



Focus en ligne



- Faire face, à quoi et comment ?
- Faire face en famille
- Faire face en équipe (psycho-médico-social)
- Faire face avec nos aînés
- Tous égaux pour faire face ?



Faire face, à quoi et comment ?

Lundi 12 octobre

Chaque jour dans la rue, au supermarché, au restaurant, dans les gares, à l'entrée des écoles, les gestes "barrières", les masques et les gels hydroalcooliques nous rappellent la crise sanitaire mondiale que nous traversons. Crise sanitaire à laquelle se sont ajoutées une crise sociale et économique, et, pour certains, une crise des valeurs. Rapidement, nous avons compris que nous ne faisons pas simplement face à un nouveau virus, mais que nous vivons une expérience qui allait laisser des traces...

Pour inaugurer cette Semaine de la santé mentale consacrée au COVID-19, nous prendrons le temps d'évoquer ensemble les étapes importantes qui ont rythmé notre vie, du confinement au dé-confinement, jusqu'à ce jour.

Si nous sommes tous concernés par la pandémie, nous ne sommes pas tous impactés de la même manière, ni avec la même intensité. Chacun réagit de façon singulière aux événements qui se présentent et il y a toute une palette de possibilités. Un des points communs se situe sans doute dans le quotidien du confinement, rythmé par les annonces médiatiques journalières (nombre de contaminations/hospitalisations/décès) et les conférences du conseil national de sécurité. À l'incertitude du lendemain s'ajoutent parfois aussi la peur, l'angoisse, la colère, voire le détachement face à la situation.

Depuis le début de la crise sanitaire, 9 878 personnes* sont décédées du COVID-19, avec autant de familles endeuillées... De nombreuses personnes sont encore hospitalisées à ce jour, et d'autres continuent à souffrir des séquelles de la maladie.

* Relevé épidémiologique du 26/08/2020 disponible sur [Sciensano.be](https://sciensano.be).



Aux côtés des personnes directement touchées par le virus, il y a aussi toutes celles et ceux qui paient les conséquences de cette crise sanitaire, en termes d'emploi, de revenus, de logement, de relations familiales, de réalités professionnelles... Ces situations seront évoquées lors des FOCUS que nous réaliserons tout au long de la semaine du 12 au 16 octobre, et ce, sans faire l'impasse sur les personnes qui se sont adaptées aux mesures sanitaires « plus ou moins facilement », « plus ou moins bien ».

Depuis plusieurs mois, chacun a eu à vivre avec le virus certes, mais aussi avec ses propres émotions et celles des autres. D'où cette (double) question, centrale, pour inaugurer ensemble notre série de focus en ligne : " Faire Face, mais à quoi ? Et comment ? "

● **En ligne** | www.semaine-sante-mentale.be

Retrouvez-nous dès 10h sur [semaine-sante-mentale.be](http://www.semaine-sante-mentale.be) pour interagir avec :



Nicolas Marquis

Docteur et chercheur en sociologie, Chargé de cours à l'Université Saint-Louis de Bruxelles et Marie Curie fellow au Centre de recherche médecine, sciences, santé, santé mentale, société (CERMES3) de l'université Paris-Descartes.

&



Pierre Bouchat

Docteur et chercheur en psychologie sociale, Professeur invité à l'Université Libre de Bruxelles et l'Université Catholique de Louvain.

À découvrir en ligne dès le 12 octobre :

- **Un article consacré aux acteurs de santé mentale face au COVID-19.** Avec les contributions de **Frédérique Van Leuven**, Psychiatre au Centre psychiatrique Saint-Bernard à Manage et dans l'Équipe Mobile de Crise de la Région du Centre, **François Vilain**, Responsable de projet et expert du vécu pour l'asbl Psytoyens – Fédération d'associations d'usagers en santé mentale, et **Suzanne**, bénévole pour l'association, **Stéphanie Lemestré**, Coordinatrice de l'asbl Similes - Association pour les familles et amis de personnes atteintes de troubles psychiques, et **Sarah Crew**, proche et bénévole au sein de l'association.
- **Un article consacré aux ressources de santé mentale pour faire face au COVID-19 :** lignes d'écoute téléphonique, Psychologues de Première Ligne (PPL), Renforcement des équipes ambulatoires de soins en santé mentale, le Numéro vert de la Wallonie « 1718 », ... mais aussi le self-help, l'entraide, le soin communautaire et les soins plus spécialisés.



