



PSICOCAP

Avec le soutien du Fonds européen de développement régional

# Observatoire des pratiques du projet Psicocap

(Départements des Ardennes et de la Marne en France ; Province de Namur en Belgique)

## Le Groupe d'Entraide Mutuelle à travers un exemple

Décembre 2022

Opérateurs partenaires



Opérateurs associés



#### Rédaction

Dr François Ihuel, Praticien hospitalier de Santé Publique à l'Etablissement Public de Santé Mentale (EPSM) de la Marne

#### Remerciements

Nous tenons à remercier toutes les personnes avec lesquelles nous avons échangé, qu'elles soient actives dans l'accompagnement des personnes ayant des troubles psychiques ou qu'elles vivent avec ces troubles. Nos remerciements s'adressent également à toute l'équipe du projet Psicocap.

## L'Institution

GEM La Vie

GEM La Vie est une jeune association à but non lucratif qui s'est constituée en août 2021 à Châlons-en-Champagne pour créer un lieu d'activités sociales et culturelles pour les personnes souffrant de maladie psychique. Elle est parrainée par la délégation départementale de l'UNAFAM et par l'établissement public de santé mentale de la Marne. Elle est financée par l'Agence Régionale de la Santé du Grand Est dans le cadre d'un contrat triennal.

## Origine et objectifs

Le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) est une association créée dans le cadre de la loi du 11 février 2005 pour « l'égalité des droits et des chances, la participation, et la citoyenneté des personnes handicapées » et la circulaire du 29 août 2005 relative aux modalités de conventionnement et de financement des Groupes d'Entraide Mutuelle pour des personnes souffrant de troubles psychiques.

Elle s'adresse aux personnes concernées par la maladie psychique de l'arrondissement de Châlons-en-Champagne et travaille en collaboration avec différents partenaires avec lesquels des conventions sont signées.

Elle a pour but de rompre l'isolement, de restaurer ou maintenir des liens sociaux, redonner confiance en soi. Avec l'appui d'intervenants bénévoles et salariés, elle favorise l'entraide mutuelle entre les membres, la participation à des activités, la prise d'initiative, des actions ouvertes sur la cité. En particulier, elle développe toutes actions ou partenariats pour favoriser l'insertion professionnelle et l'aide au logement.

## Description

Comme plus de 700 GEM en France, GEM La Vie s'est constitué à partir d'un petit groupe de volontaires ayant eu un parcours et souvent étant encore dans un parcours de soins psychiatriques. Le lieu d'accueil de l'association est le point d'ancrage du lien social qui se construit



au travers de « la présence de l'autre » source d'un partage d'une attention, d'une écoute, d'un dialogue du quotidien émaillé de rire ou d'émotions heureuses ou tristes, d'un partage aussi d'activités qui mobilisent les ressources de chacun dans la détente, le jeu, l'effort physique, la création, la production ou l'aménagement de l'environnement. Le GEM est ouvert chaque jour de la semaine et au minimum un week-end sur 2. Cette ouverture est réglementaire mais ne pose aucun problème pour les permanences. Le choix des activités se fait librement par les adhérents avec le soutien du bureau et du conseil d'administration de l'association. Un planning d'activité adaptable à tout moment est proposé et les adhérents de l'association s'y inscrivent en fonction

de leur disponibilité. Aucune assiduité n'est exigée, certains s'ils le souhaitent, peuvent s'investir dans l'animation des activités et la tenue de la permanence du GEM.

Un coordonnateur socio-culturel et une médiatrice santé - pair responsable aussi du développement assure la cohérence du fonctionnement et la préservation des valeurs d'entraide qui fondent le GEM. Des prestataires externes viennent apporter leur compétence sur des activités spécifiques comme le chant choral, la sophrologie, l'atelier bricolage, le théâtre, la mémoire, les ateliers d'écriture. L'idée de prévoir les activités sur 32 semaines par an permet aussi de créer la possibilité d'un réaménagement du temps pendant les vacances ou à d'autres moments, avec des sorties ou des activités plus ponctuelles. Une des premières demandes des adhérents était d'aller à la mer, une journée à Berck a été organisée et a été marquée d'un souvenir de joie comme témoignent les photos et les récits rapportés. Certains n'avaient plus voyagés depuis longtemps.



Le local situé au sein d'une pépinière d'entreprise permet de mettre les adhérents au contact de « la vie ordinaire » et de trouver une forme d'inclusion qui atténue aussi la stigmatisation que porte la maladie psychique sur la personne elle-même et sur le regard de l'autre. La volonté de se mettre dans une activité de production destinée à être vendue en dehors du cercle du GEM, montre le souhait d'une inclusion en constituant l'équivalent d'une microentreprise. L'opportunité de caves à proximité du local permet de tenter la reprise d'une champignonnière qui avait été abandonnée suite à la pandémie et la fermeture des restaurants. L'idée de produire également des endives s'est ajoutée par la demande des adhérents. Le GEM s'est doté en lien avec une association d'insertion professionnelle d'un vélo-cargo électrique pour distribuer la production.



## Résultat attendu et/ou constaté (points marquants, originalité)

En moins d'un an, GEM La Vie a pris son essor et a vu ses adhérents passés d'une quinzaine à son démarrage à plus de soixante actuellement. Un dispositif d'analyse de la fréquentation du GEM et de participation aux activités a été mis en place par les adhérents. Il permettra d'évaluer les actions menées et de réfléchir à l'évolution du GEM.

Selon l'expression des adhérents, GEM La Vie est apparu comme une véritable bouée de sauvetage en redonnant du sens à la vie. Par les liens qui se créent et qui se poursuivent au-delà de l'ouverture du GEM via un groupe sur une messagerie d'Internet, le sentiment de solitude et d'isolement liés à la maladie apparaît moins fort et cela renforce la stabilité de la maladie. Son but n'est pas de se substituer à la prise en charge médicale mais d'offrir un nouvel espace de vie en dehors de l'hôpital et du domicile.

Chaque GEM construit avec ses adhérents sa propre identité à travers ses activités. GEM la vie a le souci de construire un lien de solidarité fort entre ses membres et de s'investir progressivement dans des activités de production.

## Contact

GEM La Vie 127 avenue de Paris 51000 Châlons-en-Champagne  
Tel : +33 (0)6 10 56 99 09  
Mel : gemlavie.chalons51@gmail.com

## Sources

LOI n° 2005-102 du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées

Arrêté du 27 juin 2019 fixant le cahier des charges des groupes d'entraide mutuelle en application de l'article L. 14-10-5 du code de l'action sociale et des familles

## Sites Internet de Références

<https://www.solidarites-usagerspsy.fr/s-occuper-de-soi/groupes-d-entraide-mutuelle-gem/>

<https://www.cnsa.fr/actualites-agenda/actualites/tout-savoir-sur-les-groupes-dentraide-mutuelle>

<https://www.psycom.org/sorienter/les-groupes-dentraide-mutuelle/>

<https://www.youtube.com/watch?v=cDNEF4-g6xo>

<https://www.youtube.com/watch?v=RwPSmwhvSns>

<https://www.cnigem.fr/>