

DIJON

Santé mentale : un cocon avant le retour à la « vraie vie »

Si le mot "psychiatrie" effraie toujours – mais un peu moins – les foules, les plus apeurés, quand il s'agit de se réinsérer dans la société, ce sont les patients. Un nouveau dispositif est né à La Chartreuse pour assurer une transition en douceur à des personnes hospitalisées au long cours, avant un retour en ville.

Is brandissent leurs clés, en posant devant leur nouveau logement de 190 m². Yan Tremoulet, 44 ans, et Raphaël Muller, 29 ans, ont entamé mercredi soir une colocation dans un magnifique pavillon tout équipé, au cœur d'un parc verdoyant à côté du centre de Dijon. Une opportunité qui en ferait rêver plus d'un, mais qui signifie bien plus qu'un peu de confort pour les deux hommes.

Ici, nous sommes au cœur du domaine hospitalier de La Chartreuse, à deux pas de l'unité Saint-Exupéry où Yan était hospitalisé depuis le 6 mai 2019 et Raphaël depuis le 1^{er} janvier 2020. Les deux patients participent au projet d'appartement Tremplin (lire par ailleurs), qui les prépare en douceur au retour dans la société, après une longue période d'hospitalisation et de prise en charge.

Cet outil – qui porte bien son nom –, ce sont eux qui en parlent le mieux. « Cette maison, ça va nous permettre de nous épanouir en attendant d'être dans un appartement », détaille Raphaël. « Avant de quitter complètement l'hôpital, on va pouvoir devenir plus autonomes. Réapprendre à nous organiser, à cuisiner par exemple. J'ai déjà prévu ce que je voulais faire pour ma première soirée chez moi : des pâtes avec un cordon bleu, puis m'allonger (rires) ! »

« Recréer une routine »

Habités depuis longtemps à être déchargés des gestes du quotidien, les deux hommes vont devoir apprendre à s'organiser et repousser jour après jour leurs limites. « Je souffre de psychoses. C'est une maladie qui prend beaucoup de place dans ma vie, alors c'est important pour moi de recréer une routine. Mais je ne vous cache pas que j'ai quelques appréhensions. Cela me rassure de savoir que les soignants sont là, qu'ils ne nous lâchent pas », souffle Raphaël.

Il a déjà eu un « petit studio, via l'association Les Toits du cœur, avant tout cela ». Mais sa pathologie l'a conduit à un long passage à La Chartreuse, d'où ses craintes légitimes face à cette liberté nouvelle, bien vite calmées par les soi-



Yan Tremoulet, 44 ans, et Raphaël Muller, 29 ans, sont installés depuis mercredi soir dans leur logement. Une colocation nichée dans un pavillon indépendant, au cœur du domaine hospitalier de La Chartreuse. Le bâtiment était jusqu'alors un logement de fonction. Photo LBP/A. R.

gnants venus visiter avec lui le logement.

« Ici, c'est l'autonomie, presque la vraie vie »

Yan, de son côté, savoure déjà « le calme de [sa] chambre ». « Cela fait longtemps que je n'ai pas ressenti un tel calme ! Dans l'unité, il y a toujours beaucoup de bruit. Je suis un artiste, alors je vais beaucoup utiliser mon bureau pour peindre et dessiner, j'ai hâte. Ici, c'est l'autonomie, presque la vraie vie. » Lui et Raphaël continuent de faire le tour de leur nouveau cocon. « C'est beau, lumineux et très bien rangé », constatent les nouveaux colocs, qui parlent déjà de menus, des courses à venir, et surtout qui appréhendent un peu les premières expériences en cuisine.

Amandine ROBERT

ÉCLAIRAGE

« La marche est très haute pour les patients entre l'univers hospitalier et la société »

Christophe Labrosse, cadre de santé dans l'unité Saint-Exupéry « Je travaille dans cette unité dédiée à l'hospitalisation complète des patients psychotiques, âgés de 18 à 50 ans. L'idée de Tremplin est de permettre à des personnes hospitalisées au long cours de travailler sur leur autonomie, tout en assurant un étayage soignant, puisqu'ils sont dans un appartement au cœur du domaine hospitalier. Cela assure une transition en douceur, ils se sentent sécurisés, dans un cocon, avant de pouvoir reprendre un logement et un quotidien en dehors de l'hôpital. En effet, les équipes se sont rendu compte que la marche est très haute pour les patients entre l'univers hospitalier et la société. Il leur fallait donc un tremplin. »



Christophe Labrosse. Photo LBP/A. R.

