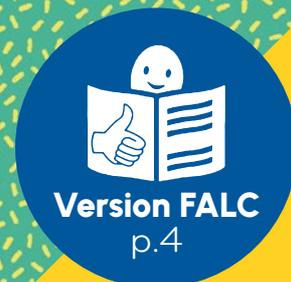
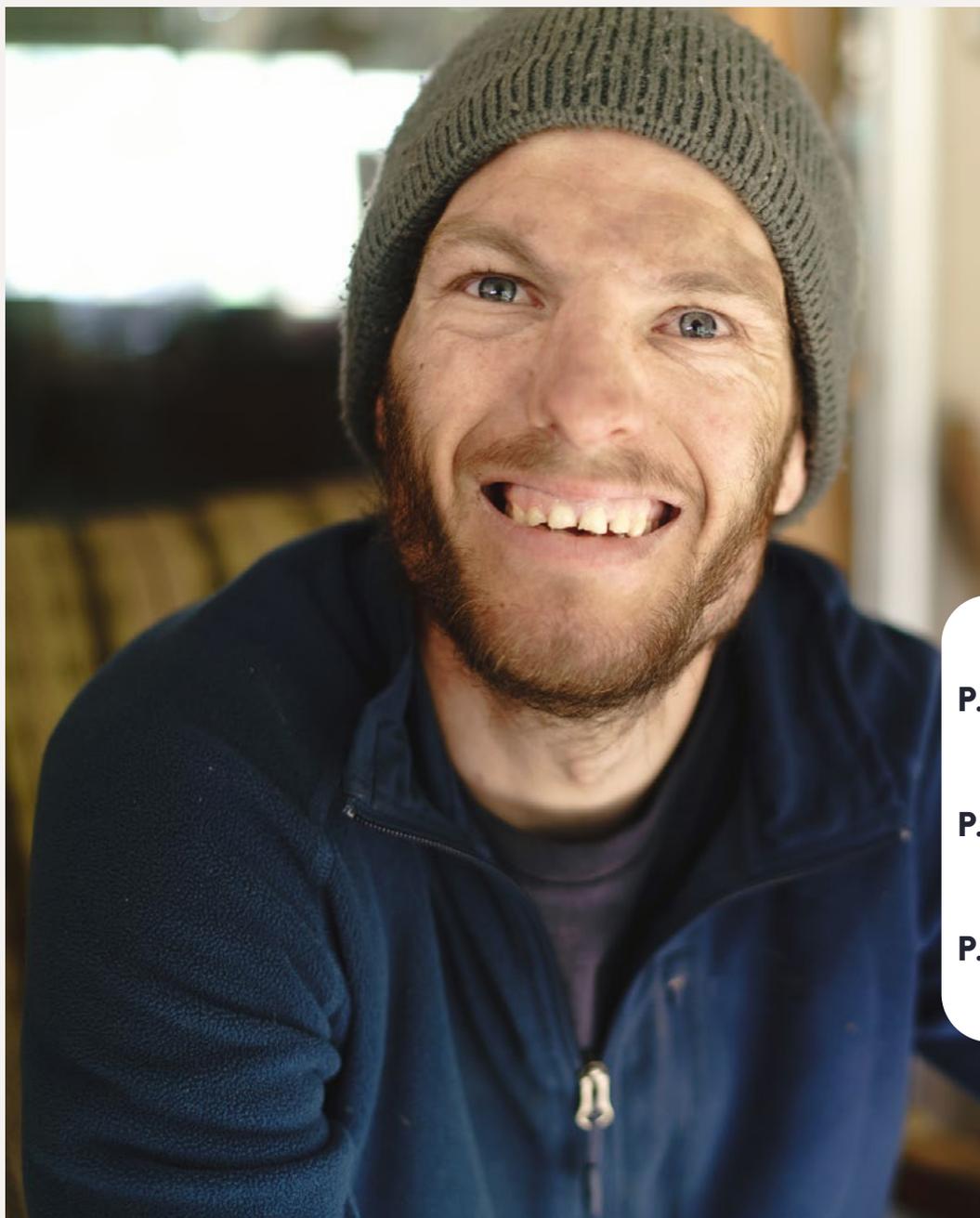


INCLUSION MAGAZINE

Derrière le double diagnostic



- P.10** Double diagnostic, quelles réalités ?
- P.18** La carte blanche du Dr. Baetens
- P.17** Notre agenda

N°23



Qualité de vie et Participation des personnes avec un handicap intellectuel et de leurs proches

INCLUSION asbl est une association belge francophone qui promeut la qualité de vie et la participation à la société des personnes en situation de handicap intellectuel, de leurs parents et de leurs proches ; tout au long de la vie et quel que soit le degré de handicap.

INCLUSION asbl est un organe de vigilance et de soutien et travaille à ce titre à la promotion et à la défense des droits des personnes en situation de handicap intellectuel auprès des pouvoirs publics. L'association développe aussi de nombreux services et projets destinés à faire de l'inclusion une réalité.

Éditrice responsable :

Mélanie Papia | Directrice



Coordination :

Louane Lecomte
lle@inclusion-asbl.be
0487 51 90 34

N°d'entreprise : 0441427501

Graphisme et mise en page :

SWITCH Asbl - switch-asbl.org

www.inclusion-asbl.be



**Vous souhaitez soutenir
Inclusion asbl en faisant un don ?**

Tout don de 40 € ou plus donne droit
à une réduction d'impôt de 45 %.

