

« Ma bulle en cellule »

Programme

Dans le cadre de la semaine santé mentale organisée par le Crésam & l'Aviq :
Santé mentale et Lien Social - #Tout.te.sConcerné.e.s

- **Lundi 11.10.2021** : Réflexions autour du secteur de la Jeunesse
- **Mardi 12.10.2021** : Réflexions autour du secteur Adultes et Familles
- **Mercredi 13.10.2021** : Réflexions autour du secteur de la Psychiatrie et de la Santé Mentale
- **Jeudi 14.10.2021** : Réflexions autour du secteur des Aînés
- **Vendredi 15.10.2021** : Réflexions autour du secteur des Assuétudes

Cette affiche est le fruit de la collaboration
des patients et de l'équipe Repair



Lundi 11.10.21 :

Réflexions autour du secteur de la Jeunesse

- **8h15** : Accueil-café et accueil des participants
- **8h45** : Accueil et introduction de la journée
- **9h-10h15** : « **Vues de ma fenêtre** » - **Cathy Caulier** (*Psychologue, psychothérapeute systémique et familiale, formatrice*)

Résumé

La crise sanitaire a engendré ou renforcé l'isolement de nombreuses personnes. Parmi celles-ci les enfants, adolescents et jeunes adultes tantôt oubliés des discours politiques, tantôt montrés du doigt. Leur vécu a été longtemps banalisé avant d'être enfin reconnu.

Oratrice



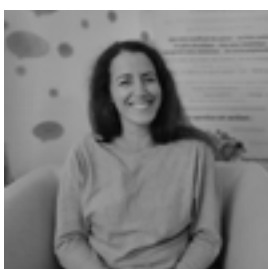
Cathy Caulier est psychologue, psychothérapeute systémique au service de Santé mentale de Saint-Gilles (Bruxelles) et de Louvain-la-Neuve. Elle est formatrice à l'approche systémique à L'IFISAM (Institut de Formation à l'Intervention en Santé Mentale) et à L'Université libre de Bruxelles. Avec Frédérique Van Leuven, elle a co-écrit le livre « Grandir avec des parents en souffrance psychique » (2017).

- **10h15 - 10h30** : Pause-Café
- **10h30-12h00** : « **Soutenir ceux qui soutiennent : Sensibilisation aux Jeunes Aidants Proches** » - **Jeunes Aidants proches ASBL, Florence Watteyne** (*Coordinatrice, chargée de projets*) & **Guillaume Pijcke** (*Educateur*).

Résumé

L'intervention se penchera sur les enjeux liés à la santé mentale et aux émotions des Jeunes aidants proches. En effet, l'asbl bruxelloise soutient de multiples manières (maison des jeunes, équipe mobile, formation/sensibilisation des professionnels, projets de recherche, etc.) les jeunes qui s'occupent régulièrement d'un proche en situation de dépendance à la suite d'un handicap, une maladie physique ou mentale, un accident, une addiction. Une étude de 2017 avance le chiffre de 14% de jeunes dans cette situation, avec une réalité aux multiples conséquences.

Orateurs



Florence Watteyne est licenciée en Sciences de la familles et psychothérapeute systémique en santé mentale formée au CEFORES, après un parcours riche et varié, elle travaille depuis 2020 en tant que coordinatrice et chargée de projet au sein de l'asbl Jeunes et Aidants Proches.



Guillaume Pijcke est éducateur spécialisé formé à l'institut Lallemand. Il s'intéresse depuis toujours aux questions de santé mentale. Il entreprend depuis 2020 un Master en Ingénierie et Action Sociales à l'IESSID. Lui-même anciennement jeune aidant de proches souffrant de troubles mentaux, il découvre l'asbl Jeunes & Aidants Proches et y est engagé depuis 2020. Au sein de l'asbl, il travaille avec les jeunes individuellement et collectivement. Pour l'aspect individuel, il a mis en place un axe de soutien centré sur l'acquisition de compétences communicationnelles dans le but de permettre aux jeunes de s'affirmer. Pour l'aspect collectif, il a établi une série d'activités autour de l'aidance et d'une meilleure compréhension de soi et des autres.

