

Et le rôle des assos dans tout ça ?

L'exemple d' ARGOS  2001

Inès de Laguérie

Bipolarité

ARGOS 2001

Un chemin pour le rétablissement

Présentation d'Argos 2001- Missions

Des bénévoles patients ou proches au service des patients et des proches, ARGOS 2001 a pour mission d'aider et soutenir les patients atteints de troubles bipolaires et leurs proches, afin de les accompagner dans le processus de rétablissement.

L'action de cette association repose sur le partage d'expérience entre patients et proches dans ses activités phares que sont les groupes de paroles, les accueils individualisés et une écoute téléphonique nationale



Autres activités :

Psychoéducation

Conférences

Faire connaître les troubles bipolaires

Point d'entrée dans ARGOS



Le site internet via la ligne téléphonique



Les psychiatres

La formation des bénévoles

Sessions de formation :

- **Formation externe à l'écoute par Astree**
- **Formation à l'animation de groupes de parole**
- **Formations France Asso Santé, RU**
- **Diplôme universitaire médiateur de santé pair**
- **Premiers Secours en Santé Mentale PSSM**
- **MOOC Rétablissement**

Accompagnement par l'association :

- **Entretien avec l'équipe d'intégration des nouveaux bénévoles**
- **Participation à une dizaine de groupes de parole**
- **Accueil individuel**
- **Co-animation de groupes de parole avec l'équipe d'intégration des nouveaux bénévoles**
- **Téléphone**
- **Parrainage**
- **Documentation**
- **Debriefing**
- **Supervision**

Groupes de parole

De nombreux groupes de parole.
Patients, patients et proches, proches.
Présentiel et Visio.
Un douzaine de participants, sans inscription.
Animation par un binôme formé.

Choix d'un thème par les participants :
le rétablissement, hygiène de vie, sommeil, signes précurseurs des phases, relation patients et proches, travail, acceptation, les émotions, les petits trucs et les bonnes pratiques pour retrouver son pouvoir d'agir...

L'écoute est essentielle, on ne manifeste l'envie de prendre la parole que lorsque son pair a fini de parler.
La bienveillance, le non-jugement et la confidentialité assure un cadre sécurisant.
On est entre pairs : libération de la parole, pas de stigmatisation.

Permet de sortir de l'isolement.
Complémentaire au rôle des psychiatres.

La prise de parole se fait à la première personne du singulier : «je... » ,on parle en son nom, de son ressenti, de sa propre expérience.

Les participants se sentent mieux après le groupe de parole (de nombreux témoignages) cela participe à leur rétablissement, certains rejoignent le groupe des bénévoles.

Perspectives d'évolution

Plan stratégique 2024-2027 :

-  **Accroître le nombre d'adhérents**
-  **Recruter des bénévoles**
-  **Créations d'antennes en région**
-  **Renforcer la visibilité et la notoriété de l'association auprès du grand public et du monde médical**
-  **Renforcer les partenariats avec d'autres associations, institutions ou entreprises**
-  **Actions de plaidoyer**

Conclusion

-  **Toutes nos actions visent à accompagner les patients dans leur parcours de rétablissement**
-  **Nous sommes portés par de nombreux témoignages positifs**