Compte en banque :
BE55 7755 9307 9744 / BIC : GKCCBEBB
Communication : Don – soutenir Inclusion

Sommaire

4

FALC

Le double diagnostic

8

ACTUALITÉS

Quoi de neuf dans le secteur ?

10

DOSSIER

Derrière le double diagnostic

16

NOTRE SÉLECTION

Découvrez nos coups de coeur !

17

CARTE BLANCHE

De l'analyse à l'apaisement, Dr BAETENS

18

AGENDA

Découvrez nos prochaines activités !

ÉDITO

INCLUSION MAGAZINE FAIT PEAU NEUVE !

Chers membres,

Vous tenez entre vos mains la toute nouvelle mouture de votre Inclusion Magazine. Ces derniers mois, nous avons en effet entrepris un travail important afin de lui offrir un lifting bien mérité après plusieurs années de bons et loyaux services.

Voici quelques changements importants que vous retrouverez à partir de ce numéro : un nouveau design, des rubriques redéfinies pour une lecture simple et agréable, une meilleure intégration du Facile à Lire et à Comprendre et une périodicité revue à 3 numéros par an. À chaque parution – prévues en avril, septembre et décembre – nous traiterons d'un sujet spécifique qui sera développé dans le dossier thématique.

Ce numéro 22 s'intéressera à la question du double diagnostic. On sait en effet que parmi les personnes avec une déficience intellectuelle, en moyenne une sur trois développera des problèmes de santé mentale au cours de sa vie. Dans le cadre de ce dossier, nous partirons donc à la rencontre des acteurs de terrain et des familles concernées afin de mieux analyser les enjeux autour de cette question et voir quelles sont les pistes existantes en matière de prévention et d'accompagnement.

En faisant peau neuve, notre souhait est avant tout de continuer à vous offrir des contenus de qualité et de rester en contact régulier avec vous. Nous espérons que ce numéro et ceux à venir seront à la hauteur de cette ambition.

Bonne lecture !



Mélanie Papia
directrice générale



Dans ce magazine, on va parler du double diagnostic.

C'est quoi le double diagnostic ?

C'est quand une personne a un handicap intellectuel et une maladie mentale.



Mais c'est quoi une maladie mentale ?

Une maladie mentale c'est une maladie qui peut changer :

- nos émotions,
- ce qu'on pense dans notre tête,
- comment on se comporte avec les autres.



Avec une maladie mentale, la vie de tous les jours est plus difficile.

Il y a beaucoup de maladies mentales différentes.

Par exemple :

- la dépression.

C'est quand on est très triste pendant longtemps.

C'est quand on a envie de rien faire.

On peut parfois avoir envie de mourir.

- la phobie.

C'est quand on a très peur de quelque chose.

Par exemple : des animaux ou de la foule.

Cette peur nous empêche de faire des choses dans la vie de tous les jours.

- la schizophrénie.

C'est quand on voit des choses qui n'existent pas.



Ou quand on entend des choses qui n'existent pas.

Et quand on a des idées un peu bizarres.

Par exemple : on est sûr que quelqu'un nous surveille.

Tout le monde peut dans sa vie avoir une maladie mentale.

Et même si on n'a pas de maladie mentale,
on peut avoir des problèmes de santé mentale.

Mais c'est quoi la santé mentale ?

La santé mentale c'est un peu comme la santé de l'esprit.

Quand on a une bonne santé mentale,

on est bien dans sa tête

et on est bien avec ses émotions.

C'est plus facile d'aimer la vie.

C'est plus facile quand on vit des moments difficiles.

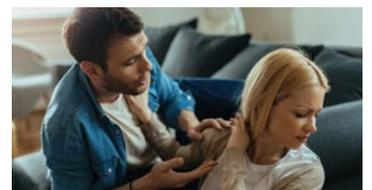
Avoir une bonne santé mentale, c'est très important.

Notre santé mentale est moins bonne

quand on vit des choses difficiles.

Par exemple :

- quand un proche meurt,
- quand on perd son travail,
- quand on se dispute avec sa famille ou ses amis,
- quand on a une longue maladie,
- quand on ne se sent pas bien dans son logement,
- quand on prend de la drogue ou de l'alcool.



Comment faire pour avoir une bonne santé mentale ?

Pour avoir une bonne santé mentale,

- Il faut apprendre à bien se connaître.
C'est bien de connaître ses forces et ses faiblesses.
- Il faut s'aimer comme on est.
- Il faut avoir des amis, de la famille, des professionnels qui nous aident.
- Il faut oser dire quand ça ne va pas.

C'est bien d'en parler avec quelqu'un.



Qui peut vous aider

si vous avez des problèmes de santé mentale ?

Parfois c'est plus facile de parler avec un professionnel.
Il y a plusieurs solutions.



A Bruxelles, il y a :

■ **L'Adret**, c'est un Centre de Santé Mentale.

Un Centre de Santé Mentale c'est un service :

- pour parler à quelqu'un quand on ne se sent pas bien
- ou pour avoir de l'aide avec ses papiers.



L'Adret a créé un service pour le double diagnostic dans les bureaux d'Inclusion.