- **12h- 13h** : Lunch

- **13h15-14h30** : « **Lorsque le social fait défaut : effets du confinement et de la disparition des structures sociales sur les enfants et adolescents.** » - **Christine Crabbé** (*Psychologue et psychothérapeute - Equipe de pédiatrie du CHRSM-Site Sambre*)

Résumé

Un service de pédiatrie accueille une patientèle âgée de 0 à 15 ans. Nous y voyons donc défilé des situations aussi différentes que celle d'un bébé de quelques jours, d'un enfant de 6-8 ans, d'un adolescent de (presque) 15 ans. Et ces situations peuvent être principalement médicales, ou principalement psychosociales, ou encore, et souvent, un mixte de médical et de psychosocial.

Par le biais de trois exemples de jeunes patients passés par notre service : un bébé, un enfant pré-pubère et un adolescent, nous allons observer ce qui peut se passer lorsque le social ne joue plus son rôle de contenant, de soutien, de lieu d'investissements pulsionnels et de tiers, comme ce fut le cas pendant tous ces mois entre le printemps 2020 et le printemps 2021.

Oratrice



Christine Crabbé est psychologue-psychothérapeute : formée au départ à la clinique psychanalytique avec les enfants, les adolescents et les adultes, elle a intégré à celle-ci au fil du temps des éléments de thérapie familiale analytique et systémique. Depuis quelques années, elle utilise aussi l'hypnose et l'EMDR dans les situations de stress post traumatique.

Après avoir travaillé pendant 15 ans en hôpital de jour pédopsychiatrique et en consultation (Service de santé Mentale, Centre de Planning familial, pratique privée), elle travaille au CHR-
VS depuis décembre 2000: pédiatrie, oncologie/soins palliatifs, consultations ambulatoires.

Elle a écrit aussi quelques articles sur la clinique psychanalytique avec les enfants et sur le travail en oncologie/soins palliatifs au sein de l'hôpital.

- **14h30- 14h45** : Pause-Café
- **14h45-16h15** :A définir
- **16h30-17h** : Clôture de la journée

Mardi 12.10.21 :

Réflexions autour du secteur Adultes et Familles

- **8h15** : Accueil-café et accueil des participants
- **8h45** : Accueil et introduction de la journée
- **9h-10h15** : « **Le groupe multi-famille comme reliaison sociale : témoignage de dix années de pratiques** » – **Docteur Serge Mertens** (*Médecin Chef - St Martin-Dave, Psychiatre - L'OASIS, MSP Les Entours*)

Résumé

Le groupe multi famille est un groupe de parole ouvert qui existe au CNP St Martin depuis maintenant plus de 10 ans. Il a la particularité de réunir trois pôles : les patients, leurs familles au sens large et les professionnels une fois par mois. Au départ des patients d'un service (souffrant d'une psychose chronique), le groupe a été ouvert quelques années après aux patients de tout l'hôpital.

Ce lieu de parole semble avoir plusieurs effets thérapeutiques qui seront discutés, en plus d'un effet de reliaison sociale.

Orateur

Le Docteur Serge Mertens est psychiatre, formé à l'intervention systémique et à la thérapie familiale, médecin chef au CNP Saint Martin, Maître de stage en psychiatrie.

- **10h15 - 10h30** : Pause-Café
- **10h30-12h00** : « **La santé mentale dans l'univers social actuel : distanciation, (dé)liaison, rupture, nouvelles constructions du lien ?** » – **Prof. Jennifer Denis** (*Psychologue, psychothérapeute, Service de Psychologie clinique, UMONS*).

