

La pomme est meilleure sans l'étiquette, l'homme aussi...

ACTION • Lundi, Journée mondiale de la santé mentale: Fribourg participe à la campagne romande de sensibilisation à une réalité sociale.

CLAUDINE DUBOIS

«Et si on parlait du rire, échanger à rire ouvert, du rire à la dérision vis-à-vis de la maladie, du rire à l'humour sur soi... Et encore de médicaments, et de la confiance entre le patient et le psychiatre...» Glanée dans le livre d'or de l'Association fribourgeoise action et accompagnement psychiatrique, à Fribourg, cette citation est révélatrice du rôle de l'AFAAP. Celui d'un pont entre les institutions de santé et la société, qui accueille des adultes, souvent au bénéfice d'une rente AI en raison de troubles psychiques.

Créée en 1992, l'AFAAP a surtout connu un développement spectaculaire en 2004, avec l'engagement de deux nouveaux collaborateurs, l'installation à l'avenue Hans-Fries, le développement de l'aile allemande et le doublement du nombre de bénéficiaires, explique Lionello Zanatta, travailleur social à l'AFAAP.

Lundi, l'association participera à une campagne romande de sensibilisation, dans le cadre de la Journée mondiale de la santé mentale. De 11 h à 13 h, une petite délégation distribuera des pommes et des tracts à la gare de Fribourg avec la devise: «La pomme est meilleure sans l'étiquette, l'homme aussi...». Explication par Lionello Zanatta: on ne voit pas le cœur de la pomme si l'on s'en tient à l'étiquette. De même, on ne peut pas voir l'essence de l'homme si on s'arrête à l'étiquette. «Si l'on cloisonne les patients psychiques comme inadaptés, exclus ou incapables, on ne pourra jamais les apprécier et les intégrer», note le travailleur social. Or, les malades psychiques ont des ressources, des capacités et de la créativité.

Ce sont eux qui animent en partie les ateliers d'expression organisés par l'association:



A l'AFAAP, les personnes qui souffrent de troubles psychologiques sont accueillies, reconnues et soutenues. CHARLES ELLENA

peinture, écriture, groupe corporel, guitare, langage des images. Les ateliers plus spécifiques, groupe spirituel ou art-thérapie, sont conduits par des professionnels.

Palliatif de l'alcool

Lors de toutes ces activités, le participant sort de son isolement, s'exprime, échange, questionne. Le livre d'or témoigne par exemple d'une discussion autour de la place de l'alcool dans une dynamique de souffrance personnelle. «Nous avons abordé le besoin de favoriser le contact avec les autres, partager des stratégies possibles pour entamer une conversation, nouer un lien...

La communication comme palliatif de l'alcool...».

Les permanents de l'AFAAP consacrent une partie de leur temps aux entretiens individuels avec les personnes adressées par les diverses institutions et services de santé. Ils s'investissent également dans la défense des intérêts des personnes concernées par des troubles psychiques. Avec la nouvelle loi sur la santé mentale, en préparation, l'AFAAP sera encore plus intégrée dans le réseau de soins et/ou d'accueil des patients psychiques. Elle va aussi étendre son action dans le sud du canton (d'où vient un tiers des participants) et dans la Broye. I

L'AFAAP EN CHIFFRES

- > 6 professionnels (330%)
- > 129 bénéficiaires en 2004, dont 69 nouveaux
- > 489 heures d'accompagnement individuel
- > 215 heures d'orientation
- > 167 heures d'animation/professionnels
- > 219 heures d'animation / bénévoles
- > 130 plages d'activités

PSYCHIATRIE DE LIAISON

Physique et psychique: deux faces d'une réalité

Depuis cinq ans, le Dr Patrick Lavenex, médecin adjoint du service psychosocial de Fribourg, est installé à l'Hôpital cantonal. Une proximité qui permet de créer des liens avec le corps médical et de développer une psychiatrie de liaison.

Chef du service psychosocial, le Dr Philippe Juvet souligne l'interdépendance de la santé psychique et physique. Dans nos traditions occidentales, on a séparé le corps et l'esprit, explique-t-il. La psychiatrie a suivi le courant. Elle a ses propres hôpitaux. Depuis quelques décennies, la médecine somatique (qui concerne le corps) a pris conscience des aspects psychiques des maladies physiques et inversement.

Avec un médecin assistant, le Dr Lavenex répond aux demandes d'avis spécialisés que lui adressent les médecins de l'hôpital. Des 700 nouvelles demandes par an, «pas loin de 400 concernent des troubles de l'humeur (états dépressifs, réactions anxieuses) en association avec une dépendance, le plus souvent à l'alcool», précise le Dr Lavenex.

Autre cas de figure: «Les personnes qui ont des douleurs chroniques et qui présentent un épuisement émotionnel». Une collaboration s'est établie avec le service de rhumatologie. La souffrance du patient

est reconnue, traitée médicalement et par des entretiens pendant le séjour à l'hôpital.