Vous pouvez contacter :

- **Céline Picard**, la psychologue :
par mail : cpi@inclusion-asbl.be
par téléphone : 0 4 7 8 0 4 5 6 6 6.

- **Pauline Galland**, l'assistante sociale :
par mail : pga@inclusion-asbl.be
par téléphone : 0 4 7 2 4 8 0 2 5 6



■ La Cellule MAYA

C'est une **C**ellule **M**obile d'**I**ntervention.

On dit aussi CMI.

Ce sont des personnes qui viennent là où habite la personne avec un double diagnostic.

Les CMI font beaucoup de choses.

Par exemple, aider pour trouver un logement, ou aller à un rendez-vous chez le médecin,

Les CMI aident aussi à créer un réseau.

Ça veut dire trouver des proches et des professionnels pour aider la personne.

Vous pouvez contacter la Cellule Maya :

par téléphone : 0 4 9 0 1 1 4 2 1 2

par mail : cmimaya@chjt.be

En Wallonie, il y a :

■ Les Outreaching

Ce sont des services pour accompagner les personnes avec un double diagnostic avant ou après avoir été à l'hôpital.

■ Il y a aussi des **CMI** en Wallonie.

Pour trouver une CMI près de chez vous, il faut aller sur le site de l'AViQ.



Actualités

FORMATION AU DOUBLE DIAGNOSTIC

Envie d'approfondir vos connaissances sur le double diagnostic (DD) ? Inclusion asbl propose une formation afin de vous outiller pour mieux accompagner et réagir face au DD. Cette formation, ouverte aux proches et aux professionnels, est donnée par Charlotte Legrand, psychologue clinicienne avec une expérience de 15 ans au contact de personnes en situation de double diagnostic. La prochaine session aura lieu les 18 et 25 avril à La Louvière.

Plus d'infos sur le site d'Inclusion asbl.

« JEUDI JOYEUX » D'INCLUSION-DOWN

Tous les 3es jeudis du mois, de 17h à 19h, le groupement Inclusion-Down vous donne rendez-vous au Café Joyeux. Un moment informel pour se rencontrer ou se retrouver autour d'un verre. Vous aussi, venez leur dire bonjour !

Où ? Rue Voot 32, 1200 Woluwe-Saint-Lambert
Contact : down@inclusion-asbl.be

20 KM DE BRUXELLES

Et c'est (bientôt) reparti ! Le dimanche 28 mai prochain, Inclusion asbl participera pour la 14e fois aux 20 km de Bruxelles. Donnez du sens à votre effort en rejoignant notre équipe de coureurs ! Inscriptions attendues avant le 15 avril.

PROTECTION JUDICIAIRE : BIENTÔT DU CHANGEMENT DANS L'UTILISATION DU RCPP ?

En juin 2022, nous interpellons, – avec la Fondation Portray et de nombreuses autres associations –, le ministre de la Justice à propos des difficultés d'utilisation du Registre Central de Protection des Personnes (RCPP) pour les administrateurs non professionnels. Ces difficultés étaient notamment liées à la difficulté de rentrer des rapports d'administration en version papier. Le Ministre n'a pas manqué de répondre à notre interpellation : « Nous comprenons la situation [...]. En ce moment nous préparons une adaptation de la loi par laquelle, mise à part la requête introductive, tout pourra être introduit par papier. [...]. Du changement en perspective donc !



INSTALLATION DU CONSEIL CONSULTATIF WALLON POUR LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP (CCWPSH)

Le mercredi 15 mars dernier, le CCWPSH a tenu sa première réunion après une séance introductive en présence de la Ministre Christie Morreale. Constitué de 12 membres effectifs - dont Inclusion asbl - et présidé par Jean-Marie Huet, le Conseil aura pour mission de rendre des avis d'initiative et à la demande sur l'ensemble des compétences de la Région Wallonne. La constitution de ce Conseil est une belle avancée pour la prise en compte de la voix des personnes en situation de handicap !



REPRISE DU GROUPE DE PAROLE DE LIÈGE

Le groupe de parole à destination des personnes en situation de handicap intellectuel reprend tous les 3es samedis du mois de 9h30 à 11h30 à Liège. Après une longue pause, le groupe redémarre avec des changements dans l'équipe d'animation !

Contact : Camille Sterck-Degueldre par mail à camille.sterckdegueldre@gmail.com

HANDICAP INTELLECTUEL ET VIEILLISSEMENT

Inclusion asbl lance cette année une campagne sur la thématique du vieillissement des personnes en situation de handicap intellectuel. Vous êtes intéressés par cette thématique et vous souhaitez y participer ? Envoyez-nous un mail à : communication@inclusion-asbl.be.

UN NOUVEAU CONSEIL CONSULTATIF EN FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES (FWB) !

On l'attendait depuis longtemps, c'est désormais chose faite ! La FWB s'est enfin dotée d'un Conseil consultatif qui pourra rendre des avis sur toutes les politiques de la FWB. Le futur Conseil n'est pas encore en place mais Inclusion asbl se portera évidemment candidate pour vous représenter au mieux !

Derrière le double diagnostic

Une personne en situation de handicap intellectuel sur trois rencontre des problèmes de santé mentale au cours de sa vie. C'est ce qu'on appelle le « double diagnostic ». Bien que beaucoup reste encore à faire pour offrir un réel soutien à ces personnes et à leurs proches, le double diagnostic commence à sortir de l'ombre. Des professionnels se forment, des institutions s'adaptent, des structures spécialisées émergent... Mais les places d'accueil et les financements manquent.

