

L'écho des Lys

Le journal de la Maison des Lys

Accompagnement de personnes en situation de handicap psychique

Témoignages - Notre vécu de la schizophrénie



Adef Résidences

La Maison
des Lys

Avant-propos

Merci à vous, notre lecteur / lectrice, d'être ici avec nous dans cet espace dédié à l'expression libre sur la schizophrénie !

Merci également de prendre en considération que ce numéro spécial a été créé :

- par les Résidents et professionnels de l'Écho des Lys, le journal de la MAS,
- en collaboration avec Arnaud, Laura, Anne, du service communication Adef Résidences,
- couleurs, formes et typographies ont été travaillées fonction des explications des Résidents.
- les écrits et peintures ont été réalisés lors des ateliers d'écriture.

Toute reproduction est interdite sans autorisation de la Maison, nous sommes très attachés au respect du droit à l'image des personnes vulnérables.

Introduction

Pour écrire ce journal nous voulions au départ parler des élections présidentielles. Finalement, nous avons parlé de notre vécu de la schizophrénie. Comment en sommes-nous arrivés là ?

Pour commencer, nous avons regardé les programmes des candidats aux élections présidentielles et nous avons discuté de leurs propositions. Nous avons découvert que certains candidats voulaient augmenter les allocations pour adultes handicapés. Mais nous avons été déçus de ne pas trouver plus de propositions en faveur des personnes en situation de handicap alors qu'il y a beaucoup de schizophrènes en France.

Sur l'idée de M. Prioux, nous nous sommes lancés dans l'écriture de nos propres propositions comme si on avait été candidat. Notre première mesure aurait été de construire plus de Maisons d'Accueil Spécialisées et d'Accueils De Jour et d'embaucher plus de professionnels bien formés pour s'occuper le mieux possible des résidents schizophrènes.

Nous avons discuté longtemps de ce qu'est « un professionnel bien formé » et pour nous c'est quelqu'un de :

- gentil, tendre, à l'écoute, disponible, sensible, souriant et de bonne humeur, respectueux de l'autonomie et qui s'adapte aux besoins des personnes schizophrènes.

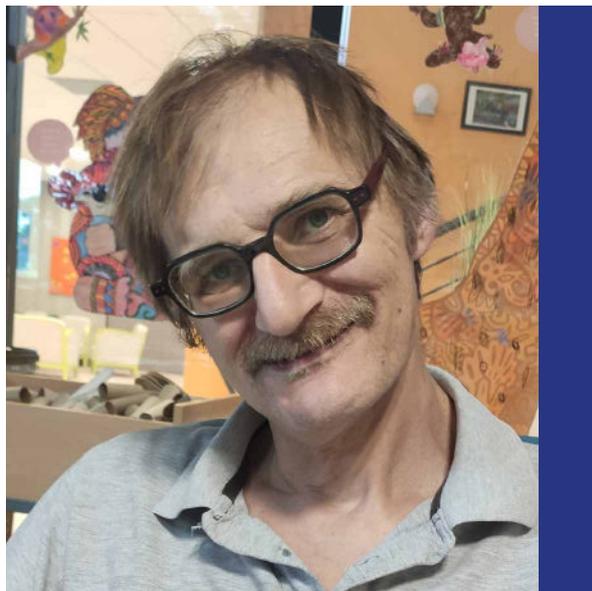
Mais pour s'adapter aux besoins des personnes schizophrènes encore faut-il savoir ce qu'est la schizophrénie.

Alors nous avons décidé de parler de nos symptômes et de notre vécu de la schizophrénie pour que les professionnels nous connaissent mieux.

Voilà comment du thème des élections présidentielles nous en sommes venus à parler de nous.

Bonne découverte !

NASSER SOUALMI



Présentation

Mon prénom - mon âge :

Nasser – 52 ans.

Qui suis-je ?

M. Soualmi Nasser. Je suis schizophrène depuis au moins 20 ans. Je fais des séances de RTMS. Je suis quelqu'un de très rigolo.

Mon diagnostic selon moi :

Schizophrène. J'entends des voix pas gentilles.

LES VOIX SONT FORTES.

Ça fait plus de 20 ans que je suis schizophrène (environ 30 ans). J'ai des problèmes de concentration.

Les hallucinations sont visuelles et des gestes. Je vois comme des bras qui veulent attraper la TV, j'ai l'impression que ça va m'attaquer.

Quand il y a des hallucinations : je regarde la TV pour penser à autre chose.

Parfois c'est difficile de faire la différence entre les voix et la réalité ou le rêve. Il faut s'accrocher aux détails pour revenir au réel. C'est devenu héréditaire. Ma mère est malade psychiatrique et ma sœur aussi. On vit avec la maladie dans son corps.

Les symptômes de la schizophrénie :

- Difficulté à parler.
- Dure très longtemps.
- Voix très fortes qui empêchent de s'entendre penser/parler.
- Clozapine.
- Salive beaucoup.

Handicap au quotidien. C'est dur. C'est pas évident.





Légende : Une fourmi. Ça fait parler de la schizophrénie. Un peu comme une voix. Mes voix ressemblent à une fourmi. C'est comme des fourmis dans ma tête. Ça gratte. C'est désagréable. C'est souvent. C'est dur d'expliquer, c'est mon univers à moi.

OLIVIA
LOGBO



Présentation

Mon prénom - mon âge :

Olivia – 55 ans.

Qui suis-je ?

Je m'appelle Olivia Logbo

Mon diagnostic selon moi :

J'entends des voix à travers les humoristes.

Tout cela est dans ma tête.