«Nous continuons de suivre certains patients en ambulatoire», mais le service psychiatrique de liaison doit souvent passer le relais, note le Dr Lavenex. La petite équipe en place à l'hôpital assure l'accueil journalier des patients. La nuit et les jours fériés, c'est le psychiatre de piquet au service psychosocial ou un psychiatre de la place qui assure la garde. Tant pour l'hôpital – 130 à 140 demandes par an – que lors d'appels des postes de police (une centaine par an).

«Nous ne pouvons pas toujours intervenir» faute de disponibilité, regrette le Dr Lavenex. Qui plaide pour une unité de soins psychiques intégrée à l'hôpital. La future loi sur la santé mentale prévoit une réorganisation des soins en santé mentale destinés à trois patientèles distinctes: enfants et adolescents, adultes, personnes âgées.

Elle porte aussi, selon le Dr Lavenex, sur une continuité des soins, avec la réunion de l'ambulatoire et de l'hospitalier sous une même direction administrative. Le renforcement de la psychiatrie de liaison est déjà en marche, avec un poste de chef de clinique récemment créé à l'Hôpital du Sud et une consultation à Estavayer et Meyriez. CDB

Bon pour la santé mentale

Le Dr Juvet le souligne: les gens qui mènent une vie saine favorisent leur santé mentale. Ses conseils: éviter le stress prolongé, modérer l'alcool et le café, avoir un sommeil régulier et faire de l'exercice physique. Tout cela est bon non seulement pour la tête, le cœur, le poids et le système vasculaire, mais également pour la santé psychique. Les statistiques sont redoutables: il y a trois fois moins de dépressions chez les gens qui ont une activité physique. Et ceux qui ne faisaient pas de

sport et qui entament une activité régulière rattrapent les autres. Tandis que les personnes qui abusent de l'alcool ont un risque de dépression cinq fois plus élevé que la moyenne de la population.

Or, la dépression augmente les risques cardiovasculaires, indépendamment des autres facteurs de risques. Le taux de mortalité double en cas d'angine de poitrine. Et il est multiplié par quatre chez les victimes d'infarctus en état dépressif. CDB

BANC PUBLIC

Un succès révélateur de l'état de la société

MADELEINE JOYE

Le succès de Banc Public va croissant... et cela désolent ses responsables. Le paradoxe n'est qu'apparent, dans la mesure où l'affluence au centre d'accueil de jour est révélatrice de l'état pas très glorieux de la société. La lutte contre l'exclusion est donc plus nécessaire que jamais, ont admis les participants à la récente assemblée générale de l'association.

L'idéal serait de rassembler toutes les organisations qui travaillent dans ce domaine, afin d'entreprendre des actions communes visant à mieux mettre ces problèmes en évidence, indique Anne-Marie Schmid Kilic, directrice de Banc Public.

Dans un premier temps, son association et le lieu d'accueil aménagé à la route Saint-Barthélémy à Fribourg sont soumis à une évaluation confiée à la Haute école de travail social.

Cette étude, dont les résultats devraient tomber avant la fin de l'année, a été commandée pour répondre au vœu du Bureau de réduction des risques, précise M^{me} Schmid, «mais le centre n'a pas trois ans et défriche un champ d'action nouveau pour Fribourg. Ce regard extérieur est bienvenu et nous donnera des outils pour améliorer notre façon de travailler.»

Des arguments, aussi, pour obtenir la reconnaissance – donc le soutien – des pouvoirs publics. Jusqu'en 2006, l'essentiel du budget est fourni par la Loterie romande (335 000 francs sur 425 000 fr.). Après, il faudrait que l'Etat prenne le relais. Une demande dans ce sens sera déposée au début de l'an prochain.

Car le besoin d'une telle structure n'a plus à être prouvé: en 2004, 385 personnes y ont eu recours, totalisant plus de 10 000 passages et 7 400 repas. I

PUBLICITÉ

EN VITRINE

PREZ-VERS-NORÉAZ

«Chez Sarina Cuisine, le conseil à la clientèle est prioritaire»

par Luc Champagne

«Nous ne nous occupons pas que de cuisines comme pourrait le laisser croire notre raison sociale», commente Paul Rossier, patron et propriétaire de Sarina Cuisine qui nous accueille dans son nouvel espace situé à Prez-vers-Noréaz.

Alors pourquoi la dénomination Sarina Cuisine? «Parce que la cuisine est notre produit leader depuis longtemps. un produit qui s'associe avec tout ce qui contribue au bien-être et au bien-vivre dans une maison.» Et Paul Rossier de nous faire découvrir toute une gamme de salles de bains, dressing room et naturellement de cuisines.

Le patron a une définition précise de la philosophie de son entreprise et il veille à son application avec beaucoup d'attention: «Chez nous, le conseil à la clientèle est prioritaire. Nous prenons le temps d'écouter, de proposer. Grâce à

nos produits et à notre atelier, nous réalisons les désirs sur mesure.»

Et Paul Rossier de conclure: «En fait, Sarina Cuisine s'invite chez le client pour

transformer ses rêves en réalité et pour faire de sa maison, la maison du bonheur.»

