction.

Notre objectif est à la fois modeste et vertigineux, faire en sorte que chacun puisse trouver un espace adapté pour prendre soin de sa santé psychique et œuvrer pour favoriser sa prévention et la sensibilisation du plus grand nombre. Ce sont ces impératifs de cohésion sociale et de santé publique que nous défendons chaque jour au travers de nos actions.

Présentation de l'association

Depuis plus de 40 ans, nous accueillons dans nos locaux à Nantes, des adultes en situation de souffrance psychique et/ou d'isolement, pour leur proposer une attention, une écoute et un accompagnement adapté.

Nous développons 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) et du Réseau de Prévention Et de REcherche sur le Suicide de Loire Atlantique (REPERES 44).

Cette année encore, nous avons reçu le soutien financier de nombreux partenaires, certains qui nous accompagnent depuis longtemps et des nouveaux.

Nous les remercions tous très sincèrement pour leur confiance.



MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE ET
DE LA JEUNESSE

FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE

**LA CHAPELLE
SUR ERDRE**

L'équipe



Le Conseil d'Administration



Le Conseil d'Administration (CA) a accueilli deux nouveaux membres en 2022. Jean-Paul Blanchard et Patrice Rubio de Teran. Le CA est aujourd'hui composé de 9 administrateurs. Il s'est réuni six fois au cours de l'année 2021.

Cette année une grande partie du travail du CA a été consacré à la refonte des statuts de l'association. Après l'audit sur notre fonctionnement débuté en 2018, la réécriture du projet associatif en 2019-2020, le changement de nom et d'identité graphique de l'association en 2021, la réécriture des statuts était une des dernières étapes du processus de rénovation que nous avons collectivement entamée il y a 5 ans. La nouvelle version des statuts, qui sera proposée au vote lors d'une Assemblée Générale Extraordinaire en 2023, intègre des changements et des innovations, en proposant notamment différentes typologies de membres, en ouvrant le CA aux structures partenaires et en proposant la création d'une instance représentative des personnes accompagnées, qui pourront être représentées au CA.

Outre ces changements majeurs, cette réécriture a également été l'occasion de réaffirmer nos valeurs, de clarifier l'objet de notre action et de remettre à plat la structure de notre fonctionnement associatif. Les administrateurs ont joué un rôle essentiel dans cet exercice délicat qui nous définit en tant qu'association.

Le temps est ici encore une donnée majeure de cette dynamique de transformation qui permet à l'association, sous l'impulsion de ses administrateurs, d'opérer des changements d'ampleurs en permettant à chacun d'y trouver sa place et du sens.

Comme nous l'avons évoqué en introduction, les administrateurs ont également été largement mis à contribution pour l'organisation de la journée partenariale du 5 mai 2022. Ils ont guidé et supervisé sa préparation et ont participé activement à sa réalisation et à son succès. Ils se sont également engagés tout au long de l'année dans l'accompagnement et le suivi du fonctionnement de l'association.

Les accueillants

Les accueillants bénévoles sont le premier contact de toutes les personnes qui nous sollicitent. Chaque accueillant assure généralement une permanence par semaine au cours de laquelle ses tâches alternent entre l'accueil des personnes qui se présentent, une écoute bienveillante, un suivi des agendas et une réponse aux appels téléphoniques.

Cet exercice singulier caractérise la mission des bénévoles de l'Accueil qui fait que chaque permanence est différente.

Cet investissement est également complété par deux réunions mensuelles : une supervision avec une psychologue extérieure à l'association et une réunion avec l'ensemble de l'équipe pour l'organisation et la gestion du fonctionnement.

L'équipe d'accueillants se renouvelle et se renforce. Ils sont une dizaine à la fin de cette année. Nous souhaiterions renforcer encore ce groupe afin de proposer de nouvelles modalités et de donner plus de souplesse à nos actions.

Les animatrices

Pour nos groupes d'expression, nous travaillons avec trois animatrices. Elles accompagnent chaque semaine, au travers de leurs médiations respectives, les personnes qui participent à ces groupes. Elles veillent à mettre en place un cadre sécurisant pour le groupe et elles favorisent la création de liens entre les participants.

Les animatrices participent une fois par mois à la réunion d'équipe ainsi qu'à une supervision, avec l'équipe d'accueillants, assurée par une psychologue extérieure.

Les salariés

L'équipe salariée se compose d'un directeur et de quatre psychologues. Nous avons traversé cette année sans assistante administrative, un recrutement doit se faire dans le courant de l'année prochaine. Tous ces professionnels sont à temps partiels.

Cette année nous avons accueilli Thibaut AUBRY, psychologue, qui a été recruté dans le cadre de l'ouverture de la consultation jeune 18-25 ans.

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 par des bénévoles formés et accompagnés. Elles permettent de recevoir de nouvelles personnes ou des personnes déjà suivies dans un espace rassurant, confidentiel et confortable, afin d'écouter leur demande et d'entendre leur besoin.

Le fait de travailler avec une équipe de bénévoles est une opportunité unique pour enrichir notre offre d'écoute. La pluralité des profils, des horizons, des parcours professionnels et personnels est une richesse inestimable pour l'association 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 leur parole, sans jugement et de discerner avec elles, leurs besoins, leurs demandes autant que possible.

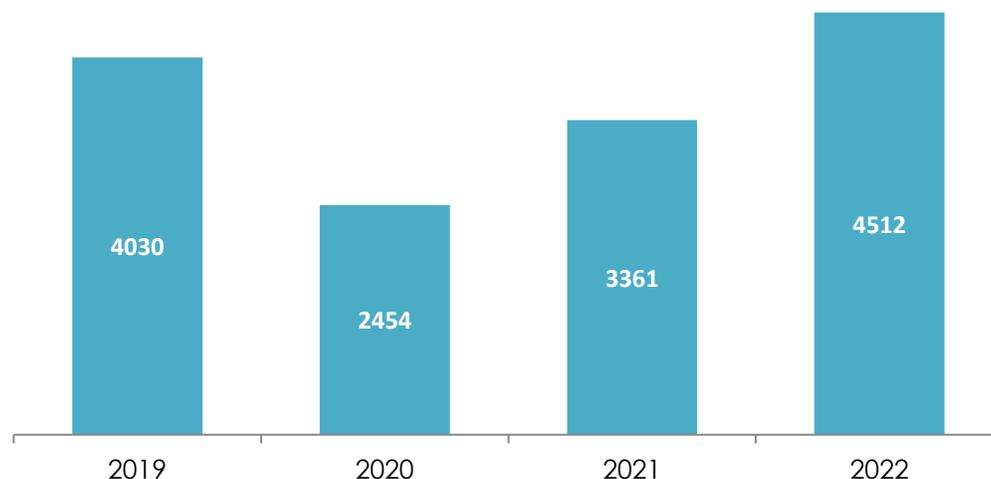
Lors de cet entretien, les personnes qui nous sollicitent sont informées de nos propositions d'entretiens individuels et de groupes d'expression. Elles peuvent également être réorientées si nécessaire vers d'autres dispositifs d'accompagnement. L'important pour nous est d'être clair sur ce que nous pouvons faire et ne pas faire et de nous assurer autant que possible que cela a pu être entendu et compris.

Les personnes que nous accompagnons peuvent aussi solliciter l'accueil pour des temps d'écoute sans rendez-vous, lorsqu'elles en ressentent le besoin. Ces temps leur permettent de parler de leurs préoccupations du moment, de maintenir du lien social en venant nous rencontrer et pour certaines, d'avoir un objectif 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 véritable savoir-faire.