**IL N'Y A PAS DE PLAISIR DANS LA SCHIZOPHRÉNIE.
ÇA FAIT MAL.**

On peut en guérir ? Que peut-on faire ? Je ressens de la pitié, je veux qu'on fasse, je veux dire qu'on trouve un remède pour cette maladie. C'est une maladie qui me fait entendre des voix, je n'ai plus de diabète, je me lave une fois par jour, je m'embellis, ça me fait du bien. Je les entends moins, je les entends un peu, je les entends à peine.

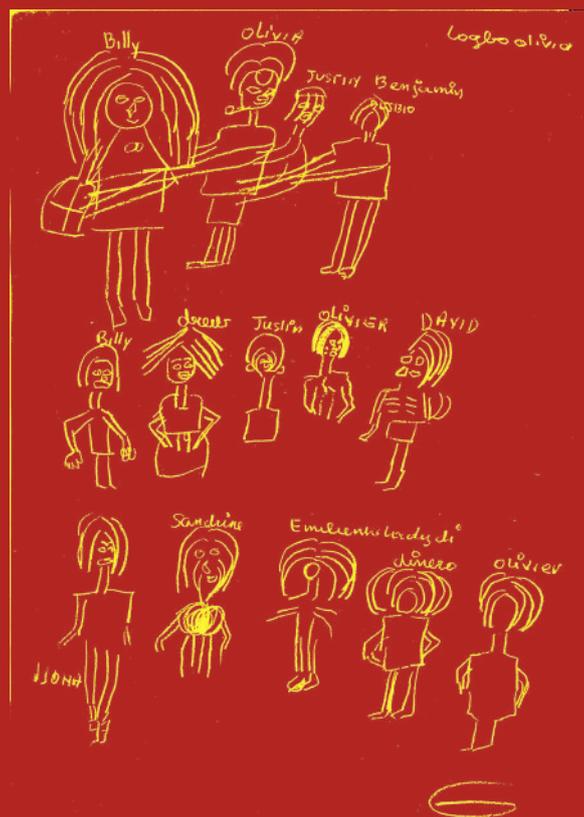
Il n'y a pas de plaisir dans la schizophrénie. Ça fait mal. C'est négatif d'avoir des voix, ça ne fait pas plaisir à voir. Les autres font peur.

En prenant les médicaments j'entends moins les voix.

Très très angoissée. A 11h30 je n'aime pas que l'on me drogue car ça me fatigue et je meurs. Je ne supporte pas. Je ne supporte pas la cocaïne, je suis abattue et cela me stresse. Je vois des personnes négatives, irrationnelles, je leur en veux. Je ne les aime pas, elles profitent de ma personne. Je ne sais pas quoi leur dire car elles sont méchantes et ingrates. Je me sens mieux à l'Echo des Lys car je me sens normale. J'aime Justin Bieber, Benjamin Bove, Billy de Idole. J'aime Youtube et David Osson. J'adore mes enfants et mes époux. Je pense à mes enfants. J'adore Marion. J'adore les professionnels. J'aime Ornella, Auxnore, Mélanie, Ludivine, Alexis et Benoît. Et Vincent le Brésilien. J'adore Naomi Campbel, Nicole Kindman et Orelsan. Ce qui apaise lorsqu'il y a des angoisses ou autres : faire de la gym au Houlme.



Légende : J'ai relaté ma famille. C'est à peu près une généalogie de ma famille.



SYLVAIN LEPRÊTRE



Présentation

Mon prénom - mon âge :
Sylvain Leprêtre - 47 ans.

Qui suis-je ? Je suis bien.
Je suis Sylvain. Je vais mieux.

Mon diagnostic selon moi :
Il n'y a rien dans la tête. Il n'y
a rien dans la tête. Il n'y a rien
dans la tête.

JE VAIS BIEN.

Ça me plaît de vivre à la Maison des Lys. Je n'ai pas de maladie. Je n'ai pas de symptômes. Je prends mes médicaments. Je les prends toujours. Les médicaments me font du bien. Ça m'apaise. Je suis toujours pareil. Je suis calme. Je n'ai jamais été énervé ici. Je suis heureux d'être ici. Il n'y a pas de voix dans ma tête.

Pas de bruit du tout, du tout, du tout, du tout, jamais, jamais, jamais, jamais.

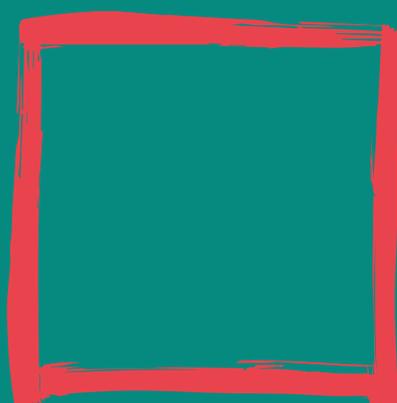
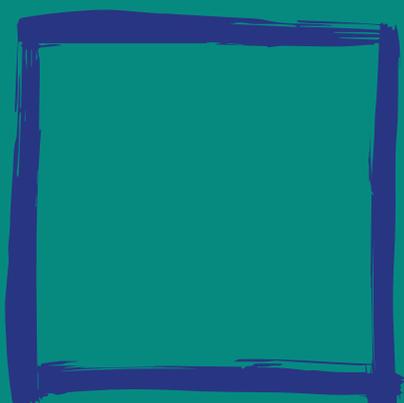
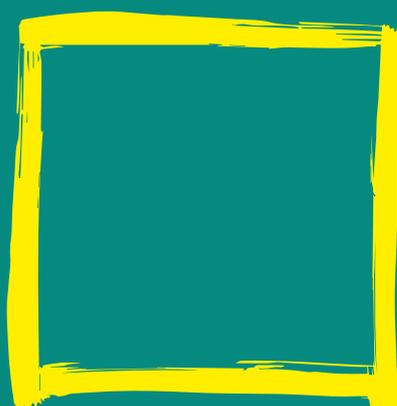
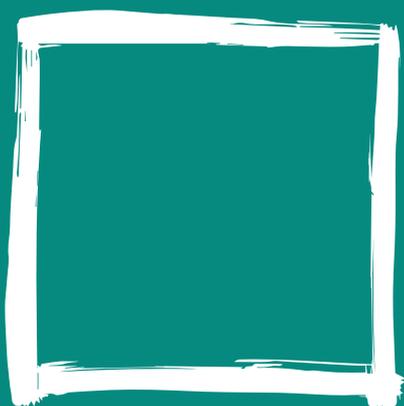
Ça me fait plaisir d'être dans ma chambre.