Un outil de plus, mais pas de trop



François Martin, directeur du centre hospitalier La Chartreuse, signe le bail qui lie l'établissement aux deux nouveaux locataires de l'opération Tremplin. Photo LBP/A. R.

« Je vous remets les clés officiellement, pour que vous puissiez investir ces locaux, Messieurs, en espérant que vous vous y sentiez bien », lâche François Martin. Joignant le geste à la parole, il offre à Yan et Raphaël une porte de sortie rassurante pour eux, hospitalisés depuis plus d'un an à l'unité Saint-Exupéry. Puis, le directeur du CH La Chartreuse va signer le bail liant les nouveaux locataires à l'établissement. Un contrat locatif presque standard, assorti tout de même d'un suivi médical. Tremplin, c'est cela : une structure d'hébergement temporaire de 6 mois (le bail peut être prolongé de trois mois) accueillant, avec suivi médical, deux patients jusque-là hospitalisés.

Le profil des candidats ? Des personnes atteintes de psychose chronique, de schizophrénie, de troubles bipolaires, etc. Qui ont bien souvent un pied dans et l'autre

hors de l'hôpital, multipliant les allers-retours à Saint-Ex, faute de structure transitoire adaptée. Nichée dans le verdoyant domaine de La Chartreuse, à mi-chemin entre cette structure médicale qui les encadre et le centre-ville, la maison tremplin est le trait d'union qu'il manquait peut-être entre l'hôpital et la société.

À son arrivée en 2019, le directeur du centre hospitalier La Chartreuse nous parlait déjà de décloisonner l'hôpital en ouvrant la santé mentale sur la société. L'opération Tremplin est un des outils mis en place par le nouveau projet d'établissement (lire par ailleurs) pour y arriver. Car en matière de santé mentale, il faut trouver le bon équilibre et ne jamais confondre vitesse et précipitation, pour laisser le temps aux patients et à la société de s'apprivoiser mutuellement.

TÉMOIGNAGE

« On essaye de faire cesser la chronicité hospitalière »

Johann Quillet, infirmier à l'unité Saint-Exupéry de La Chartreuse

« Ces appartements sont destinés aux personnes qui ne se voient pas, après une hospitalisation de longue durée, ressortir brutalement pour reprendre une vie courante. On essaye de faire cesser la chronicité hospitalière, ces allers-retours en hôpital qui leur font perdre leur indépendance, car ils ne font plus à manger, et le ménage est intégralement pris en charge dans les unités. Ici, ils vivent seuls, mais tous les jours, nous passerons les voir et une ligne téléphonique est à leur disposition avec nous, 24 heures sur 24. Ils continueront aussi leur parcours dans le service en participant à la réadaptation cognitive. Nous les aiderons socialement aussi, pour les courses par exemple, avec petit à petit une autonomie qui se (re)construit, jusqu'à ce qu'on les laisse faire, en vue d'un futur logement en ville. »



Johann Quillet. Photo LBP/A. R.

Projet d'établissement : un pas de plus vers l'extérieur

Depuis janvier, le centre hospitalier La Chartreuse a un nouveau projet d'établissement pour la période 2021-2025. Quésaco ? Ni plus ni moins que le cap que suivra l'établissement pour ces prochaines années, en utilisant les outils déjà à sa disposition et en inventant de nouveaux, comme le projet Tremplin.

« La philosophie de ce document, réalisé avec la participation et la forte mobilisation des équipes, en plein Covid, c'est l'ouverture de la psychiatrie sur la cité », explique Amandine Clavel, directrice des affaires générales de l'établissement. Décloisonner, fluidifier, inclure : tels sont les objectifs, mais pour cela, il fallait (ré) organiser la chaîne entière de prise en charge. Le tout avec des équipes parfois éreintées et échaudées par un Ségur de la Santé excluant le médico-social.