L'Accueil, les chiffres

Evolution 2019-2022



Comme cela a été évoqué en introduction, en 2022, nous avons largement dépassé les chiffres des années précédentes, hors crise sanitaire, comme 2019.

Cette augmentation très importante de l'activité générale de l'association se ressent directement sur le nombre d'actes d'accueil. Nous en avons réalisé 4512 en 2022, soit 34% de plus qu'en 2021 et 12% de plus qu'en 2019.

Ils se décomposent en 1843 appels téléphoniques, 313 visites hors rendez-vous, ces visites pouvant concerner de nouvelles personnes et des personnes suivies qui passent à l'accueil pour échanger, 1599 consultations avec des psychologues et 757 accueils pour des personnes qui participent à nos différentes propositions de groupes.

Les permanences sont donc plus chargées pour les accueillants du fait du nombre croissant de réponses à apporter mais aussi du fait de leur diversité. Le changement dans la typologie des demandes qui s'est opéré en 2020-2021 se poursuit, ce qui complexifie la tâche et le niveau d'expertise nécessaire. Parmi ces nouveaux publics, nous pouvons identifier des jeunes en risque suicidaire, des personnes étrangères en situations sociales fragiles et face à une complexité dans la régularisation de leur situation administrative, des mineurs étrangers reconnus majeurs ou en attente de statut, des femmes victimes de violence ou d'agression, des actifs proches d'une situation de rupture, des jeunes en difficulté face à leur orientation sexuelle ou leur identité de genre etc.

Face à cette évolution il est important d'améliorer en continu la qualité de notre action et de faire en sorte que notre équipe soit en mesure de se sentir le plus à l'aise possible face à ces nouvelles demandes. Nos temps de réunions d'équipe nous permettent de faire ce travail de réflexion et de chercher auprès de nos partenaires les réponses les plus adaptées.

Nous avons également organisé en fin 2022 une formation interne pour l'ensemble de l'équipe sur le thème « Repérage de la souffrance psychique et du risque suicidaire ». Cette réflexion et cette formation continue sont des conditions sine qua non au confort de notre équipe et à la pertinence de nos interventions.

Avec le renforcement de notre équipe d'accueillants, nous continuons de réfléchir à de nouvelles modalités d'organisation. Actuellement, nos permanences sans rendez-vous sont ouvertes pour des temps d'écoute, du Lundi au Jeudi de 14h00 à 18h00.

Plusieurs hypothèses sont toujours à l'étude :

- Etendre la plage d'accueil
- Ouvrir des permanences certains matins de la semaine
- Elargir jusqu'au vendredi les jours d'accueil
- Proposer des permanences avec deux accueillants
- Proposer de nouvelles actions sur ces temps de permanences

Comme les années précédentes les idées ne manquent pas et nous allons réfléchir comment les combiner, les modifier, les expérimenter.

L'intensité de la demande à laquelle nous avons dû faire face cette année ne nous a pas laissé le temps suffisant pour les penser correctement et les mettre en place. Nous espérons pouvoir le faire l'année prochaine.

L'accompagnement individuel

Chaque personne accompagnée à l'association est suivie par l'un de nos psychologues cliniciens. 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.

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. Il va s'agir d'essayer de trouver quelles ressources extérieures et intérieures la personne peut activer pour se remettre en mouvement. 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.

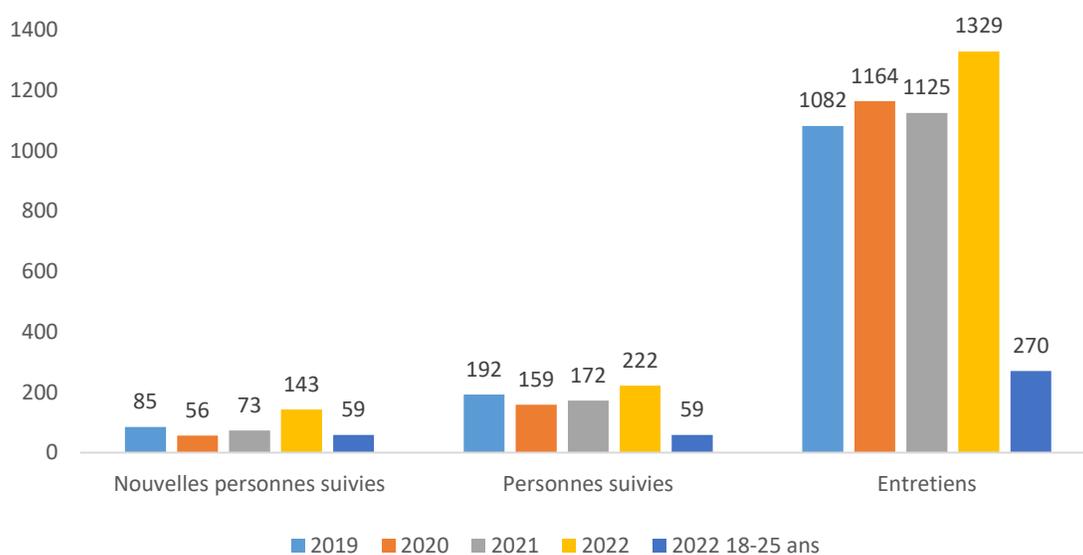
La souffrance psychique est un point commun vécu par les personnes que nous accompagnons. Cette souffrance plus ou moins aiguë peut aller jusqu'à la crise suicidaire et d'autres manifestations comme des passages à l'acte. Les entretiens avec les psychologues sont l'occasion d'élaborer autour de ce qui 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

Évolution 2019-2022



Afin de comprendre ces chiffres, il convient de rappeler, qu'en 2022, à la demande et avec le soutien de la Ville de Nantes, nous avons ouvert une consultation supplémentaire dédiée au 18-25 ans. Dans l'histogramme ci-dessus nous avons isolé les chiffres de cette nouvelle activité, afin de faciliter la comparaison avec les années précédentes.

Cette année, si on enlève les consultations 18-25 ans, notre équipe de psychologues a donc réalisé 1329 entretiens individuels, soit une augmentation de 18% par rapport à 2021 et de 22% par rapport à 2019.

Le nombre de personnes accompagnées est passé de 172 à 222, ce qui représente une hausse de 29% par rapport à 2021 et de 15% par rapport à 2019. Le nombre de nouvelles personnes suivies a, quant à lui, bondi de 95% par rapport à 2021 et de 68% par rapport à 2019.

Nous sommes donc face à une augmentation sans précédent de notre activité, sans que nos ressources humaines n'aient été augmentées en conséquence. Nous avons donc été contraints de faire des choix, afin de concentrer la disponibilité des psychologues sur les accompagnements individuels.

En plus de la surcharge de travail pour nos équipes, cette explosion du nombre de demandes et du besoin en accompagnements a pour conséquence un allongement

totallement déraisonnable du temps d'attente pour débiter un suivi. Il était d'environ 2 mois fin 2021, il est de plus de 4 mois fin 2022 et sera, si l'augmentation se poursuit à ce rythme, à plus de 6 mois courant 2023.

Les raisons de cette courbe exponentielle sont multiples, une clarification de notre offre avec le changement de nom de l'association, une communication plus large à cette occasion sur nos propositions, un effet rebond de la crise sanitaire, une situation nationale et internationale qui génère de l'angoisse, une saturation du service public de la santé mentale, une offre privée souvent débordée et pas toujours adaptée.