Faire face en famille

Mardi 13 octobre

Si la crise du COVID-19 a pu offrir un souffle nouveau voire des opportunités à certaines familles, d'autres ont été confrontées à de nombreuses contraintes et une bonne dose de mal-être. Qu'on se le dise, les vécus des familles sont très éclectiques. Ils varient selon les situations objectives de vie (lieu de vie, configuration familiale, statut socio-économique,...) et subjectives (relations à soi, à ses enfants, à ses émotions, histoire de vie...).

Au-delà des vécus singuliers, ces familles ont pourtant toutes un point commun : elles ont été confrontées à des changements radicaux en termes de rythme de vie, d'activités, de relations familiales, avec leur environnement extérieur... Pendant plusieurs mois, elles n'ont plus eu d'interactions - directes en tous les cas - avec tous ceux qui rythmaient leur quotidien tels les enseignants, les centres psycho-médico-sociaux (PMS), les écoles de devoirs, les clubs de loisirs...

Comment les familles ont-elles vécu la période de confinement, puis de déconfinement ? Se questionner sur la façon dont elles font face à la crise sanitaire depuis le début, c'est aussi inévitablement s'intéresser aux professionnels qui accompagnent d'ordinaire les familles. Eux aussi ont dû composer, du jour au lendemain, avec un cadre de travail - et de vie - extra-ordinaire ! Alors que l'humain constitue le premier "outil de travail" dans le secteur de l'aide et des soins au sens large, comment ont-ils fait pour continuer à prendre soin des familles dans un contexte de confinement ? Comment ont-ils abordé la phase de déconfinement, et que disent-ils de leurs pratiques aujourd'hui ?



● **En ligne** | www.semaine-sante-mentale.be

Retrouvez-nous de 12h à 13h sur [semaine-sante-mentale.be](http://www.semaine-sante-mentale.be) pour :



une conférence interactive avec [Isabelle Roskam](#)

“Familles et confinement : peut-on parler de burn-out parental ?”

Isabelle Roskam est Docteur en Sciences Psychologiques et Professeure en psychologie du développement à l'Université de Louvain en Belgique (UCLouvain). Depuis plusieurs années, elle reçoit des parents en consultation et dirige des études sur le développement de l'enfant et la parentalité. Avec la Professeure Moïra Mikolajczak, Isabelle Roskam s'est intéressée, dès le début de la crise sanitaire, à la santé mentale des parents, devenus du jour au lendemain confinés avec leurs enfants. Notamment à travers une étude réalisée auprès de 1300 parents belges francophones, nous ferons le point ensemble sur la situation des parents aujourd'hui : peut-on parler d'une explosion de burn-out parental suite aux mesures de confinement ? Que nous confient les parents, 6 mois après le début de la crise sanitaire ? Quelles ressources sont disponibles pour les parents en souffrance, et quelles politiques de prévention doit-on soutenir à leur égard ?

À découvrir en ligne dès le 13 octobre :

- **[L' A.M.O. “Le CAP” à Verviers](#)** : « Ce que la crise sanitaire révèle de nos métiers : peut-on parler de familles *compétentes*, pour une fois ? »
- **[Le Service de Santé Mentale de Tamines](#)** : « Prendre soin de la santé mentale des familles en période de crise sanitaire : l'expérience d'une équipe pluridisciplinaire en service de santé mentale ».
- **[Le Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté](#)** : « Crise sanitaire et familles vivant dans la pauvreté : une double sanction ».
- **[L'équipe SOS Enfants de Namur](#)** : « Confinement et enfants victimes de maltraitance : quand le *chat* devient l'unique porte d'accès aux familles ».

