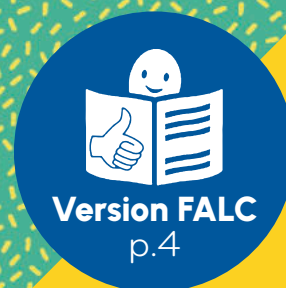


INCLUSION MAGAZINE

Derrière le double diagnostic



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

N°22



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.

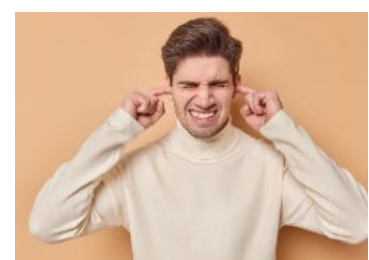
C'est quand on a très peur de quelque chose.

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.

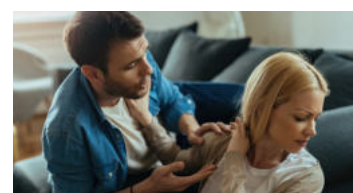
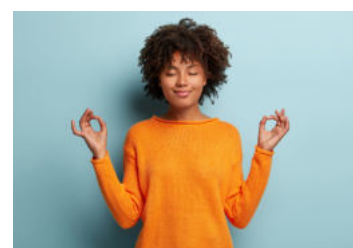
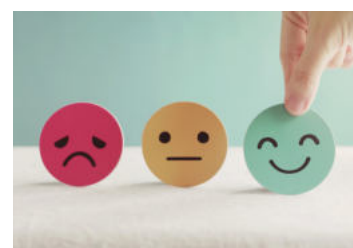
Avoir une bonne santé mentale, c'est très important.

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 **Cellule Mobile d'Intervention**.

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

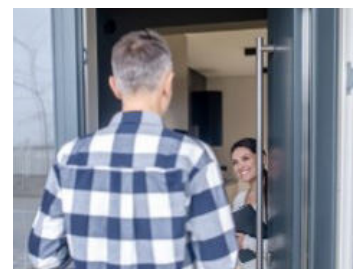
En Wallonie, il y a :

■ 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 !





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