Face à cette impasse structurelle et à l'augmentation des besoins d'accompagnements, il est essentiel de trouver de nouveaux moyens financiers. Nous avons évalué qu'il nous faudrait un ½ ETP de psychologue supplémentaire pour faire face à la demande actuelle et ¼ voire ½ ETP supplémentaire pour suivre la courbe de l'augmentation des besoins.

Ce sera un de nos chantiers majeurs en 2023.

Focus sur la consultation 18-25 ans :

En 2022, la consultation 18-25 ans a permis d'accompagner 59 jeunes, avec 270 consultations.

Le projet du financement de cette consultation spécifique a été mis en chantier en mai 2021 suite à une réunion de concertation entre la Ville de Nantes et des acteurs associatifs du territoire, qui interviennent sur les questions de santé psychique. La demande de financement a été accordée en juillet 2021, pour la mise en place d'une action de soutien pour les jeunes de 18 à 25 ans pour les années 2021-2022.

Après un temps d'élaboration plus approfondi, de formalisation du projet, de recrutement et de rencontres avec les partenaires à se mobiliser sur ce projet, nous avons ouvert en janvier 2022 une consultation spécifique pour les jeunes de 18 à 25 ans. Cet espace est accessible sur rendez-vous le mercredi après-midi. Un psychologue clinicien est en charge des accompagnements. Cette proposition individuelle est complétée par une proposition de médiation collective dédiée.

En seulement quelques mois, les 20 places de la consultation se sont remplies.

Lors de la création de cette consultation, nous avons choisi de nous tourner vers les jeunes ayant eu le moins de possibilité d'accès aux espaces de santé psychique dans leur

parcours. Pour cela, nous avons choisi de faire d'abord connaître cette consultation aux partenaires qui accompagnent des jeunes aux parcours les plus complexes (Mission Locale, Service civique, Cap Jeunes etc.). Cette proposition a reçu un accueil très favorable et une relation de confiance s'est installée dans les orientations.

La consultation a rapidement été repérée et assez naturellement, nous avons reçu des jeunes dont les profils révèlent des aspects communs.

En tout premier lieu, il paraît essentiel de souligner que presque toutes les personnes reçues présentent des difficultés majeures dans l'inscription sociale, avec des parcours parsemés de ruptures. Nous recevons des jeunes passés au travers des mailles de la prévention. Ils consultent parfois pour la première fois un psychologue et bien souvent ils n'ont pas rencontré d'autre professionnel de santé depuis des années.

Le fait de prendre soin d'eux-mêmes, de leur santé physique ou psychique, est très loin dans la liste de leurs priorités.

Le deuxième aspect récurrent dans le profil de ces jeunes est la prépondérance des vécus traumatiques, qui s'accompagnent très souvent de pensées suicidaires (concernant plus de la moitié des personnes reçues), voire de passages à l'acte suicidaires, isolés ou multiples. Plus spécifiquement, il est important de noter que les problématiques de violences sexuelles sont très présentes. La possibilité de s'inscrire dans une «Consultation jeunes» perçue comme plus généraliste, et non dans un dispositif spécifique consacré à la question des violences, face auquel ces jeunes ne se sentent toujours légitimes, leur permet sans doute de dépasser une certaine inhibition à pouvoir aborder ces problématiques.

Dans l'ensemble, il ressort que ces jeunes se trouvent dans un état de fragilité assez critique et que la possibilité d'accéder à un espace de parole est indispensable pour eux.

La question qui se pose maintenant est celle de l'avenir de cette consultation expérimentale.

Les premières difficultés qu'elle rencontre aujourd'hui se situent dans les perspectives que nous pouvons offrir aux jeunes reçus, à savoir une sérénité quant au dispositif qui les accueille. En effet, la stabilité institutionnelle au moyen d'un financement pérenne permettrait d'aborder, avec la tranquillité nécessaire, la question de leur santé psychique.

Une autre difficulté que nous rencontrons se situe dans la saturation de notre capacité d'accueil. Les situations des jeunes étant souvent particulièrement complexes, nous ne pouvons éthiquement allonger le délai entre les rendez-vous pour augmenter notre

capacité d'accueil, dans la mesure où l'écoute et le soin, dans des situations aussi pressantes, ne sauraient se faire avec des rencontres trop à distance.

Le repérage dans le maillage institutionnel, le bouche à oreille, tendent également à faire croître le nombre de demandes que nous recevons.

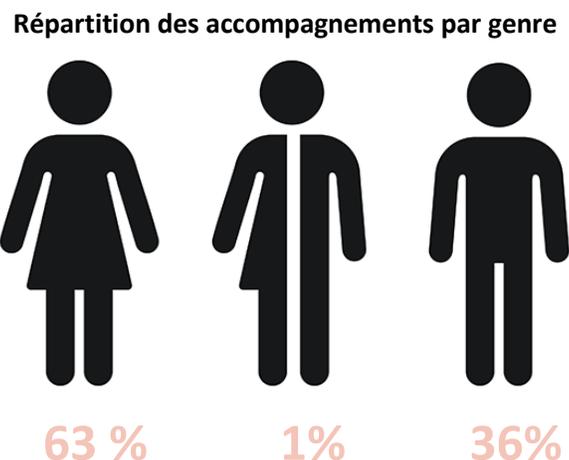
La perspective d'augmenter notre capacité d'accueil permettrait de conserver des délais d'attente supportables pour ces jeunes, qui souffrent déjà de trouver des portes fermées, que ce soit par les délais d'attente en ambulatoire ou l'impossibilité d'assumer pour des raisons financières un suivi libéral, malgré un besoin urgent d'écoute.

Faire entrer cette consultation 18-25 ans dans le cadre du Conseil Local de Santé de la Ville de Nantes permettrait de sécuriser ce dispositif et d'envisager son développement.

Enfin, notre dernier axe de travail se situe sur la mise en relation avec les autres acteurs et partenaires de la santé, du médico-social, du social, de l'enseignement ou de l'insertion, afin de pouvoir proposer un accompagnement plus complet et diversifié.

Dans ce sens, le succès de la journée de réflexion autour du travail partenarial que nous avons organisée en mai nous permet d'ouvrir de nouvelles perspectives de liens, que nous souhaiterions renforcer.