Résumé

Que se passe-t-il pour la population générale belge quand, le 18 mars 2020, un arrêté ministériel vient contraindre chaque citoyen à la pratique de la distanciation sociale et à de nombreux gestes barrières ? Aurions-nous un jour imaginé devoir mettre de côté nos rituels de salutation ? La distanciation sociale a-t-elle entraîné une distance sociale entre les individus ? Et si, nous parlions plutôt de distanciation physique ? Le fruit d'une étude réalisée à l'UMONS permettra d'illustrer quelques impacts sur l'accordage social et la santé mentale des belges suite à la crise sanitaire de la Covid-19.

Oratrice



Jennifer Denis est Docteure en psychologie, formée en psycho traumatologie, thérapeute familiale et psychothérapeute analytique. A côté de sa pratique de psychothérapeute et d'accompagnement d'équipe clinique, elle enseigne à l'Université de Mons au sein du service de psychologie clinique et à l'ULB dans le cadre du certificat en victimologie et psycho traumatologie. Depuis 2 ans, elle est responsable du Certificat Universitaire en psychothérapie conjugale, familiale et interventions systémiques à l'UMONS et ce, en collaboration avec le Centre d'Études de la Famille et des Systèmes (Bruxelles) et le Centre de Formation en Thérapie Familiale (Liège).

- **12h00 - 13h00** : Lunch
- **13h15-14h30** : « **Influence de la situation sanitaire sur le vécu des aidants proches** » - *Sigrid Brisack (Directrice de l'ASBL Aidants Proches en Wallonie).*

Résumé

A l'aide des résultats d'une étude menée par l'asbl durant le premier confinement, l'intervention se penchera sur le vécu des aidants durant la crise sanitaire et leur santé mise à mal durant ce contexte.

Oratrice



Sigrid Brisack est infirmière en santé communautaire et a réalisé un Master en Ingénierie et Action Sociales. L'ASBL Aidants Proches est un Centre ressource pour et sur les aidants proches. Elle vise une sensibilisation du tout public aux enjeux de l'aidance, un accompagnement des aidants dans leur vécu singulier, la formation des professionnels de santé et d'action sociale et une mobilisation des politiques pour davantage de soutiens et protections pour les aidants proches.

- **14h30 - 14h45** : Pause-Café
- **15h -16h15** : « **De l'usage quotidien de la folie** » - *Jean Van Hemelrijck (ULB)*

Résumé

Le lien social se doit d'être libre, complexe, joyeux, triste, ridicule, absurde, fou, déraisonnable, sérieux, prévu et déroutant ...afin de répondre aux contraintes insupportables de la vie. Or, le covid behavior convoque la peur, la prudence, l'éloignement et le contrôle ; en un mot, la folie nous est interdite. L'exposé portera sur l'évolution du lien social au regard de la crise sanitaire et de son influence sur le vivre ensemble.

Orateur



Jean Van Hemelrijck est Psychologue, psychothérapeute systémique, formateur en thérapie familiale et systémique à Assemblages (Brabant Wallon), à Amonts et Icnos Montpellier et au CEFA de Genève, et enseignant à l'Université Libre de Bruxelles. Depuis 1994, son activité professionnelle est consacrée, outre la consultation libérale, à la supervision d'équipes en Belgique, Suisse, France et au Luxembourg.

Auparavant, il a longtemps travaillé en psychiatrie, psychogériatrie, défense sociale, unité de crise et hôpital de jour. Il a aussi été psychologue auprès d'un service oncologique et d'un service de médecine infectieuse.

- **16h30-17h** : Clôture de la journée

Mercredi 13.10.21 :

Réflexions autour du secteur de la psychiatrie et de la santé mentale

- **8h15** : Accueil-café et accueil des participants
- **8h45** : Accueil et introduction de la journée
- **9h-10h15** : A définir
- **10h15-10h30** : Pause-Café
- **10h45-12h** : « **Mise au point des nouvelles mesures du SPF autour de la santé mentale, prises suite à la pandémie** » - **Melissa Chebieb** (SPF Santé)

Résumé

Présentation de la perspective « Public Mental Health » articulée aux mesures urgentes déployées dans le contexte de la pandémie de covid 19 et la volonté d'intégrer les soins de santé mentale à la première ligne sociale/santé.