Ça me fait plaisir de vivre sur l'unité 1. J'aime bien être tout seul et avec les autres aussi de l'unité 1.

Je me sens protégé à la Maison des Lys. Je fais des activités.



Légende : C'est la maison des Lys.



EMMANUEL LEMARCHANT

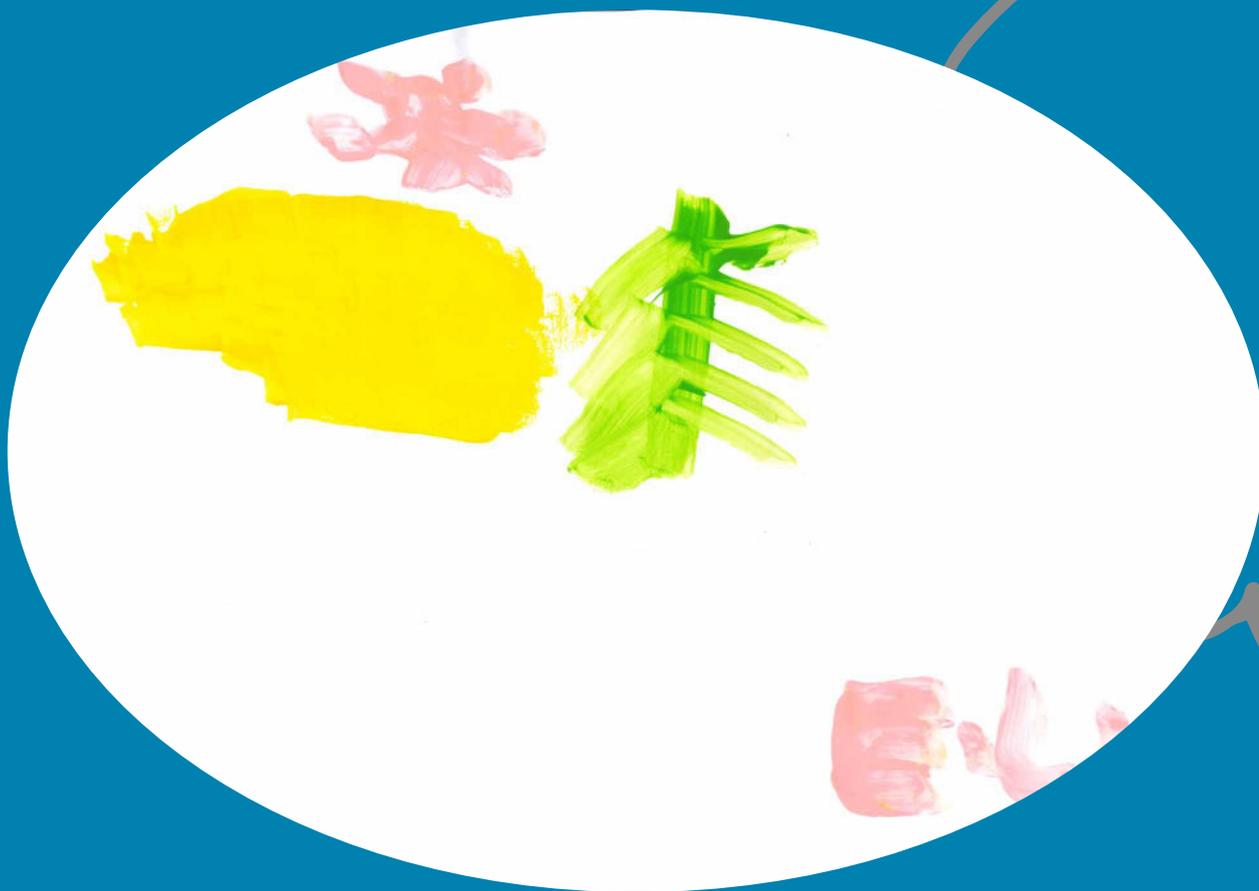


Présentation

Mon prénom - mon âge :
Emmanuel – 62 ans.

Qui suis-je ?
Je suis Monsieur Lemarchand,
pensionnaire de la Maison des Lys.
Je suis impulsif. Renfermement et
indépendance.

Mon diagnostic selon moi :
Schizophrène.



Légende : Mon dessin représente un gamin sur un nuage et sur terre il y a un arbre. Le schizophrène est dans les nuages. Il rêve de monter dans l'arbre qui est sur terre pour se rapprocher du nuage.

JE NE SAIS PAS MON DIAGNOSTIC. ÇA NE M'EMPÊCHE PAS DE VIVRE.