Répartition par genre et par âge des personnes accompagnées

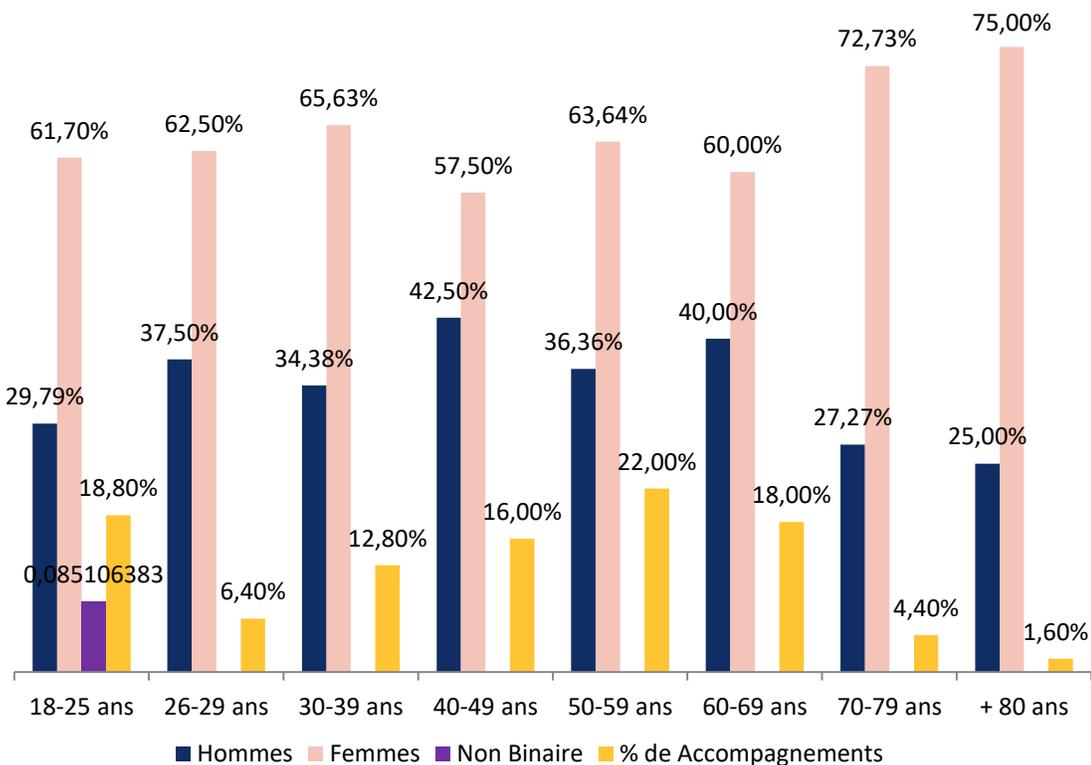


La répartition de nos accompagnements a légèrement variée, avec une augmentation de 1% du nombre de femme, cette proportion entre hommes et femmes est la même depuis de très nombreuses années.

L'ouverture de la consultation jeune est venue faire évoluer cette distribution car elle a eu pour effet d'orienter vers nos propositions des personnes en questionnement sur leur genre.

Si cette question de l'identité de genre ne concerne que 1% des personnes que nous accompagnons, elle concerne plus de 8% des 18-25 ans, ce qui est loin d'être négligeable, d'autant que cette problématique est une des raisons de leur consultation car elle participe pour eux à l'émergence d'une souffrance psychique. Il s'agit donc d'une question à laquelle nous allons devoir nous intéresser afin d'adapter, si besoin, nos accueil et notre accompagnement. Nous sommes déjà en lien avec l'association Nosig Centre LGBTQIA+ de Nantes et avec la Maison de Adolescent de Loire Atlantique, pour nous accompagner dans ces réflexions.

Répartition des accompagnements par âge et par genre



L'ouverture d'une consultation dédiée au 18-25 ans a eu pour effet mécanique de modifier la répartition de l'âge des personnes accompagnées, ce qui rend la comparaison avec les années précédentes assez complexe.

Les moins de 30 ans représentent en 2022, 25% des suivis contre 11% en 2021. Mais cette évolution n'est que la suite logique d'un processus qui avait commencé en 2021, où leur proportion était passée de 5% à 11%.

Entre 2020 et 2022, il y a donc eu une augmentation de 20% de la part des moins de 30 ans dans les personnes que nous accompagnons.

C'est à la fois une conséquence directe de la crise sanitaire qui, comme le montrent de nombreuses études, a impacté très fortement la santé psychique des jeunes. Mais c'est également le fruit du changement de nom de l'association, qui a permis de clarifier notre image, de communiquer vers de nouveaux partenaires et par conséquent de toucher de nouveaux publics.

Nous pouvons également noter que la proportion des personnes de plus de 60 ans représente toujours environ 25% de nos accompagnements. Nous suivons autant de personnes entre 60 et 69 ans que de personnes entre 40 et 49 ans, ce qui est une évolution significative par rapport à 2021.

Les premières hypothèses que nous pouvons esquisser vont dans le sens d'une santé psychique dégradée chez les plus de 60 ans suite à la crise sanitaire. La problématique réside dans le fait que la prise de conscience de ce besoin d'écoute se confronte à la complexité pour y trouver des réponses, principalement du fait d'une saturation de l'offre de service public et de niveaux de ressources qui rendent l'offre libérale inaccessible. D'où la sollicitation de dispositifs comme le nôtre.

Les groupes d'expression

Les personnes accompagnées individuellement par les psychologues peuvent intégrer, si elles le désirent, des groupes d'expression.

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

Avec ces cinq 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.

Expression du corps par le mouvement

Ce groupe est dédié au 18-25 ans. L'idée de ce groupe est d'aborder les différents états de corps en le mettant en mouvement.

Le mouvement sollicite les sens, stimule le réseau neuronal et ses interconnexions. Les variations, les mouvements corporels enrichissent l'expression sensible, diversifient les points de vue, la relation à la pensée et colorient ainsi le mouvement pour lui donner du sens.

Les principales notions travaillées sont le regard, la respiration, l'ancrage, les postures, les différentes qualités de mouvement, l'espace et le temps, la perception, la présence à soi et à l'autre. C'est une manière d'élargir son vocabulaire corporel.

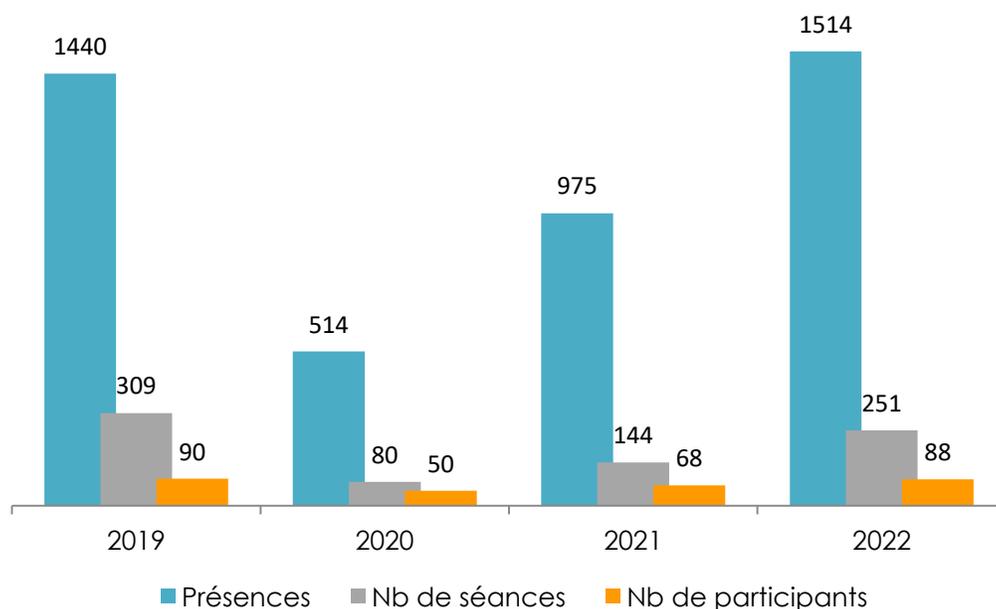
Échange, partage et convivialité

Cette proposition de groupe convivial en autonomie est ouverte à toutes les personnes accompagnées par l'association. Elle leur permet de se retrouver une fois par semaine pour faire du lien et partager autour de boissons et de gâteaux.