Dans leur parcours de vie, il arrive que les personnes en situation de handicap intellectuel doivent faire face, pour des raisons multiples, à des périodes de troubles psychiques : anxiété, dépression, psychose... À la croisée de la déficience intellectuelle et de la santé mentale, ce qu'on appelle le « double diagnostic » concerne au bas mot 110 000 personnes en Belgique. Les chiffres varient dans le domaine, mais on estime que parmi les 1 à 3% de la population présentant une déficience intellectuelle, plus d'un tiers de ces personnes rencontrent des difficultés psychiatriques, souvent accompagnées de troubles du comportement (violences verbales, physiques, automutilation...)¹

Au-delà des définitions et des chiffres, l'étiquette « double diagnostic » est bien loin de coller à un groupe homogène. Tout comme il existe différents degrés de handicap intellectuel, différentes causes et conséquences, il en va de même pour les maladies mentales. « *Il y a autant de personnes touchées par le double diagnostic que de doubles diagnostics* », souligne Charlotte Legrand, psychologue et formatrice Double diagnostic auprès de professionnels du handicap et de la santé mentale. « *Chaque personne est différente. Chacune a sa spécificité et son individualité, ses difficultés et ses ressources, poursuit-elle. L'accompagnement individuel, au cas par cas, est donc essentiel.* »



« Ce qui est important, c'est de détecter la durée pendant laquelle ces troubles apparaissent. »

PLUS VULNÉRABLES

Les personnes avec handicap intellectuel sont plus vulnérables aux maladies mentales. Leurs aptitudes cognitives, communicatives et émotionnelles étant réduites, il leur est plus difficile d'exprimer leurs problèmes. Céline Picard en parle. Elle est psychologue pour l'antenne Double Diagnostic du Service de santé mentale L'Adret : *« En cas de déficience intellectuelle, la capacité d'abstraction n'est pas ou peu développée. Cela induit des difficultés à prendre distance par rapport aux émotions ressenties et à relativiser des situations de la vie de tous les jours. Il y a aussi la question de l'accès au langage verbal. Quand le degré de handicap est léger, la personne est généralement en capacité d'exprimer qu'elle est triste ou en colère, même si son vocabulaire n'est pas très riche. Face à des personnes non verbales, ayant un handicap sévère à profond, déceler un souci de santé mentale passe par le comportement, qui nous donne des indications que quelque chose se passe. »*

La psychologue souligne les points d'attention lorsque des troubles semblent se manifester : *« Ce qui est important, c'est de détecter la durée pendant laquelle ces troubles apparaissent. On peut être triste une semaine, ce n'est pas inquiétant. Si cette tristesse se maintient pendant plusieurs mois, on va alors suspecter la présence*

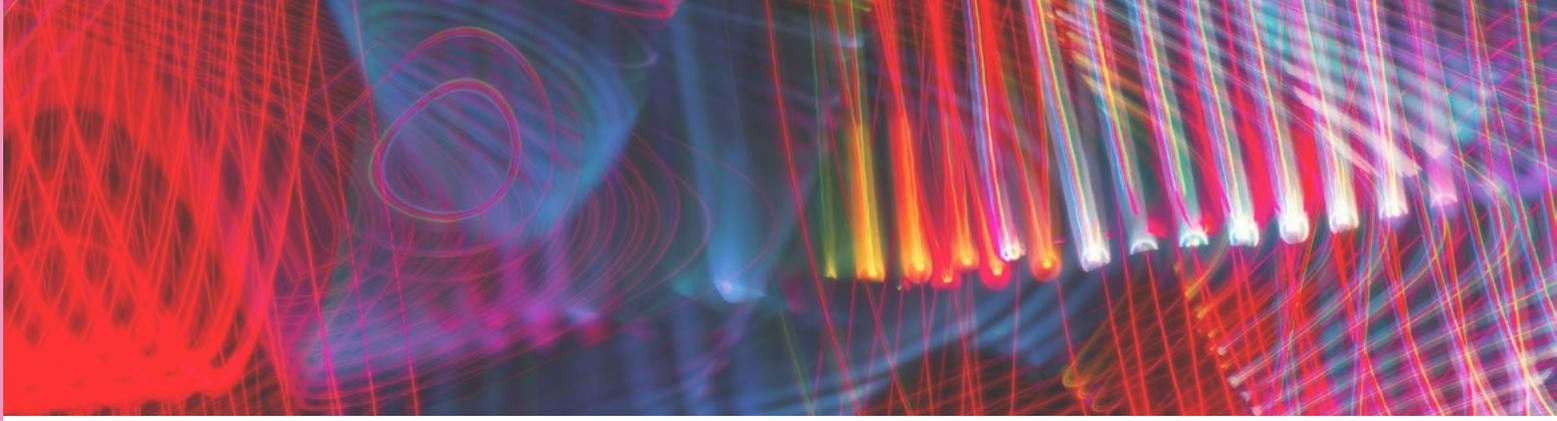
d'une dépression. Les troubles du comportement, parfois violents envers soi-même ou envers les autres, sont aussi révélateurs. Si le comportement se maintient ou s'intensifie, on peut suspecter que la personne a une anxiété trop importante. On va travailler à trouver ce qu'il est possible de faire dans l'environnement de la personne pour l'aider à gérer ses troubles. L'entourage, la famille, les équipes, vont aider à prendre distance, à trouver un autre chemin... »

QUEL SOUTIEN ?