Le schizophrène refuse de vivre en groupe et recherche une certaine indépendance. Il aime être seul. C'est ainsi que je ressens la schizophrénie. D'autres pensent que ce sont des symptômes différents mais moi c'est ce que je ressens. La schizophrénie c'est le fait pour quelqu'un d'être renfermé sur soi-même.

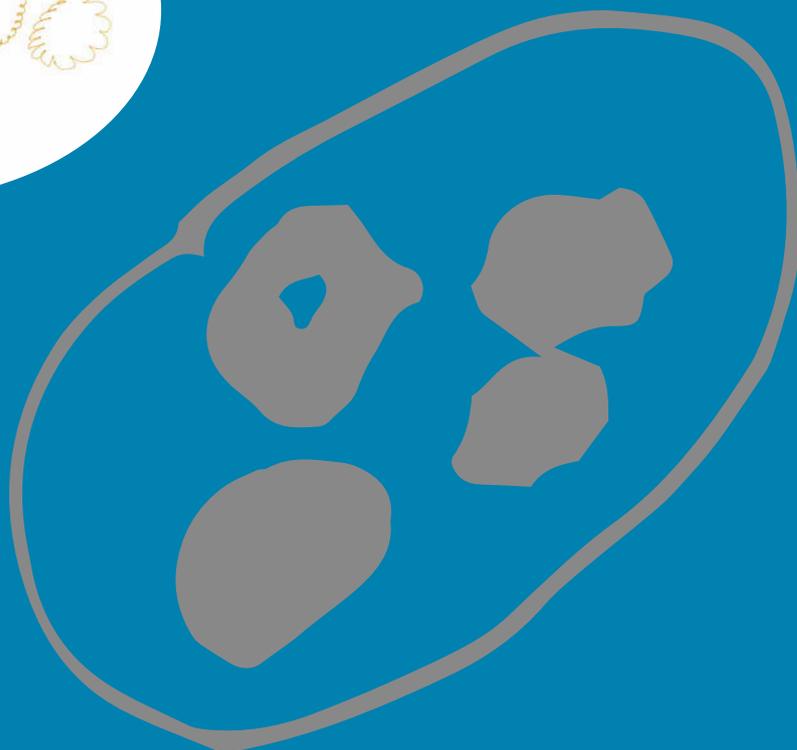
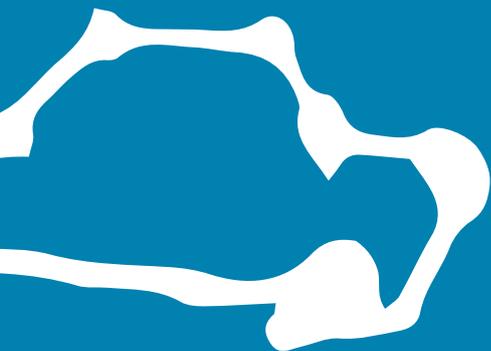
Avant il m'arrivait d'être angoissé. J'appréhendais mal les épreuves que j'allais subir. Maintenant, je le suis beaucoup moins et j'arrive à les surmonter. Quand mes parents ne voulaient pas faire le plein d'essence pour leur voiture, j'avais peur qu'ils tombassent en panne sèche.

Je sais faire les jeux de mots et j'aime les dates. Je trouve en quelques secondes le jour de la semaine où les gens sont nés quand ils me donnent leur date de naissance.

Je suis à la Maison des Lys depuis février 2013. Le matin je me lève, je prends mon petit déjeuner et je fais ma toilette. Une fois que je suis habillé, je vais prendre mes médicaments. Après je vais en activité ou j'écoute de la musique. À midi c'est le repas qui se passe dans une ambiance conviviale. Après je me retire pour écouter la radio. L'après-midi il m'arrive d'écouter de la musique en attendant mon goûter. Puis je vais regarder les jeux à la télévision. Le soir, je regarde le journal télévisé puis je vais regarder la télévision dans ma chambre avant d'aller me coucher.

Ce qui apaise lorsqu'il y a des angoisses ou autres :

- La musique.



VINCENT LAMONTHÉZIE



Présentation

Mon prénom - mon âge :

Vincent. Presque 39 ans.

Qui suis-je ?

Je suis un jeune homme résidant à la Maison des Lys de Malaunay.

Mon univers est rempli d'éléments naturels (les fleurs, les animaux, les minéraux) et de lieux religieux catholiques où les prêtres m'ont bien confessé. Dans ma chambre j'ai du pain, du chocolat, de la harissa et de l'édulcorant. Mes habits ont des couleurs variées. Dans ma chambre j'ai un coin prière et un coin musique.

Mon diagnostic selon moi :

Autisme d'Asperger et schizophrénie cotonneuse. Schizophrénie se manifestant par un état cotonneux croissant.



Légende : Mon dessin a été peint pour représenter l'euphorie que j'ai en me promenant à pied. C'est par la marche que je combats mes angoisses et que je les empêche de s'installer quand je suis déjà détendu.



MOI JE SUIS SCHIZOPHRÈNE ET ASPERGER.

C'est bien de savoir son diagnostic car ça aide à se connaître, à mieux comprendre.

(L'utilisation du langage codé – c'est asperger). Derrière ce que je dis se cachent des messages. J'utilise la politique pour coder mes idées religieuses.

Ma schizophrénie se manifeste par un état cotonneux particulièrement marqué ; je me sens dans la journée comme dans le gaz. Elle me fait délirer, par exemple, je suis persuadé de sauver la planète en mangeant certains aliments plutôt que d'autres. À une époque je délirais au sujet de la botanique (une de mes passions), je considérais certaines plantes horticoles comme sauvages et certaines plantes sauvages comme horticoles. J'ai aussi déliré sur l'origine de certaines plantes et leur nom.