Les groupes d'expression, les chiffres

	Nb de séances par semaine	Nb de séances en 2022	Nb de participants	Présences
Dessin	1	46	11	269
Écriture	2	92	20	529
Expression scénique	1	43	21	282
Expression par le mouvement	1	31	10	67
Groupe d'échanges et de convivialité	1	39	26	367
	6	251	88	1514

Évolution des groupes 2019-2022



Cette année marque un retour à la normale de nos propositions de groupes sans limitation ni interruption d'activité.

Suite à l'ouverture de la consultation 18-25 ans, nous avons ouvert une nouvelle proposition de groupe autour du corps et du mouvement, ce qui fait que nous avons maintenant 5 propositions et 6 groupes.

Les chiffres de ces actions sont également en augmentation, 1514 participations en 2022 contre 1440 en 2019, soit une progression de 5%. Les années 2020 et 2021 n'étant pas significatives du fait des restrictions sanitaires.

Même si le profil des personnes que nous accompagnons évolue, il y a toujours une forte demande autour des groupes. Ils répondent à un véritable besoin des personnes que nous accompagnons et font partie intégrante de la pertinence de notre action. Nous travaillons donc pour être en mesure de les élargir et de les diversifier.

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

Depuis plus de vingt ans, nous proposons cette modalité d'accompagnement spécifique 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 d'un groupe d'échange et de soutien mutuel. Il rassemble, sur inscription et engagement préalable, des personnes qui traversent cette épreuve complexe qu'est le suicide d'un proche.

Chaque groupe est composé d'une dizaine de personnes et se rencontre sur une durée d'1h30, en soirée, une fois tous les 15 jours et ce pendant 6 mois. A la suite de ces 10 séances, un temps de reprise est proposé 6 mois après la fin du groupe.

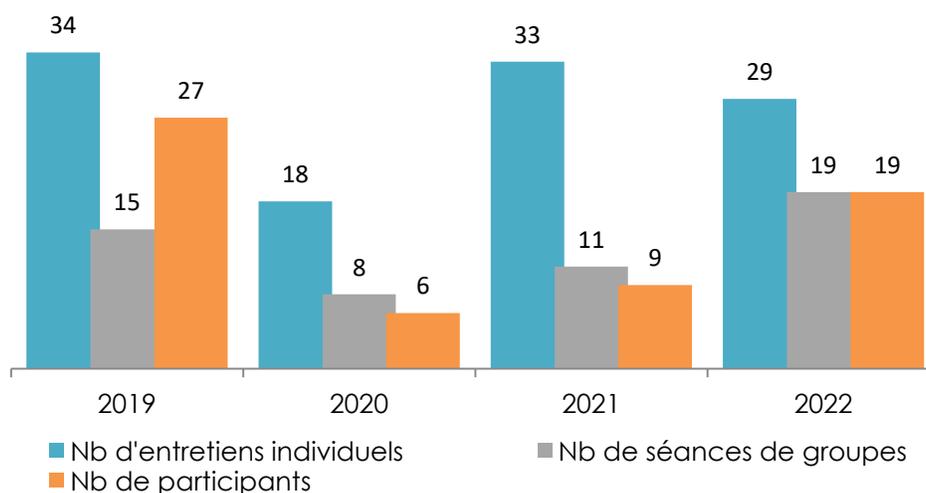
Les participants sont reçus individuellement avant la mise en place des groupes afin de présenter et de préparer l'entrée en groupe. Des entretiens peuvent également être proposés ou demandés après la fin des groupes, et parfois même parallèlement aux groupes.

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

Évolution du groupe 2019-2022



Cette année nous avons accompagné 3 groupes. Un avec lequel nous avons fait une séance de reprise en début 2022. Un autre qui avait débuté fin 2021 et qui s'est terminé au premier semestre 2022. Et le dernier qui a commencé en septembre 2022 et qui se terminera début 2023.

Les demandes pour ce groupe sont stables et les personnes qui y participent nous font systématiquement état des bénéfices qu'il leur a apporté.

Nous réfléchissons à une formalisation de notre modalité d'action, afin de faciliter le transfert de compétences en interne, mais également auprès d'autres professionnels qui souhaiteraient développer ce type de proposition. Nous avons eu plusieurs demandes dans ce sens, provenant d'autres régions de France.

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 postvention.

Un nouveau groupe devrait s'ouvrir en 2023 en lien avec l'équipe de prévention du suicide de l'hôpital de Saint-Nazaire, avec l'objectif de deux groupes dans l'année. Cette expérimentation sera financée par l'association grâce à un don d'une personne ayant participé au groupe endeuillé.

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

Que sont les mesures ASIP à Solipsy ?

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 :

- être accompagné face à la souffrance psychique
- 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.

Actions Principales

- Une permanence d'Accueil sans rendez-vous du Lundi au Jeudi de 14h00 à 18h00
- Des Entretiens Individuels avec des psychologues dans nos locaux ou directement dans les Espaces des Solidarités qui nous sollicitent.
- Des Groupes d'Échange, d'Expression et de Créativité
- Des Groupes de Parole autour de thématiques spécifiques
- Notre action se met en place sur orientation des bénéficiaires par les prescripteurs spécialisés et sur sollicitation des allocataires

Actions complémentaires

Dans le cadre du travail en Commission Locale Insertion (CLI), l'association est sollicitée 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 allocataires du RSA, afin d'expliquer leurs actions et leurs zones d'intervention et de faciliter les orientations vers nos dispositifs,

- en soutien de travailleurs sociaux en difficulté lors de suivis d'allocataires en situation de souffrance psychique, d'isolement, de mal-être et ou de risque suicidaire.

Actions spécifiques

Depuis le début de l'année 2018, nous sommes associés à l'action En Corps en Je, coordonnée 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,
- de 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
- d'accompagner ces expériences, en permettant la conscientisation, l'accueil et l'expression de ce qui se vit dans le non-jugement.
- de permettre à chacun de prendre confiance en ses capacités, susciter du vouloir et développer son pouvoir d'agir.

Cette année, nous avons continué à accompagner ce projet. Nous avons proposé un temps spécifique d'information sur les actions de l'association, aux personnes engagées dans cette action. Ce qui a permis à certains d'entre eux de venir sur nos permanences d'accueil et de solliciter un accompagnement.

Nous avons également ouvert des places spécifiques dans nos différents groupes d'expression afin de permettre aux bénéficiaires de cette action de pouvoir les découvrir et s'ils le souhaitent de les intégrer par la suite. Plusieurs d'entre eux s'y sont inscrits et sont venus y participer.

En complément de ces actions pour les participants nous avons proposé deux temps de régulation, d'échange et d'analyse de la pratique aux intervenants de cette action, avec une de nos psychologues, afin de leur offrir un espace de partage et de réflexion sur leurs vécus dans l'accompagnement de ce groupe.

Les mesures ASIP, les chiffres

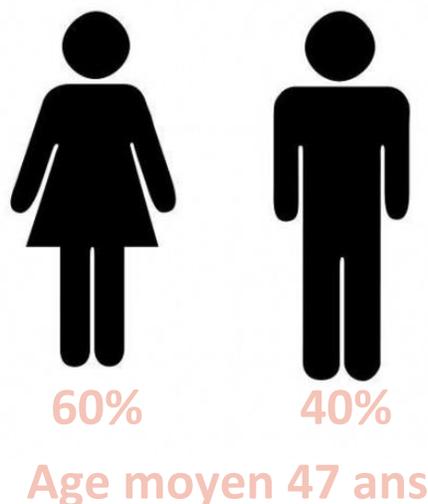
En 2022, nous avons rencontré 50 allocataires du RSA, ce nombre de demande d'accompagnements est en très forte hausse par rapport à 2021, nous en avons reçu 20, ce qui représente une augmentation de presque 110%.