Faire face en équipe (psycho-médico-sociale)

Mercredi 14 octobre

2 rendez-vous à ne pas manquer !

● En ligne | www.semaine-sante-mentale.be

Rendez-vous dès 10h pour interagir avec :



Thomas Périlleux

Sociologue, Professeur à l'Université Catholique de Louvain (CriDIS), Membre de l'Association freudienne de Belgique, Intervenant au CITES-Clinique du travail



Pierre Firket

Prof. Pierre Firket, Directeur du CITES, Clinique du Stress et du Travail, ISOSL Liège | Département Universitaire de Médecine Générale, Faculté de Médecine ULg



La crise sanitaire a provoqué d'importants changements dans la sphère du travail. Le secteur « psycho-médico-social » n'y a pas échappé ! Alors que le cœur des métiers du secteur psycho-médico-social est précisément d'être en lien, en proximité avec les personnes accompagnées (patients, usagers, membres), le confinement et les mesures prises dans le contexte de pandémie imposent de travailler davantage à distance - plus ou moins grande : en télétravail ou en limitant au maximum les contacts...

Cette mise à distance avec le public vaut également pour les relations aux collègues. Là où les échanges informels et les réunions d'équipe permettaient une certaine régulation, comment, aujourd'hui, continuer à se mettre au travail ensemble, au bénéfice des usagers ? Comment le responsable d'équipe peut-il favoriser la confiance et la coopération entre les membres de son équipe, particulièrement en période de crise ou d'après crise ? Est-ce que certaines compétences doivent être davantage activées et comment, face à des phénomènes nouveaux comme l'angoisse et l'incertitude, mais aussi face à des professionnels à bout de souffle ? Comment aborder en équipe les questions de sens au travail ou de conflits de valeurs découlant des situations vécues ? Comment faire avec la question de la centralité du travail dans la construction identitaire, là où certains ont fait face à du surinvestissement ou au contraire, un désinvestissement de la sphère professionnelle ?

La situation actuelle soulève certes des questions et de l'incertitude, mais elle pourrait aussi constituer des opportunités, tant pour les organisations que pour les travailleurs et les personnes accompagnées !

● En présentiel

Intervision de 13h à 15h30 à Namur ∞ Sur inscription (places limitées) :

Depuis de nombreuses années, Thomas Périlleux et Pierre Firket accompagnent des travailleurs et des équipes sur diverses questions liées au monde du travail.

À l'occasion de la Semaine de la santé mentale, ils invitent les responsables d'équipe (directeurs, coordinateurs, chefs d'équipe) à prendre part à un temps d'échanges et de réflexion (intervision) sur leur expérience depuis le début de la crise sanitaire.

Cette intervision s'adresse **à tous ceux qui exercent des responsabilités d'équipe dans le champ psycho-médico-social** (en service de santé mentale, hôpital général ou psychiatrique, CPAS, maison médicale...) qui souhaitent partager leur expérience avec d'autres. L'intervision aura lieu à huis clos pour vous permettre d'y déposer sereinement vos observations, vos ressentis, vos questions...mais aussi de partager les ressources que vous avez déjà développées et qui sait, vos prochains défis ! Bienvenue !

Infos pratiques



Mercredi 14 octobre
de 13h à 15h30



À Namur - Une fois votre inscription confirmée, vous recevrez les indications précises sur le lieu.



P.A.F : 20 €

Pour participer : merci de compléter le [formulaire en ligne](#) pour le 4 octobre au plus tard

Le nombre de participants sera limité à 15 dans le respect des mesures sanitaires en vigueur. Le groupe sera constitué de manière à garantir une diversité institutionnelle parmi les participants.

A grayscale photograph of a person with glasses looking out a window with horizontal blinds. The person is seen from the side, looking towards the right. The window is the central focus, with light coming through the blinds. The background is a plain wall.