Actuellement je suis persuadé que de manger beaucoup de chocolat noir me fera devenir centenaire.

Les symptômes de ma schizophrénie :

Délire de grandeur : je crois sauver la planète.

Délire de persécution : les haussements de ton. On ne sait pas toujours si c'est réel ou imaginaire. J'ai peur des autres. Les autres sont méchants. J'ai besoin d'être seul, j'ai beaucoup d'angoisses.

Euphorie : je me frotte les mains.

Les hallucinations : quand j'ai des hallucinations je marche dans les couloirs ou je me concentre sur les paroles d'une musique. Donc quand je suis angoissé, j'écoute des musiques françaises pour me concentrer sur les paroles. Et quand je suis détendu, je profite de la musique Kabyle que j'aime. Il faut penser à autre chose.

On peut avoir une perception fautive de son corps. Parfois je vois un regard perçant dans le miroir. Je me fais peur moi-même. Je vois un regard méchant. Je me vois corpulent alors que je suis mince.

Les schizophrènes font des activités. Contempler les fleurs me fait un bien fou.

Beaucoup de gens ont peur du noir. Moi parfois j'ai peur. C'est pour ça que je suis déprimé l'hiver.

Techniques pour chasser l'angoisse :

- Marcher seul à l'extérieur et, quand il pleut, dans les couloirs de la MAS.

- Écouter de la musique.

- Manger ce que j'apprécie.

- Prendre un traitement d'appoint (quand l'angoisse est forte et que rien d'autre ne me suffit).

- Souvent, pour les fortes angoisses, la marche à pied suffit.

Ce qui m'angoisse :

- Les haussements de ton.

- Assister à des conflits.

- Me sentir en insécurité.

- Me réveiller : quand je ne me rends pas, rester dans mon lit à attendre et sans musique m'angoisse.

- Attendre ne m'angoisse pas systématiquement mais parfois.

Quand je suis angoissé :

- Je pleure.

- J'ai mal à la gorge, ça me fait une boule douloureuse.

- Je dis des bêtises ou je me tais.

Mon accueil permanent à la Maison des Lys me fait aller bien presque tout le temps et me permet de ne plus être hospitalisé au Rouvray. J'ai la possibilité de parler quand je veux et quand j'en ai besoin. Le cadre médicalisé de la structure me permet d'aller bien presque tout le temps. Le bien-être psychique à la Maison des Lys est presque omniprésent. Cette vie me plaît.

Ce qui apaise lorsqu'il y a des angoisses ou autres :

- La marche.



JEAN-PIERRE AVENEL



Présentation

Mon prénom - mon âge :
Jean-Pierre – je ne sais pas
mon âge. Je sais pas ma date
de naissance.

Qui suis-je ?

Jean-Pierre Avenel.

*Je suis une personne qui aime que tout se passe de façon « normale ».
Chaque chose à sa place. Quand c'est le bazar ça va pas.*

Mon diagnostic selon moi :

Je sais pas.

*On a besoin de s'occuper de moi mais pas tout le temps tout le
temps. Il n'y a pas que moi, il y a les autres aussi.*



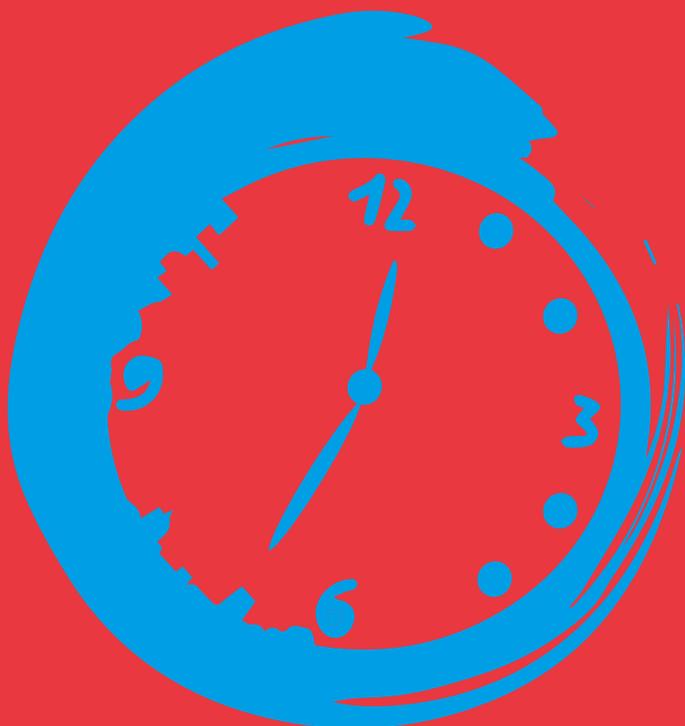
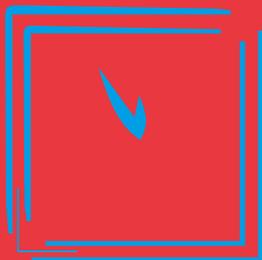
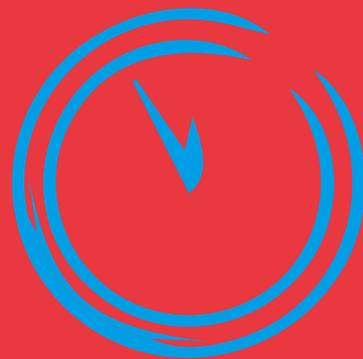
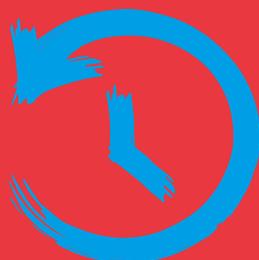
*Légende : J'ai fait une peinture comme ça. Au début je n'ai pas dessiné
avant.
J'ai fait de la peinture. Je trouve cette peinture jolie. J'ai tout brouillé.*

JE NE BAVE JAMAIS.