Il peut y avoir plusieurs niveaux d'explications à ce grand nombre de sollicitations, tout d'abord, le changement de nom de l'association qui augmente notre visibilité et clarifie l'objet de nos actions, mais également la forte croissance générale autour des besoins en matière d'accompagnement des problématiques de santé psychique, à laquelle les allocataires du RSA ne font pas exception.

Nous avons également développé des actions d'aller-vers, en proposant des permanences de psychologues dans trois Espaces Des Solidarités (EDS) de la délégation, Ile de Nantes, Dalby Doulon et l'Unité RSA de Nantes. La mise en place de ces temps a permis à la fois aux professionnels de mieux identifier nos actions, mais également aux allocataires d'avoir un premier contact avec une de nos psychologues, dans un espace connu et rassurant.

Ces rencontres ont donc permis d'orienter plus de personnes sur nos actions et de poursuivre des accompagnements avec les personnes reçues dans les EDS.

Sur ces 50 allocataires, il y a 30 femmes et 20 hommes, pour une moyenne d'âge de 47 ans.



Comparativement à l'année précédente, ces proportions ont également évoluées, en 2021 nous avons un ratio de 85% de femmes pour 15% d'hommes.

Le nombre d'hommes qui sollicitent nos propositions est donc en très nette augmentation, avec une progression de 25%. Ces chiffres rejoignent maintenant les ratios hommes/femmes que nous avons sur l'ensemble des personnes que nous accompagnons.

La Convention avec le département permet l'accueil et l'accompagnement de 30 personnes chaque année. Nous avons donc très largement dépassée nos capacités d'accueil. A la fin du mois de décembre 2022, il y avait encore 28 allocataires accompagnés, nous allons donc voir comment cette file active évolue dans les prochains mois.

Au travers de nos rencontres avec les services qui accompagnent les allocataires comme dans les échanges en Commission Locale d'Insertion, un constat revient de manière récurrente : il y a un nombre croissant d'allocataires du RSA qui sont en situation de souffrance psychique. Il est parfois complexe pour eux, comme pour beaucoup d'entre nous de savoir quoi faire face à cette souffrance : est-ce que cela va passer, à qui en parler, ou trouver un lieu, je ne suis pas fou, les autres ne vont pas comprendre, cela coûte trop cher.

Face à ces questions la réalité de l'accompagnement de la santé psychique est problématique, comme nous avons déjà eu l'occasion de l'évoquer, les structures de soins, hospitalières et extra hospitalières sont saturées, l'offre en libérale est souvent inabordable financièrement, le dispositif Mon Psy ne répond pas aux besoins, il est peu accessible, mal calibré et ne s'inscrit pas dans un accompagnement dans la durée.

Cela peut conduire une partie de ces allocataires dans une impasse. Pour certains d'entre eux, cette souffrance psychique est un frein important, pas toujours verbalisé où verbalisable, dans leur parcours d'insertion sociale et professionnelle.

En revanche, cette souffrance est le plus souvent bien identifiée par les professionnels qui suivent les contrats d'engagement réciproque, mais une fois encore se posent les mêmes questions : est-ce que cette souffrance va durer, à qui en parler, ou trouver un lieu, est-ce qu'il souffre d'une pathologie, il ne va pas comprendre que j'aborde la question, cela coute trop cher, il n'a pas les ressources. A laquelle s'ajoute celle de la légitimité du professionnel : est-ce que je suis le mieux placé pour en parler, je ne suis pas médecin, je ne suis pas psy.

Face à ces questions il n'existe aujourd'hui que peu d'alternatives adaptées.

Notre proposition d'accompagnement s'inscrit dans ces interstices et répond à un besoin, qui comme le montre les chiffres, est en très nette augmentation.

Notre objectif est donc de poursuivre ces actions, en proposant une réponse efficiente et adaptée aux problématiques de santé psychique pour les allocataires du RSA. Les propositions d'aller vers en EDS portent leurs fruits, nous allons les consolider et travailler à les rendre encore plus accessibles.

Nous souhaitons également proposer des sensibilisations sur les questions de santé psychique pour les professionnels, afin de développer leurs connaissances, de valoriser la qualité de leur travail de soutien à une bonne santé psychique, de renforcer leur légitimité à aborder ces questions et leur confort pour le faire.

Nous envisageons de renouveler notre proposition de groupes de parole thématiques, mais nous devons retravailler les besoins avec les EDS et les allocataires afin de cibler au plus juste cette action.

Notre objectif est de pouvoir développer une offre adaptée, évolutive et complémentaire du droit commun, pour répondre aux besoins en matière de santé psychique et aux enjeux qui s'imposent pour un accompagnement de qualité.

Les actions de promotion de la santé psychique

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 promouvoir la santé psychique
- 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

	Etablissements	Lieux	Nombre d'interventions	Nombre de jeunes	Nombre de parents	Nombre de professionnels	Intervenants
1er Semestre	Lycée la Herdrie	Basse-Goulaine	1	2	40	2	2 psychologues
	ARIFT	Nantes	2	124	0	0	1 psychologue
	Lycée JBE	Ancenis	1	40	0	2	1 psychologue
	Service Civique	St Nazaire	3	40	0	2	2 psychologues
	Service Civique	Nantes	8	78	0	6	2 psychologues
	MDM	Nantes	7	35	0	9	1 psychologue
2nd Semestre	Service Civique	St Nazaire	2	48	0	0	2 psychologues
	Service Civique	Nantes	13	90	0	55	2 psychologues
	Service Civique	Angers	2	12	0	16	1 psychologue
	ARIFT	Nantes	2	105	0	0	1 psychologue
	MDM	Nantes	3	15	0	4	1 psychologue
			47	627	40	100	

Les chiffres de cette année sont en augmentation comparativement à 2021.

Le nombre d'interventions est en nette hausse 47 contre 25, cela s'explique par la modification de certains de nos publics, avec lesquels nous avons fait le choix de travailler sur un nombre de séances plus important. Ce choix se traduit naturellement par une hausse de 10% du nombre d'heures consacrées à l'action.

Le nombre de jeunes rencontrés est en très légère baisse de 6 % mais toujours bien au-delà de la cible attendue (+56%).

Le nombre d'adultes rencontrés est lui en augmentation, 140 contre 34, principalement par une action de formation pour les coordinateurs d'Unis Cité de la Région et par une action pour les parents d'élèves du Lycée de la Herdrie.