Bien souvent, qui dit double diagnostic, dit aussi difficultés institutionnelles conjuguées pour les personnes concernées et leur famille. Tant du côté de la santé mentale (hôpitaux, centres psychiatriques...) que du handicap (centres de jour, d'hébergement...), les barrières se dressent lorsqu'une personne n'entre pas dans les cases requises par l'institution. Pour résumer grossièrement la situation : les structures psychiatriques s'adaptent peu aux besoins des personnes en situation de handicap intellectuel et le secteur du handicap n'est pas armé pour accueillir les problèmes de santé mentale.

Lueur d'espoir, depuis une petite décennie, cette problématique semble timidement sortir de l'ombre et les acteurs de terrain s'activent pour tenter d'y remédier avec les (maigres) moyens du bord. Des structures plus adaptées et tenant compte des spécificités de ces publics voient le jour. Ces services et leur accès varient selon l'âge de la personne, le lieu de vie, les pouvoirs subsidiaires... Plusieurs Cellules Mobile d'Intervention (CMI) « double diagnostic » existent en Wallonie et la CMI MAYA est active à Bruxelles. Dans la province du Hainaut ainsi qu'à Bruxelles, des dispositifs mobiles appelés outreaching ont été créés.

¹ Chiffres issus de l'avis du Conseil supérieur de la Santé n°9203 (décembre 2015) et de l'article « Double diagnostic : une problématique lourde et peu connue », d'Evelyne Peeters, dans la Revue Médicale de Bruxelles (volume 40, n°4, septembre 2019)



MÉDICATION ADAPTÉE

Autre enjeu majeur en cas de double diagnostic : une médication adaptée. La psychologue Charlotte Legrand évoque à ce propos un juste milieu à trouver entre « la camisole chimique » qui aurait pour seul but d'améliorer le quotidien des équipes et « la diabolisation des médicaments » qui risque d'entraver la guérison de la maladie mentale. *« Il faut être à l'écoute du patient, ajuster, observer les changements, les signes, poursuit-elle. Un traitement adapté permet d'améliorer le quotidien des patients et de rendre accessible le champ des possibles en termes d'apprentissages et d'épanouissement personnel. Cela demande une meilleure formation des psychiatres et des psychologues en matière de double diagnostic. »*

« On est en pénurie de psychiatres formés pour recevoir ce type de population et ceux qui se sont spécialisés sont submergés par les demandes, souligne pour sa part Céline Picard. De plus, ces patients, parfois non verbaux, prennent plus de temps, mais les remboursements et la reconnaissance des psychiatres ne suivent pas pour autant... » C'est pourquoi le Comité d'accompagnement intersectoriel double diagnostic (CAIDD), réunissant plusieurs acteurs bruxellois de la santé mentale et du handicap, plaide pour une revalorisation des interventions du corps médical (psychiatres, généralistes...) en cas de double diagnostic.

Parfois, une hospitalisation s'impose, à durée variable et limitée. *« Lorsque le trouble psychique est très impactant, on peut se tourner vers des pistes de répit, comme un passage en hôpital psychiatrique, explique la psychologue Céline Picard. Encore faut-il que ces institutions tiennent compte des besoins de ces personnes et des spécificités liées*

à leur handicap, sinon l'anxiété ne va pas diminuer, au contraire... » C'est pourquoi, çà et là, émergent aussi des unités « double diagnostic » au sein de certains hôpitaux psychiatriques.

MANQUE DE PLACES

Le CAIDD porte bien d'autres revendications visant à améliorer l'accueil des personnes double diagnostic et à soutenir leurs proches. Membre du CAIDD et directeur adjoint de centre et services pour personnes handicapées au CPAS de la Ville de Bruxelles, Vincent Carrière pointe encore une nécessaire simplification administrative : *« Le financement et le type d'institutions varient d'une région à l'autre. Pour les familles des personnes les plus en souffrance, qui ont besoin de soins continuels, c'est un vrai parcours du combattant administratif. Le politique doit bouger à ce sujet-là aussi. »*

« Le problème, c'est que le nombre de personnes accueillies est restreint et qu'il n'y a pas assez de personnel. »

Enfin les secteurs du handicap et de la santé mentale n'ont de cesse d'attirer l'attention sur le manque de places (d'hébergement, surtout, ou en hôpital en cas de crise) pour les personnes plongées dans des situations difficiles au niveau de leur handicap et de leur souffrance psychique. Céline Picard explique : *« La prise en charge*

d'une personne double diagnostic et son accompagnement au quotidien, c'est épuisant pour les familles. Les structures externes, comme les CMI, les Centres de jour ou d'hébergement, les lieux de loisir, permettent d'avoir des moments de répit. Le problème, c'est que le nombre de personnes accueillies est restreint et qu'il n'y a pas assez de personnel. Et bien souvent, pour être accueillies, ces personnes doivent être stables et ne pas présenter de troubles du comportement trop violents. »