J'ai la bouche sèche. Je prends mes traitements. Ça irait pas si je ne prenais pas mes médicaments. On serait énervé si on ne prenait pas les médicaments. Je ne sais pas si j'ai des symptômes. J'ai deux médicaments de plus.



Légende : C'est moi qui l'ai fait. C'est pas mon portrait. J'avais envie de dessiner ça. C'est un monsieur. On peut pas savoir son âge, pas 60 ans quand même. Il s'appelle Jean-Luc peut être. Là, il ne fait rien pour l'instant. Il ne ferait pas de la menuiserie, je ne sais pas trop. Il aime bien la menuiserie, je crois. Il ne pourrait pas couper du bois car il se couperait, c'est dangereux. Il ne sourit pas. Je sais pas s'il serait en colère ou pas. Je ne sais pas s'il serait sage.



MOHAMED



Présentation

Mon prénom - mon âge :

Mohamed – 70 ans (selon l'âge que je me donne).

Qui suis-je ?

Mohamed

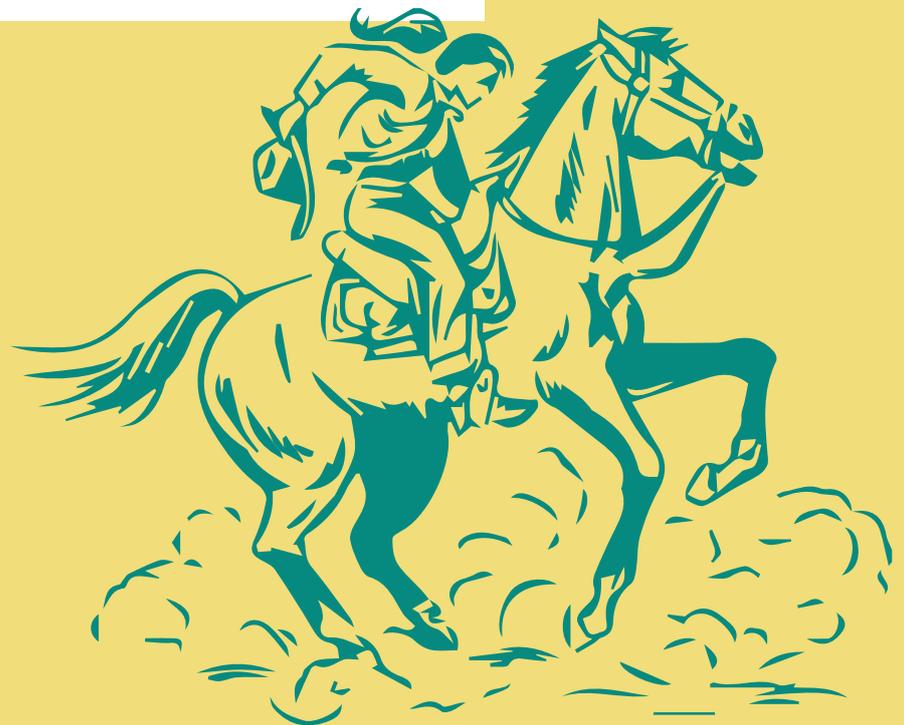
Mon diagnostic selon moi :

Je me rappelle plus.