Cette année nous avons donc renforcé nos partenariats et développer de nouvelles actions :

- Avec le Lycée de la Herdrie, comme nous l'évoquions, nous avons proposé une conférence débat autour du thème : « Les adolescences et les crises ». Ce temps d'échange, qui a rassemblé une quarantaine de parents de lycéens, a permis d'aborder les questions relatives au stress, aux conflits, à la communication, aux violences, à la souffrance psychique des jeunes et des adultes, au risque suicidaire et à la pathologie.
- Avec l'ARIFTS, nous avons proposé des cycles d'interventions auprès des futurs professionnels du social et du médico-social. Ces interventions autour de la promotion de la santé psychique, du repérage de la souffrance et du risque suicidaire, sont à la croisée des chemins. En effet, elles sont destinées à des jeunes qui ont très majoritairement moins de 25 ans, mais aussi, de fait, à des futurs professionnels qui seront, pour une partie d'entre eux, amenés à accompagner des jeunes.
- Avec le Lycée Jean-Baptiste Eriau, nous avons poursuivi les actions débutées en 2021, avec les prépa-apprentissage.
- Avec Unis-Cité, nous avons renforcé notre partenariat en proposant 3 actions :
 - Avec les volontaires à Nantes et Saint-Nazaire autour de 3 temps d'intervention
 - Avec les coordonnateurs de la Région Pays de la Loire, autour d'une sensibilisation au repérage de la souffrance psychique et du risque suicidaire
 - Avec les volontaires de la mission Repairs Santé à Nantes, Saint-Nazaire et Angers, avec des actions de formation, d'accompagnement et d'analyse de la pratique.
- Avec Médecins du Mondes, nous avons construit une série d'intervention autour de la santé psychique et des compétences psychosociales, à destination des jeunes Mineurs Non Accompagnés (MNA) de l'accueil de jour de Nantes. Ce projet nouveau initié en 2021 a été très riche et dépasse toutes nos espérances en matière d'adhésion à la proposition, mais dévoile également l'ampleur du travail à réaliser avec ce public et les manques de possibilités d'accompagnement.
- Avec le CFA Intelligence Apprentis, nous avons proposé des groupes d'échange autour de la santé psychique.

Comme les années précédentes, la majorité des jeunes que nous avons rencontrés sont dans des parcours difficiles ou complexes, mais ils n'ont pour autant que très rarement l'occasion de parler de leur santé psychique.

C'est là que se situe toute la pertinence de notre intervention, car faciliter l'identification de ce qui fait notre équilibre psychique, favoriser le partage avec d'autres pour trouver des ressources, échanger pour se sentir moins isolé face aux situations qui déstabilisent, tels sont les questionnements et les enjeux de santé publique que nous soulevons avec ces jeunes.

Du fait de la reconnaissance et de la visibilité de nos actions, nous avons peu de difficulté à les développer, les demandes et les propositions dépassent très largement nos moyens d'intervention.

Notre principale difficulté réside dans l'embolisation structurelle du système d'accompagnement des jeunes autour de leur santé psychique. Cela pose des problèmes graves d'amont et d'aval, à la fois dans l'orientation en cas de problématique afin de prévenir une aggravation et dans la gestion de crise du fait de cette saturation. Cela n'est pas sans conséquence également pour les professionnels et les adultes en général qui accompagnent ces jeunes, avec un très fort sentiment d'impuissance, de frustration et parfois de résignation, qui de fait, nuit au repérage et à la prévention.

De nouvelles pistes d'actions se dessinent :

- Avec de nouveaux CFA
- Avec la MLDS de Nantes
- Avec la cité éducative de Saint Nazaire, nous y avons intégré le groupe de travail santé bien-être
- Avec la Direction des services départementaux de l'Éducation nationale de la Loire-Atlantique (DSDEN 44), pour des actions auprès des professionnels et des élèves dans des établissements cibles

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 promouvoir la santé psychique
- 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 seniors :

- 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, l'association 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 Mutualité Sociale Agricole (MSA) 44-85 sur des temps de formation pour les professionnels.

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

Les actions de prévention auprès des seniors, les chiffres

Structures	Lieux	Type d'intervention	Nombre			Intervenants
			Interventions	Participations	Salariés-bénévoles	
CCAS Animation Seniors	Saint-Nazaire	Gp de Parole	10	98	2	1 psychologue
Conseil des Aînés	Saint-Nazaire	Gp de Parole	2	16	1	1 psychologue
ORPAN	Nantes	Gp de Parole	3	45	3	1 psychologue
CCAS RIG	Nantes	Gp de Parole	11	129	1	1 psychologue
Résidence les Girandières	Nantes	Gp de Parole	2	15	3	1 psychologue
MSA 44-85	Nantes	Formation	3		30	1 psychologue
			31	303	40	

Le nombre des interventions de 2022 et le nombre de seniors rencontrés sont stables par rapport à 2021.

Au cours de l'année, nous avons poursuivi nos actions déjà engagées avec la Ville de Saint-Nazaire, l'ORPAN à Nantes, le Restaurant Intergénérationnel du Breil à Nantes pour proposer des groupes de parole thématiques.

Ces actions auprès de publics très variés, issus de milieux sociaux différents, ayant des parcours de vie différents, avec des réalités de vie différentes, ont atteint des objectifs communs : créer du lien social, favoriser l'émergence de la parole sur sa santé psychique, de le conscientiser de faciliter pour soi et pour les autres ce qui peut faire ressource et ce qui peut faire difficulté.

Ouvrir la parole sur ces questions, avec les seniors est un enjeu majeur pour faciliter le repérage et l'accompagnement de l'isolement et de la souffrance psychique.

Les actions auprès des professionnels

Accompagnement d'équipes

Cette année, nous avons accompagné plusieurs équipes, aussi bien sous forme d'analyse de la pratique que de formations ou de sensibilisations.

- Les groupes d'échanges 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 :
 - « Repérage du mal-être et du risque suicidaire » pour les élèves de l'Institut de Formation aux Métier d'Aide (IFMA)
 - « Santé psychique, mal-être et risque suicidaire » sensibilisation pour les coordonnateurs du service civique d'Unis-Cité de la Région Pays de la Loire et formation pour les bénévoles du Groupe de Prévention du Suicide (GPS) de Challans

Structures	Lieux	Type d'intervention	Nombre		Intervenants
			Interventions	Participants	
IFMA	Nantes	Formation	1	30	1 psychologue
GPS de Challans	85	Formation	1	15	1 psychologue
Petits Frères de Pauvres	44	Analyse de la pratique	2	15	1 psychologue
Conseil Départemental	Nantes	Analyse de la pratique	2	4	1 psychologue
Unis Cité	Nantes	Sensibilisation	1	55	1 psychologue
			7	119	

Actions avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) 44-85 et dans le monde agricole

Depuis de nombreuses années, nous avons avec la MSA 44-85, un partenariat avec une convention pluriannuelle, pour le développement et la mise en place d'actions de promotion de la santé psychique et de prévention du mal-être.

Ce partenariat s'articule autour de trois axes :

- A destination des salariés ou bénévoles des Organisations Professionnelles Agricoles (OPA), dans le cadre des réseaux 44 et 85. L'objectif est 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 des salariés de la MSA 44-85. L'objectif est de proposer des temps de formation sur une journée sur la prévention du mal-être chez les exploitants agricoles et le repérage du risque suicidaire. Cette formation fait suite à des temps de sensibilisation qui avaient été organisés pour ces salariés en 2018.
- 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 » (AD).

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.

Sur la base de ces interventions nous avons également été sollicités pour intervenir auprès de nouveaux partenaires comme l'association du Service de Remplacement de Loire Atlantique, afin de proposer des actions de sensibilisation sur la question du mal-être, dans le cadre des Assemblées Générales de leur association locale. Cette action

nous a permis de toucher un large public du monde agricole, paysans, salariés, retraités, militants associatifs, administrateurs de structures de mutualisation, conjoints et conjointes d'agriculteurs. Au cours de ces actions nous avons pu aborder, la relation d'aide, le repérage du mal-être, la stigmatisation et les spécificités du monde agricole et rural sur ces questions.