Si les structures spécialisées, estampillées « double diagnostic », sont nécessaires, elles ne doivent pas pour autant se substituer au travail accompli par les structures plus générales. Des structures qui, dans l'idéal, devraient se montrer plus souples, de l'avis de l'équipe de la CMI MAYA : « La plupart des structures d'aide sont pensées pour une difficulté isolée. Ce qui n'existe pas... Il y en a souvent plusieurs cumulées : le handicap intellectuel et le problème de santé mentale, mais aussi une difficulté motrice, de langue, de consommation, somatique, de surdité... Il faudrait donc des services déspecialisés, sans critères d'accueil, car plus il y a de critères,

LES SECTEURS S'ORGANISENT

Autre point d'attention pour une meilleure prise en charge, la formation des professionnels de la santé et du handicap à la problématique du double diagnostic : éducateurs, assistants sociaux, psychologues, psychiatres, médecins, infirmiers, « mais aussi les urgentistes et la police, qui sont aussi confrontés à ces publics en cas de crise ou d'urgence », souligne Céline Picard. Signe d'avancées récentes, un certificat interuniversitaire Double diagnostic est coorganisé par l'UNamur, l'UMons et l'ULB, depuis 2017. Des formations courtes y sont également proposées et remportent un franc succès auprès des professionnels mais aussi des familles.

« Les secteurs du handicap et de la santé mentale s'organisent, se mettent en réseau, échangent leurs pratiques, mettent en place des interventions..., énumère Vincent Carrière, du CAIDD. Ce qui manque c'est un appui politique. » Et donc des financements

**« Ce qui manque
c'est un appui
politique. »**



Double diagnostic double violence

Vanessa est maman de cinq enfants, qu'elle élève seule à Flobecq. La seconde de la fratrie, c'est Ludivine, 19 ans. Ludivine a un handicap intellectuel sévère. Elle ne parle pas, mais parfois, elle crie, fort. Et parfois aussi, elle frappe.

Ludivine n'a pas toujours fait ça. Ses troubles du comportement se sont manifestés à l'adolescence, il y a trois ans. Sa maman se souvient : *« C'est arrivé du jour au lendemain, suite à une altercation avec le chauffeur du bus scolaire. Il a dû s'énerver contre elle, la pousser, on ne sait pas trop ce qui s'est passé, mais depuis ce jour-là, tout s'est enchaîné. Le comportement de Ludivine a changé. Elle était violente, à la maison, à l'école. On avait du mal à la contenir. Tout ce qui lui passait sous la main, elle le jetait. Elle donnait des coups. On avait peur d'elle. C'est fou d'avoir peur de sa propre fille... »* Vanessa se tourne alors vers une pédopsychiatre, qui lui prescrit un traitement à domicile. Un échec. *« On n'arrivait pas à gérer. On a même dû appeler une ambulance, pour avoir un rapport, pour prouver ce qu'il se passait, pour se faire entendre... On n'osait plus inviter personne chez nous. »*

Épaulée par l'assistante sociale de l'asbl Inclusion, Vanessa obtient un rendez-vous chez une autre pédopsychiatre. Ludivine est ensuite hospitalisée dans l'unité Double diagnostic Rimbaud, du Centre hospitalier psychiatrique Le Chêne aux Haies, à Mons. Elle y restera un an et demi, avec un retour à la maison pour lever les barrières administratives des durées d'hospitalisation limitées.

Aux comportements violents de Ludivine s'ajoute une autre forme de violence, plus larvée mais tout aussi dévorante : la violence institutionnelle. *« Garder Ludivine à la maison, c'était impossible. On est allé jusqu'à l'AViQ expliquer la situation et leur demander de l'aide. Mais il y a de la place nulle part en institution pour des personnes comme Ludivine. On est délaissé, on n'a pas d'aide... »* Puis, un jour, à force d'activer son réseau, l'assistant social du dispositif mobile Outreaching de Mons parvient à obtenir une place pour Ludivine dans une institution spécialisée.

Ludivine s'y plait. Désormais, lorsqu'elle revient à la maison, la situation est plus sereine. *« On ose aller vers elle, il n'y a plus de violence, lance son grand frère Donovan. On passe des bons moments. »* Vanessa sourit : *« On sent qu'elle est mieux. Et nous, on respire à nouveau... »*

* Vanessa, maman de Ludivine, entourée ici de deux de ses cinq enfants, Donovan et Laurine.



Créer un réseau d'appui, ensemble

Active en région bruxelloise, la Cellule mobile d'intervention (CMI) MAYA intervient à domicile ou en institution, auprès de personnes en situation de double diagnostic. Rencontre avec Marie Vervecken et Aline Cuvelier, intervenantes psychosociales.



*

L'équipe d'intervenants psychosociaux de la CIM MAYA, dont Marie Vervecken et Aline Cuvelier (sur la gauche).

QUI FAIT APPEL À LA CMI MAYA ?

Rarement la personne elle-même, mais plutôt ses proches, des professionnels ou des services psychosociaux. On nous appelle souvent pour des situations de personnes très isolées, sans hébergement, qui viennent parfois d'arriver en Belgique ou sortent d'une hospitalisation. Pour l'instant, on accompagne environ 70 personnes, depuis plusieurs mois ou quelques années. On refuse très peu de gens, mais la demande est importante et il y a malheureusement une liste d'attente...