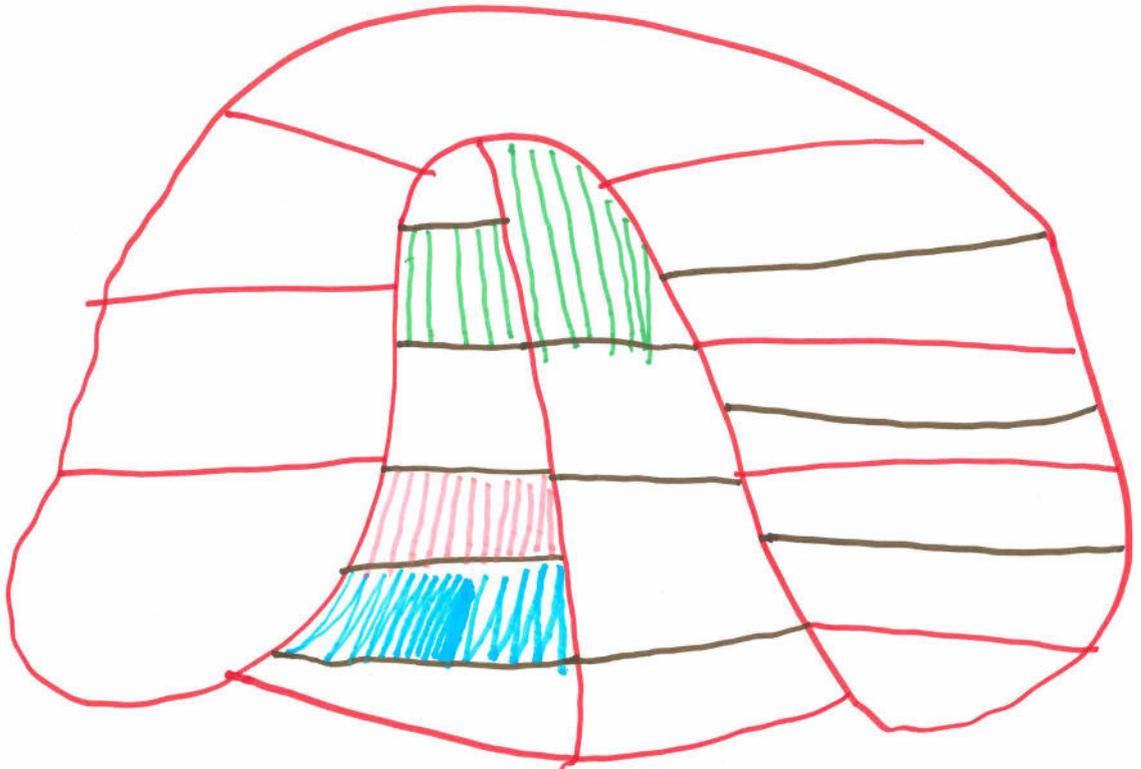


JE DORS PLUSIEURS FOIS ICI.

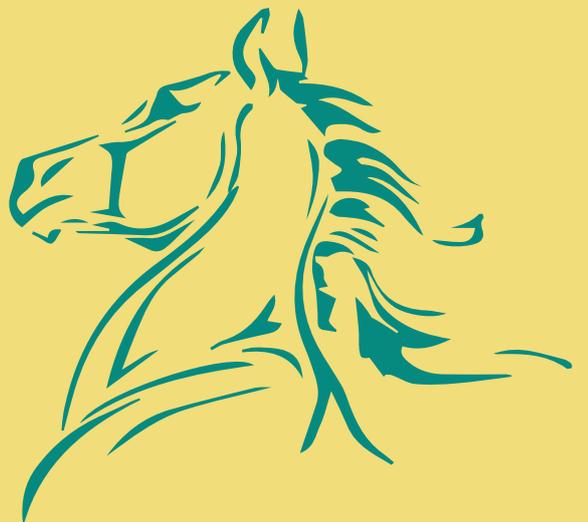
Je sais pas pourquoi je dors là. Un peu de difficultés. J'ai besoin d'aide pour la cuisine. Des fois je mets la télé trop à fond.



МAMETC KUSTAT



Légende : C'est très vert.



YAZID
DERRIDJ



Présentation

Mon prénom - mon âge :
Yazid – 52^{ème} année.

Qui suis-je ?
Monsieur Derridj Yazid.

Mon diagnostic selon moi :
Je souffre d'une schizophrénie
maniaco-dépressive.



Légende : Ma peinture représente la liberté. En effet, les oiseaux volent vers une destinée inconnue. Il y a le ciel et la terre et « Liberté » est écrit en gros caractères. Mais il faut redescendre sur terre. Il y a des tables sur la planète. Le soleil est une sorte de couleur, peut être que c'est un autre type de soleil. Peut être qu'un jour la maladie mentale va être vaincue en l'occurrence la schizophrénie.

ALTERNANCE ENTRE LE REPLI, L'EUPHORIE ET L'ANGOISSE.

Les chercheurs cherchent des traitements. Les symptômes de ma schizophrénie :

« idées de grandeur », le fait d'en parler ça aide à s'en rendre compte.

Quand il y a des hallucinations : Je les contre avec les Échecs.

Beaucoup de personnes sont schizophrènes. La schizophrénie c'est une maladie très répandue en France. Les gens sont à la rue. Nous en France on a la chance d'être accueillis. Dans d'autres pays il n'y a pas autant d'Hôpitaux Psychiatriques. Ils sont en famille. En France, elle est très bien prise en charge dans les établissements de soins. Elle fait partie des maladies mentales. Donc c'est une maladie qui fait partie de la psychiatrie. La schizophrénie c'est une maladie de la tête, une maladie mentale, psychiatrique. La schizophrénie appartient aux psychoses. La maladie se manifeste par des troubles de la communication. Cela se traduit par un repli sur soi. Trouble de la personnalité. Les angoisses sont traitées avec des médicaments. En ce moment, des recherches sont en cours pour mieux traiter cette pathologie.

Le matin est source d'angoisse. Le réveil est difficile. En plus j'ai faim et j'ai soif. Cela aussi est source d'angoisse. Alors

je vais à la boulangerie pour acheter des croissants. Après, je prépare mon petit déjeuner, ensuite je mange. Déjà une bonne partie de l'angoisse matinale est partie. Ensuite, l'infirmière passe pour le traitement. Voilà une bonne partie de l'angoisse qui s'en va. Vers 7h30 une nouvelle angoisse s'installe.

Comment une bonne partie de l'angoisse existentielle est combattue ?

Moi, dans mon appartement, quand je suis seul, j'ai des techniques pour combler l'angoisse.

Après le passage des auxiliaires de vie je me retrouve seul.

Et puis l'angoisse existentielle est combattue par les loisirs, par exemple le jeu des Échecs et la lecture.

Pour le grand public le mot Psychiatrie fait peur. Pour les personnes qui ne sont pas assujetties à des problèmes mentaux, les personnes d'ordre psychiatrique sont malades.

Et ne sont pas dans la société. Il faut rendre hommage au personnel travaillant dans le secteur psychiatrique. C'est difficile pour les médecins de trouver le bon traitement et les psychologues d'écouter les malades. Et le tout aussi c'est de pouvoir s'en sortir avec envie. Dans mon cas, j'ai écouté le système de santé. Aujourd'hui je m'en sors bien, mon traitement est efficace. Mes parents m'ont beaucoup soutenu.