Oratrice



Melissa Chebieb est adjointe au coordinateur Fédéral de la réforme des soins en santé mentale au SPF Santé publique (réformes 107). Elle exerce également comme thérapeute systémicienne et superviseuse d'équipe. Criminologue et assistante en psychologie clinique, Melissa Chebieb a une expérience de terrain dans le domaine des assuétudes, de l'aide sociale et de la promotion de la santé.

- **12h-13h** : Lunch
- **13h15-14h30** : « **Entraîner son esprit pour développer sa résilience: Science et pratique de la méditation** » - **Ilios Kotsou** (PhD)

Résumé

La méditation de pleine conscience est un ensemble de pratiques attentionnelles qui peut être vu comme un «entraînement de l'esprit». De nombreuses études scientifiques ont montré ses bénéfices tant pour notre bien-être mental que physique. Cette pratique nous aide à moins nous laisser envahir par nos pensées et nos émotions et à être moins réactifs face aux difficultés que nous rencontrons. Elle peut être vue comme un outil de prévention et un facteur de résilience dans les contextes stressogènes comme ceux que nous vivons aujourd'hui.

Orateur



Docteur en psychologie et maître de conférences à l'Université Libre de Bruxelles, Ilios Kotsou s'intéresse aux interactions entre science fondamentale et pratique sur le terrain. Membre de Mind & Life Europe, il a aussi fondé, avec Caroline Lesire et le soutien de Matthieu Ricard, l'association Emergences (www.emergences.org) qui œuvre pour une société plus solidaire et consciente et finance des projets humanitaires.

Passionné par la science des émotions et la méditation, il œuvre au lien entre connaissance de soi et engagement citoyen.

Son dernier livre, écrit avec Matthieu Ricard "Les folles histoires du sage Nasredin" explore le versant espiègle et paradoxal de la sagesse.

- **14h30-14h45 : Pausé-Café**

- **15h00-16h15 : Portes Ouvertes du Centre de Jour Psychiatrique Repair (CHRSM- site Sambre)**



Parcours au sein du centre autour des représentations de la santé mentale

C'est quoi ce délire ? Quelle est votre représentation de la santé mentale ? Média artistique ouvert à tous.

Repair est un hôpital de jour psychiatrique pour adultes. Il a été inauguré en 1984. Il accueille des personnes souffrant de pathologies psychiatriques stabilisées.

L'équipe est multidisciplinaire, chacun apportant son expertise et travaillant son champ d'activités pour soutenir le patient dans son cheminement, dans son processus de réinsertion et de réhabilitation sociale.

La démarche thérapeutique nourrie de divers courants se veut une co-construction, avec le patient, d'un plan de soin individualisé.

L'estime de soi, les compétences psycho-sociales, l'apprivoisement des émotions, la capacité à établir une vie en adéquation avec sa pathologie et sa réalité sont travaillés en groupe ou individuellement au travers du programme socio-thérapeutique basé sur des ateliers faisant appel à la créativité, à l'introspection, à l'expression verbale et corporelle.

Des modules d'information à la santé viennent compléter l'offre. De la sophrologie est également proposée.

Le lien social est abordé par des activités extérieures (culture, sport, rencontres avec d'autres structures, participation à des événements).

- **16h30-17h00 : Clôture de la journée**

Jeudi 14.10.21 :

Réflexions autour du secteur des aînés

- **8h15** : Accueil-café et accueil des participants
- **8h45** : Accueil et introduction de la journée
- **9h-10h15** : A définir
- **10h15-10h30** : Pause-Café
- **10h45-12h** : « **Solitude chez les personnes âgées et impact du Covid** » - **Dr S Schroyen** (ULG)

Résumé

Avec l'avancée en âge de la population, la solitude est une préoccupation sociétale majeure. L'impact de la crise mondiale COVID-19 et la manière dont celle-ci a affecté les citoyens âgés souligne une fois de plus l'importance d'améliorer l'inclusion sociale des aînés. A cette fin, quelques pistes d'intervention peuvent être proposées.