COMMENT ÇA SE PASSE ?

Dès qu'on nous contacte, nous rencontrons le demandeur et, si possible, la personne pour qui la demande est formulée. Sur base de ce premier rendez-vous, on s'assure que la personne soit bien domiciliée en région bruxelloise, ait 16 ans ou plus et soit identifiée comme ayant une problématique de double diagnostic. Ensuite, on réfléchit en équipe à l'aide qu'on peut lui apporter. Parfois, on constate qu'il vaut mieux la rediriger vers un autre service, mieux outillé que nous. Dans ce cas, on pratique une réorientation active : on accompagne la personne jusqu'à ce que l'autre service ait véritablement pris le relais.

QUEL ACCOMPAGNEMENT PROPOSEZ-VOUS ?

Nous sommes une équipe mobile. On intervient donc à domicile ou en institution et toujours en binôme. On prend d'abord le temps de créer un lien de confiance avec la personne et la famille, de façon à mieux les connaître et orienter notre travail. L'idée est ensuite de créer un réseau stable d'aide et de soins avec la personne. Les moyens pour y arriver sont très variés. Ça peut être l'accompagner à un rendez-vous médical ou dans un service administratif, faire des courses ensemble ou encore activer le réseau pour tenter de lui trouver un hébergement. Chaque profil est unique, donc on s'adapte à la personne. Et on ne quitte pas une situation tant qu'elle n'est pas stable et apaisée. Notre objectif de travail est l'accès aux soins pour tous. Notre mission, c'est d'aider ces personnes à trouver une place qui leur est trop souvent refusée dans la société.

La CMI MAYA propose aussi des formations double diagnostic aux professionnels et des immersions professionnelles pour ouvrir les portes entre les domaines de la santé mentale et du handicap.

NOTRE SÉLECTION



Psychopathologie de l'adulte avec déficience intellectuelle / LIVRE

■ Les personnes en situation de handicap intellectuel qui rencontrent des troubles de santé mentale n'ont-ils pas droit à un accompagnement de qualité ?

Dans cet ouvrage pédagogique et scientifique récent, Romina Rinaldi vient combler un certain manque au niveau des écrits francophones sur le double diagnostic. L'auteure rassemble données scientifiques et conseils pratiques avec pour objectif de guider le lecteur dans l'évaluation et l'accompagnement de ce public spécifique. Destiné aux professionnels mais accessible à toute personne désireuse de développer des connaissances approfondies sur le sujet !

« Psychopathologie de l'adulte avec déficience intellectuelle », Edition Mardaga, 2021.



L'Unisound Festival / EVÈNEMENT

■ Une personne en situation de handicap sur deux n'a jamais participé à une activité de loisir ou à une activité sportive. C'est le triste constat que pose l'asbl Unisound qui a décidé d'œuvrer pour inverser la tendance en créant l'Unisound Festival.

Plus grand festival inclusif francophone d'Europe, l'Unisound permet à chacun de vivre l'expérience d'un festival pensé pour être accessible à tous et toutes. Depuis 2014, ce sont plus de 20 000 festivaliers et presque 400 bénévoles qui ont contribué à ce rassemblement musical encore pourtant peu connu.

L'édition 2023 se tiendra les 25, 26 et 27 juin prochain au Pam Expo à Court-Saint-Etienne. La line-up est à découvrir sur le site unisound.be !



Tous pareils ou presque / PODCAST

■ Tous pareils ou presque est un podcast à destination des familles concernées par l'autisme ou la neuroatypie. Permettre aux parents de se sentir compris et entourés par d'autres parents qui partagent les mêmes expériences, c'est l'objectif de Stéphanie Gruet-Masson, maman et créatrice du podcast. Au fil de ces récits de vie et de ces témoignages sans filtre, ces épisodes faciles à écouter constituent un bon moyen pour prendre un peu de recul sur son quotidien et reprendre un peu son souffle.

Petit coup de cœur pour le format des lettres sonores, les hors-séries qui donnent carte blanche aux personnes concernées.

À retrouver entre autres sur les plateformes Spotify et Ausha.



De l'analyse à l'apaisement

Des troubles de comportement parfois déconcertants motivent les familles à demander de l'aide. Hurler, frapper, marcher pendant des heures. Il s'agit le plus souvent d'hétéro-agressivité mais parfois aussi d'automutilation. Où est le mal-être ? Suivons Amadeo.

Il a des sensibilités particulières au niveau sensoriel – surtout au niveau sonore et tactile – qui le rendent nerveux et intolérant à certaines stimulations. Il cherche alors à s'isoler. Son ultra sensibilité le rend très perméable aux émotions d'autrui, elles viennent alors se cumuler à ses propres émotions et les bouleverser.

En parallèle, Amadeo montre parfois des difficultés à identifier les intentions d'autrui, il peut alors interpréter de manière erronée certaines situations. Par exemple, il peut se sentir agressé par quelqu'un qui l'envahit psychiquement ou se sentir ridiculisé par quelqu'un qui rit de la situation mais pas de lui.

Il montre une fragilité au niveau de sa sécurité interne, de base. Ce qui l'angoisse fortement, c'est de se trouver dans un environnement nouveau, face à un imprévu, à la perte d'un objet ou à une nouvelle personne. Il est alors envahi par une grande peur qui l'empêche d'exploiter son potentiel. Lorsqu'il est dépassé, débordé, il peut s'en prendre à lui-même ou à autrui et somatiser par des maux de ventre ou de tête.