Faire face avec nos aînés

Jeudi 15 octobre

La crise que nous traversons a touché de plein fouet nos aînés, leurs familles, mais aussi les soignants qui les accompagnent au quotidien. Confinées, coupées de l'extérieur, les institutions résidentielles pour personnes âgées ont vécu des mois très, très difficiles depuis le début de la crise sanitaire en mars.

L'isolement pour les uns, la peur du virus pour les autres, la souffrance d'être séparé de ceux qu'on aime... ont eu un effet certain sur la santé mentale des aînés et de leur entourage - familles et soignants. Mais ce qui frappe dans les témoignages, c'est la résilience des aînés et de celles et ceux qui sont à leurs côtés depuis des mois, leur capacité à rester debout, vivant, alors que tant d'éléments concourraient à les déstabiliser.

Des aînés, des soignants et des familles, ainsi que des intervenants de terrain, ont accepté de partager leurs vécus et expériences de ces derniers mois, tout comme les ressources développées pour tenter de *comprendre* (du latin *cum prehendere* "prendre avec") la souffrance psychique qui découle de cette crise sanitaire sans précédent. Une précieuse contribution pour laquelle nous les remercions déjà.

● [En ligne](http://www.semaine-sante-mentale.be) | www.semaine-sante-mentale.be

Rendez-vous dès 10h pour interagir avec :

- [Pierre Gobiet](#) - Psychologue, Coordinateur de l'Initiative Spécifique « Personnes Agées » du Service de Santé Mentale « L'Espoir » à Malmédy
- [Pallium asbl](#) - Plate-forme de concertation en soins palliatifs du Brabant wallon
- [Respect Seniors asbl](#)

A photograph of a person sitting on a city street at night. The person is wearing a dark jacket and a red beanie. They are sitting on the ground with a sign in front of them that reads "SVP SANS ARGENT ENVERS NECHES UNE PIÈCE OU UN TICKET RESTAURANT MERCI". The background is a blurred city street with lights and buildings.

Tous égaux pour faire face ?

Vendredi 16 octobre

Depuis le début de la crise sanitaire, les médias ont relayé les nombreux élans de solidarité envers les personnes isolées, les aînés confinés à domicile, ou encore les plus fragiles. Nous pouvons nous en réjouir !

Et pourtant ... Ces élans de solidarité ne doivent passer sous silence toutes celles et ceux qui ont été particulièrement "abîmés" par cette crise. Des associations telles la Fédération des Services Sociaux, le Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté ou la Fédération des Maisons Médicales, ont rapidement sonné l'alarme sur l'état d'urgence dans lequel ont basculé des milliers de personnes.

Il est un fait que les déterminants sociaux de la santé mentale - le logement, la famille, les liens sociaux, l'enseignement, l'accès aux soins de santé (mentale)... - ne nous rendent pas tous égaux pour faire face à la crise sanitaire du COVID-19. La crise a sans nul doute révélé un nombre criant d'inégalités, parfois même de façon insupportable.

En ce vendredi veille du 17 octobre décrété "Journée internationale de lutte contre la pauvreté", nous ne pouvons faire l'impasse sur la fragilisation, matérielle et psychique, grandissante, d'une partie de la population. Des acteurs de terrain mettront en lumière les enjeux socio-politiques inhérents à cette crise du COVID-19 ainsi que les leviers d'actions possibles pour faire face aux inégalités. Ces acteurs plaident pour davantage d'attention à la santé mentale de ces personnes particulièrement mises à mal, sous différentes formes. Ils attirent également notre attention sur les situations où urgence sociale et urgence psychique flirtent ensemble, jusqu'à s'entremêler parfois, au plus grand désarroi des intervenants psycho-sociaux...



On vous en parle ?

● En ligne | www.semaine-sante-mentale.be

Rejoignez-nous dès 10h sur www.semaine-sante-mentale.be pour un temps d'échanges et de réflexion autour d'un dispositif d'écoute et d'orientation (le Numéro Vert de la Wallonie, le 1718) alliant service public et associatif, qui a vu le jour pendant le confinement.

Avec les contributions du Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté (RWLP) et du Call center du numéro vert de la Wallonie, le 1718 (Service Public de Wallonie).