Site	Ville	Type d'intervention	Nombre		Intervenants
			Intervention	Participants	
MSA OPA 44	Nantes	Formation	2	15	1 psychologue
MSA OPA 85	La Roche/Yon	Formation	1	15	1 psychologue
MSA Salariés	Nantes	Formation	1	15	1 psychologue
MSA Salariés	La Roche/Yon	Formation	1	15	1 psychologue
MSA 44 Bénévoles Prévention	Nantes	Sensibilisation	1	30	1 psychologue
MSA OPA 44	Pontchâteau	Formation	2	15	1 psychologue
MSA OPA 44	Nantes	Formation	1	15	1 psychologue
MSA OPA 85	La Roche/Yon	Formation	2	15	1 psychologue
MSA OPA 85 Journée Annuelle	La Roche/Yon	Sensibilisation	1	15	1 psychologue
SR 44	44	Sensibilisation	5	150	1 psychologue
MSA AD	La Roche/Yon	Formation	3	15	1 psychologue
			20	315	

Actions de Réseau et de partenariats :

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

- Le Plan Territorial de Santé Mentale de Loire Atlantique, dans lequel nous participons à des commissions et pour lequel nous sommes intervenus dans des tables rondes.
- Le Conseil départemental au sein du Conseil Départementale Insertion et par le biais du projet En Corps en Jeu.
- Le réseau REPERES 44 de recherche et de prévention du suicide, dont nous sommes membre fondateur et membre du bureau. Nous y sommes très investis aussi bien dans la coordination que dans les actions.
- L'évaluation participative santé, "Pour une métropole en pleine santé, pour tous"
- La Convention Citoyenne de Nantes Métropole, avec une participation en qualité d'expert aux travaux de sur la thématique de l'isolement et de la santé psychique.
- Les assises des solidarités de la Ville de Nantes
- 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 groupe Santé Mentale du quartier de la Bottière à Nantes, qui rassemble des acteurs de terrain, associatifs et institutionnels.
- Le projet Ville Amie des Aînés à Nantes sur lequel nous intervenons dans la réflexion sur la mise en place du plan d'actions.
- Le projet de Maison de la Longévité et des Générations de la Ville de Nantes.
- Le réseau Monalisa qui agit pour lutter contre l'isolement des seniors
- Le Solidares'O qui rassemble différents acteurs de la solidarité sur le quartier Nantes Centre.
- L'ORPAN association des seniors Nantais dans laquelle nous sommes administrateur.
- Le projet de Conseil Local de Santé Intercommunal de la CARENE
- Le projet Ville Amie des Aînés à Saint Nazaire sur lequel nous intervenons pour la mise en place d'action ciblées.
- Le groupe Santé Bien-être de la cité éducative de Saint-Nazaire.

Nous avons également de nombreuses rencontres relatives à la présentation, la construction et la mise en place de nos actions.

Conclusion

Le principal constat de cette année 2023 est l'augmentation considérable de notre activité globale et principalement des demandes d'accompagnement individuel.

Comme nous l'avons évoqué les explications sont multiples : un niveau de souffrance psychique important dans notre société, avec une demande mieux identifiée, et donc un besoin d'écoute et de suivi, couplé à une clarification de l'offre de notre association depuis le changement de nom. Ce besoin se confronte à une saturation dramatique des possibilités d'accompagnement en Centre Médico Psychologique et des propositions de suivi en libéral pas toujours lisibles et difficilement accessibles financièrement pour une grande partie de la population.

La combinaison de ces différents facteurs conduit à une embolisation de nos capacités d'accompagnement avec des délais d'attente pour un premier rendez-vous, qui dépassent nos pires craintes.

Les faits sont là alors comment y faire face ?

Tout d'abord, en ne perdant pas de vue nos 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. C'est sur la base de ces principes que nous pouvons continuer de proposer en équipe, une offre adaptée, qui prenne en compte la singularité de chacun. Et c'est le travail remarquable que toute l'équipe de Solipsy a su faire cette année. Nous avons su innover et proposer de nouvelles modalités d'accueil et d'accompagnement, avec l'ouverture de la consultation 18-25 ans, et son groupe d'expression dédié, en réorganisant nos locaux afin de les rendre plus confortables pour tous, en continuant d'élargir notre offre de sensibilisation, tout en continuant de penser et de rénover nos instances et nos modalités d'organisation.

Mais il est évident que ces réponses doivent aussi être globales et le fruit d'une réflexion à l'échelle d'un territoire. C'est la raison pour laquelle nous sommes actifs dans de multiples instances, commissions et réseaux, afin de partager les constats et de participer à cette construction collective. Et c'est précisément ce pourquoi nous avons souhaité organiser la rencontre sur le partenariat comme réponse aux problématiques de santé psychique. Le succès de cette journée est la preuve de la justesse de cette thématique.

Mais pour que cela fonctionne, il est nécessaire que chacun puisse dépasser son cadre habituel de fonctionnement, son individualisme organisationnel et institutionnel. Face à l'urgence et à l'ampleur de la tâche, il nous faut œuvrer collectivement dans l'intérêt

commun des personnes en souffrance psychique, de leur proches et de ceux qui les accompagnent.

C'est une partie de notre lien social qui se joue dans notre capacité de réponse.

Pour cela, il est impératif de repenser les modèles d'accompagnement autour du soin psychique. Celui que nous proposons à Solipsy, en est un qui montre toute sa pertinence.

L'absence de sectorisation, la gratuité, la localisation centrale, ainsi que les permanences d'écoute sans rendez-vous permettent une grande ouverture et une accessibilité. Le fait d'être une association est pour certain moins inquiétant ou stigmatisant que les structures hospitalières et plus rassurant que la jungle des propositions libérales. La combinaison de salariés, de bénévoles et de prestataires permet une diversité des profils, des points de vue, des expériences, qui enrichissent nos réflexions et la qualité de nos propositions. Notre positionnement, à la croisée des chemins entre le social, le médico-social, le sanitaire et le libéral est un atout qui nous offre un panel étendu de partenariats, de soutiens, de projets à développer et de propositions à construire.

Il ne s'agit pas seulement là de rendre hommage et de valoriser le travail que fait l'association et ses équipes depuis 40 ans, mais bien de montrer que d'autres modèles peuvent prendre toute leur place en complémentarité, afin de répondre à cette explosion des besoins, des demandes et des préoccupations autour de notre santé psychique.

Plus prosaïquement, ces valeurs, cette adaptation, ce collectif, cette solidarité, ne peuvent être articulés, sans moyens financiers qui permettent de mettre en œuvre des moyens humains. Et c'est bien face à cette difficulté d'adaptation des moyens financiers à l'augmentation des besoins que nous sommes confrontés actuellement.

La réponse humaine à ces problématiques à un coût que notre société doit accepter de payer au risque de devoir le payer encore plus cher. Nous allons donc poursuivre nos efforts pour convaincre nos partenaires financiers actuels et futurs, de la pertinence de notre modèle, de l'intérêt de le soutenir et de le développer.

La Santé Psychique est un droit que nous devrions tous pouvoir revendiquer. Son accessibilité est un enjeu majeur aujourd'hui et pour les années à venir, pour une société moins stigmatisante, plus inclusive et donc plus juste. Il est essentielle pour nous de continuer à proposer un Accueil, un Accompagnement et une Sensibilisation à toutes les personnes qui souhaitent et ont besoin d'en prendre soin.