Nous pouvons réaliser que la violence n'est pas gratuite et tenter de proposer des stratégies ou des

aménagement de l'environnement pour l'éviter ou l'arrêter. En fonction des tentatives répétées, nous pouvons formuler quelques conditions pour permettre l'apaisement et la construction des savoirs des personnes présentant un double diagnostic.

Amadeo a besoin de « temps off » au niveau sensoriel. Ces conditions peuvent être améliorées en utilisant un casque anti-bruit, une couverture lestée pour lui permettre de se recentrer. Pour sa sécurité interne Amadeo a besoin de rituels. Un cadre clair, ferme cohérent et bienveillant permet l'apaisement.

Les contacts avec les familles sont précieux pour maintenir ou retrouver l'apaisement.

C'est en élaborant le programme de la vie des résidents, en étant attentif à tous les détails qu'on arrive à un apaisement positif et parfois spectaculaire.

par **Dr Godelieve BAETENS,**
psychiatre



AGENDA

22 AVRIL

● Assemblée générale d'Inclusion asbl

L'Assemblée générale est ouverte à tous nos membres, mais seuls les membres effectifs ont le droit de vote. Inscription pour le dimanche 16 avril 2023 au plus tard auprès de pha@inclusion-asbl.be

● Fête des liens d'Inclusion-Namur

Le groupement Inclusion-Namur vous invite à leur Goûter des liens qui aura lieu le samedi 22 avril durant l'après-midi. Membre ou sympathisant, vous êtes conviés à cet évènement qui a pour but de renforcer davantage les liens. Rendez-vous à la salle Le Chalet à Jambes.

08 MAI

● Après-midi jeux de société La Louvière - 13h-16h

Caroline, notre animatrice de La Louvière, propose aux personnes en situation de handicap intellectuel une après-midi de détente et d'échanges autour de différents jeux de société. Cela se passe au bureau d'Inclusion de La Louvière.

16 MAI

● Formation Parlons d'Amour - Bruxelles

Formation sur la vie relationnelle, affective et sexuelle pour répondre aux questions des personnes en situation de handicap intellectuel. Formation réservée aux personnes en situation de handicap intellectuel.

● Ciné-débat à Stavelot avec CPBS et la Maison Speranza

Les ciné-débats continuent en 2023 ! Vous n'avez pas encore vu notre documentaire " Ma maison, c'est ici " ? Nous vous donnons rendez-vous à Stavelot pour le découvrir en présence du réalisateur, Jean-Michel Dehon. Les réservations se font auprès de la Maison Speranza par mail via : maison.speranza@gmail.com ou par téléphone au 0474 37 86 26.



22 MAI

● Formation " Comment initier un groupe de parole ? " - Namur

Venez vous initier à la parole ou à la communication de la personne en situation de handicap intellectuel, apprendre à développer l'écoute active et repérer vos forces et vos freins en tant qu'écouter. Formation réservée aux professionnels et aux proches.

● Atelier FALC, échanges et conseils

L'atelier a pour objectif de permettre aux traducteurs en FALC d'échanger avec les autres participants et la formatrice afin de perfectionner leur pratique du FALC. Cet atelier est réservé aux personnes ayant déjà une pratique du FALC et ayant suivi les 2 journées de formation " Apprendre à traduire des informations en FALC ".

28 MAI

● Participation d'Inclusion aux 20 km de Bruxelles

Venez soutenir Inclusion asbl aux 20 km de Bruxelles. Chaque année, Inclusion asbl participe aux 20 km de Bruxelles. Donnez du sens à votre effort et rejoignez-nous (inscriptions avant le 15 avril).

16 SEPTEMBRE

● Journée des Familles - SAVE THE DATE

Participez à notre traditionnelle Journée des Familles qui a lieu chaque année en septembre. Un moment convivial durant lequel nous nous retrouvons tous dans un cadre vert et ludique.

**Retrouvez l'agenda complet
sur notre site internet : www.inclusion-asbl.be**

Informations et inscriptions :
Mail : secretariat@inclusion-asbl.be
Téléphone : 02 247 28 19



L'Antenne Double Diagnostic

L'Antenne Double Diagnostic est un service psycho-social destiné principalement aux personnes adultes - ainsi qu'à leurs proches et aux professionnels qui les accompagnent - présentant une déficience intellectuelle associée à des troubles de santé mentale et/ou du comportement. L'Antenne a été créée grâce à la collaboration entre Inclusion asbl et l'Adret asbl (Centre de Santé Mentale).

L'Antenne propose les services suivants :

- des suivis psychologiques individuels ;
- une mise en réseau avec les professionnels en vue de la recherche de solutions adaptées ;
- un accompagnement dans les démarches administratives ;
- des actions de prévention (formations et sensibilisations pour les proches et professionnels).

COORDONNÉES DE L'ANTENNE



Céline Picard, psychologue
cpi@inclusion-asbl.be
0478 04 56 66



Pauline Galland, assistante sociale
pga@inclusion-asbl.be
0472 48 02 56



Centre de Santé mentale asbl



Rue Colonel Bourg 123-125
boîte 6, 1140 Bruxelles
Tél. : 02 247 28 19