Ce projet d'établissement s'articule autour de la constitution de cinq pôles, « afin de structurer les filières. Notre force, c'est notre proximité géographique, les divers modes de prise en charge avec hospitalisation, logements adaptés, équipes mobiles et la prise en compte des tranches d'âges. Pour aller plus loin, cinq axes ont donc été retenus », détaille Amandine



La Chartreuse continue son ouverture sur la société en se dotant d'un projet d'établissement en 5 axes. Photo LBP/Philippe BRUCHOT

Clavel. Au menu jusqu'en 2025 :

- * Un pôle extra-hospitalier doté d'une plateforme d'orientation psychiatrique coordonnant l'ensemble des admissions. Elle est associée à une équipe de soins psychiatriques intensifs à domicile. Cet axe continu hospital-société « évite de nombreuses hospitalisations. Cette équipe renforce les liens avec les structures ambulatoires ».
- * Un pôle intra-hospitalier doté de structures ouvertes et fermées et de structures de soins en milieu pénitentiaire. L'accent sera mis sur la prise en charge de patients difficiles

via une unité de soins intensifs psychiatriques.

* Un pôle de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent pré-existant, qui bénéficie d'une structure départementale pour adolescents (Intermède) et des structures ambulatoires réparties sur le territoire. L'organisation du pôle prévoit la structuration de 3 filières de prise en charge précoce autour de la périnatalité, l'enfance et l'adolescence.

* Un pôle de réhabilitation psychosociale à portée régionale. Le but : répondre aux besoins des personnes en réinsertion ou hospitalisées au long cours. C'est via ce pôle que sera créée la tant attendue Maison d'accueil spécialisée de 60 lits en 2023.

* Un pôle des activités médicales transversales qui regroupe le plateau technique et somatique, pharmacie, médecine du sommeil, addictologie, recherche et information médicale, etc.

« Alternative à l'hospitalisation ne veut pas dire défaut de soins »

Pour le Dr Pierre Besse, psychiatre et chef du pôle de pédopsychiatrie, président du comité médical d'établissement, « il faut accompagner les patients dans la cité, et cela ne veut pas dire les mettre sous surveillance. Il faut les aider à se réinsérer, tout en prenant en compte leur pathologie. C'est un enjeu social : accepte-t-on de vivre en bon voisinage avec un malade psychique ? Choisit-on un modèle de vie inclusif ou exclusif ? On est sur une route longue, mais le pôle de réhabilitation aidera à transcender cette question intra ou extra-hospitalier. C'est une utopie, mais il n'y a aucune raison de ne pas travailler les utopies ! Il faut faire de la pédagogie, mais dans les deux sens, car pour beaucoup de malades, l'hôpital est un refuge. Il faut donc éviter aussi qu'ils se détachent de la vie en collectif. Pour certains, ce ne sera pas possible, mais pour une majorité, l'ouverture sur l'extérieur est souhaitable et faisable. Attention, alternative à l'hospitalisation ne veut pas dire défaut de soins ! Mais sortir des murs du CH, cela permet de libérer de la place pour ceux qui ont vraiment besoin d'être hospitalisés ».



Dr Pierre Besse, psychiatre et chef du pôle de pédopsychiatrie, président du comité médical d'établissement. Photo LBP/Ph. B.

REPÈRES

■ Lits : on fait le compte

À l'aube de ce nouveau projet d'établissement, impossible de faire l'impasse sur la question des lits et des places. En route pour les comptes d'apothicaire. La capacité totale passe de 616 lits et places (232 places et 384 lits) à 711 lits et places (285 places et 426 lits). La diminution des lits et places pour la psychiatrie (-54 lits et +41 places) sera compensée par des créations de lits et places médico-sociales. Par exemple, création d'une maison d'accueil spécialisée de 60 lits, foyer d'accueil médicalisé + 20 lits, et avec des équipes d'intervention à domicile.