Oratrice



Sarah Schroyen est titulaire d'un Doctorat, suivi de trois années de recherche sur de l'âgisme et a travaillé en milieu hospitalier (hôpital de jour gériatrique et salle d'hospitalisation en gériatrie). Actuellement, je combine un travail de recherche sur la solitude des personnes âgées, une activité d'enseignement en haute école et des consultations à la clinique psychologique et logopédique universitaire de Liège.

- **12h-13h** : Lunch
- **13h15-13h** : « **Lien Social et Santé Mentale : il y a moyen de faire des choses concrètes** » - **Bernard de Roover** (Co-fondateur de Télé-secours asbl)

Résumé

Avec Télé-Secours nous avons étudié pendant 5 ans les mécanismes de la solidarité : comment se fait-il que certaines personnes ont beaucoup de solidarité autour d'elles et d'autres pas du tout ? Comment se fait-il que certaines personnes sont toujours prêtes à aider et d'autres jamais ? Comment valoriser ce qui est porteur de solidarité ? Les résultats incitent à remettre en question des idées acquises et ancrées, et à agir et développer des actions concrètes au niveau de l'éducation des enfants, des adultes et des personnes âgées ainsi qu'au niveau de l'organisation des liens sociaux de la société.

- **14h30-14h45** : Pause-Café
- **15h-16h15** : « **Résilience autour du vécu de la période Covid** » - **Prof. C. Leys** (Doyen de la faculté de Psychologie et Sciences de l'Education - ULB)

Résumé

L'influence des traumatismes sur les compétences de résilience et, par là, sur les symptômes anxio-dépressifs n'est plus à démontrer. Cependant deux théories s'affrontent concernant l'effet de traumatismes cumulés : l'immunisation versus la sensibilisation. Le premier postule que l'accumulation de traumatismes fini par renforcer l'individu qui devient capable de résister à toute nouvelle catastrophe, le second postule que cette accumulation fragilise l'individu avec comme conséquence une aggravation des symptômes de détresse psychologique. Une réflexion critique sur la définition des concepts précèdera à l'illustration du mécanisme de résilience au sein d'une population d'anciens enfants cachés durant la seconde guerre mondiale afin d'échapper aux rafles de la Gestapo.

Orateur



Christophe Leys est biologiste, psychologue et environnementaliste de formation. Il est actuellement professeur à la faculté des Sciences Psychologiques et de l'Education de l'Université Libre de Bruxelles. Il y enseigne les statistiques, la génétique et la cognition sociale. Ses intérêts de recherche portent sur la méthodologie dans le champ de la psychologie; des aspects de psychologie clinique (stress post-traumatique, anxio-gène-dépression, trouble du comportement alimentaire,...); et des aspects de psychologie positive (déterminants du bien-être, résilience, comportement pro-sociaux, ...).

- **16h30-17h00** : Clôture de la journée

Vendredi 15.10.21 :

Réflexions autour du secteur des assuétudes

- **8h15** : Accueil-café et accueil des participants
- **8h45** : Accueil et introduction de la journée
- **9h-10h15** : **Présentation du centre Zéphyr et de ses missions** - **Emilie Docquier** (Psychologue et psychothérapeute), **Audrey Silvestri** (Psychologue formée en neuropsychologie et psychothérapeute), **Florine Custers** (Psychologue), **Diana Fiand** (Infirmière spécialisée en santé communautaire) & **Mercedes Lasser** (Assistante Sociale).

Résumé

Nous nous attarderons plus particulièrement sur la question de la continuité des soins pendant la crise Covid et sur ce que celle-ci a eu comme conséquences sur le quotidien de nos patients.

Oratrices



Emilie Docquier est psychologue clinicienne (ULg), formée à la psychothérapie intégrée (UCL, ULg, Université de Genève), elle exerce dans le domaine des assuétudes depuis 2013 et a rejoint l'équipe de Zéphyr fin 2019.

Florine Custers est psychologue clinicienne (ULg), elle a une expérience dans le domaine des assuétudes depuis 2010 et travaille au Centre Zéphyr depuis janvier 2019.

Audrey Silvestri est psychologue clinicienne, psychothérapeute en approche intégrée, elle exerce dans le domaine des assuétudes depuis 2006 et travaille au Centre Zéphyr depuis 2020.

Diana Fiand est infirmière spécialisée en santé communautaire avec une expérience dans le domaine des assuétudes depuis 2012 et travaille dans le service de psychiatrie du CHR Sambre (2012) et au Centre Zéphyr (2021).

- **10h15-10h30** : Pause-Café
- **10h45-12h** : « **Le binge drinking chez les jeunes: comprendre et intervenir** » - **Prof. P. Maurage** (UCL) & **Prof. S. Campanella** (ULB).

Résumé

Comme tout pan de la société, nos modes de consommation d'alcool évoluent. Ces dernières années, un phénomène nouveau s'est intensifié : le binge drinking. Cette pratique, qui consiste à boire épisodiquement de manière très intense jusqu'à l'ivresse, est aujourd'hui très répandue, en particulier chez les jeunes. L'idée que seules de grandes quantités d'alcool bues de manière régulière durant de nombreuses années, comme on peut le retrouver dans la dépendance à l'alcool, peuvent avoir un impact significatif sur la santé est encore très ancrée.

Pourtant, de nombreux chercheurs s'accordent aujourd'hui sur le fait que le binge drinking peut, lui aussi, avoir des graves conséquences : il serait à l'origine de modifications majeures et durables du fonctionnement émotionnel, cognitif et cérébral. Dans cette présentation, Salvatore Campanella et Pierre Maurage présenteront ce problème de santé publique, ses conséquences cognitives, interpersonnelles et cérébrales, et proposeront des pistes pour aider l'entourage des jeunes et les praticiens qui les accompagnent à comprendre cette pratique pour mieux la prendre en charge.

Orateur



Pierre Maurage est Docteur en Sciences Psychologiques, Professeur de psychologie à l'UCLouvain et chercheur qualifié au FRS-FNRS. Il co-dirige le Louvain Experimental Psychopathology Research Group (<http://www.uclep.be>) et ses travaux portent centralement sur les conséquences cognitives, émotionnelles et interpersonnelles des troubles de l'usage d'alcool, dans une approche combinant psychopathologie expérimentale et neurosciences.



Salvatore Campanella est Docteur en psychologie (Université catholique de Louvain). Ses recherches ont d'abord porté sur la reconnaissance des émotions faciales et portent aujourd'hui sur la prise en charge neurocognitive de diverses pathologies psychiatriques, telles que la dépression, l'anxiété, la schizophrénie et les troubles addictifs. Il est actuellement Maître de recherches du FRS-FNRS au laboratoire de Psychologie Médicale et Addiction sur le site du CHU Brugmann et rattaché à la Faculté de Médecine de l'Université Libre de Bruxelles, où il est également Professeur en Faculté de Psychologie.

- **12h-13h** : Lunch
- **13h15-14h30** : **Stands des différents membres du GIAS (Gestion Intégrée des Assuétudes à Sambreville)** : Excepté Jeunes, Service de Santé Mentale de Tamines, Gabs, Centre Zéphyr, Ateliers thérapeutiques « La Bavette » et « Le Sablier »

Résumé

Le projet GIAS rassemble les intervenants issus du milieu psycho-médico-social. Il s'agit de mutualiser nos ressources afin d'améliorer la prise en charge tant des personnes concernées par les assuétudes que de leur entourage. Il vise informer, sensibiliser les professionnels à la problématique des addictions; favoriser l'accompagnement des usagers via un réseau pluridisciplinaire ; développer des actions communes en matière d'assuétudes.

- **14h30 - 14h45** : Pause-Café
- **16h30-17h00** : Clôture de la journée