Ce qui apaise lorsqu'il y a des angoisses ou autres :

- La lecture.
- Écrire. Ça fait plaisir aux autres.

MALADIE

ESPOIR

ÉMOTIONS

STABILISATION

SOCIABILISATION

ÉMULATION

PARTAGE

FINALITÉ

Légende : Les mots de ma pathologie.

MAXIME PRIEUX



Présentation

Mon prénom - mon âge :
Maxime – 35 ans.

Qui suis-je ?
Moi. Maxime. Ancien Lycéen.
Niveau bac terminale L.

Mon diagnostic selon moi :
Schizophrène.
Bi-polaire. Agoraphobe.

C'EST TRISTE LA SCHIZOPHRÉNIE.

La maladie nous surprend comme ça. Elle nous surprend avec des mauvaises surprises.

Vers 17 ans, la schizophrénie est venue. J'ai tabassé quelqu'un. J'étais en colère. On me critiquait, on se moquait de moi. Je me suis vengé. Mon père était fou quand il a sû que j'étais viré une semaine. J'étais violent, agressif, drogué, alcool.

C'est une maladie chronique non guérissable mais qui peut se stabiliser avec le traitement. Faut pas que j'arrête le traitement.

La MAS c'est l'ambiance, la joie de vivre, la vie. Le dédoublement de la personnalité, c'est bipolaire. Parfois quand j'entends des voix, j'entends des voix mais ce n'est pas la mienne. C'est une autre voix qui me commandait. Une voix de femme et homme à la fois qui me disait « Tue Moi ».

Les symptômes de la schizophrénie : peur de la foule, peur qu'on me juge, le regard des autres je ne l'aime pas. Les animaux ont des regards bienveillants. Les gens me fixent ça fait peur. L'inconnu fait peur. Les voix dans la tête sont horribles. Elles me disent « Crève ». Elles sont agressives et méchantes contre moi.



Légende : Il n'y a pas d'explication à ce dessin.



NATHALIE TIERCELIN



Présentation

Mon prénom – mon âge :

Nathalie – née le 12.06.1964

Qui suis-je ?

Je suis Nathalie. Faut pas que je me laisse aller. Ca va mieux, je dors la nuit.

Mon diagnostic selon moi :

Schizophrénie paranoïde.

LA SCHIZOPHRÉNIE PARANOÏDE C'EST DUR.

Les gens sont profiteurs/méchants. Ils médisent les malades.

Le petit témesta ça me détend.

Moi aussi j'entends les voix. Des copines qui sont enterrées me parlent depuis le ciel.

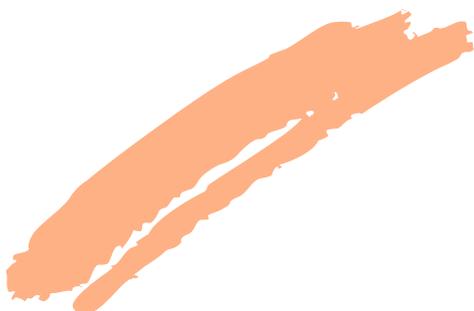
C'est choquant d'avoir des voix. La nuit je n'ai jamais de voix mais c'est le matin.

Je suis somnolente, je marche en dormant. Je me cogne. Je fais l'aller/retour. C'est mon mari qui m'avait dit que je faisais ça.

Je bave. Je m'excuse. J'ai du mal à m'habiller.

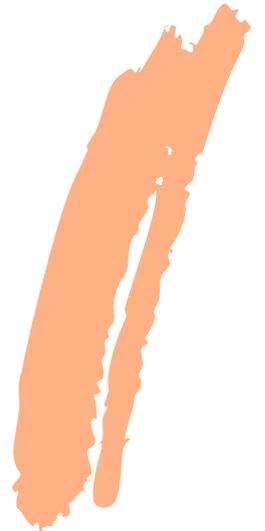
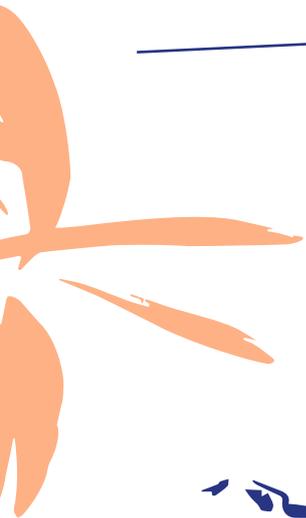
J'ai eu des bouffées délirantes. Je parlais dans le néant. Je ne buvais pas, je ne mangeais pas. L'hiver je rentrais à 5h du soir, et des fois je rentrais le lendemain matin. Pendant que je marchais, je pensais à mon copain. Ça fait longtemps que je n'ai plus de voix. C'est plus agréable sans voix. Les voix n'étaient pas agréables. Elles m'appelaient « Nathalie, Nathalie ! » et me disaient de faire des choses. Je n'étais pas consciente de ce que je faisais. Je me suis retrouvée à Caen alors que j'étais partie de Rouen. J'ai beaucoup souffert. Je souffre moins aujourd'hui. C'est du passé tout ça.

Ce qui m'apaise lorsqu'il y a des angoisses ou autres : parler.





Légende : Je voulais faire des oiseaux. C'est jaune et rose parce que c'est original. Les oiseaux c'est parce que j'ai habité à Dieppe et il y avait des pigeons. A Sainte Marie des Champs il y a des oiseaux, des petits oiseaux. L'oiseau c'est la musique, j'aime le son des oiseaux.



EVA
FLEURY



Présentation

Mon prénom - mon âge :

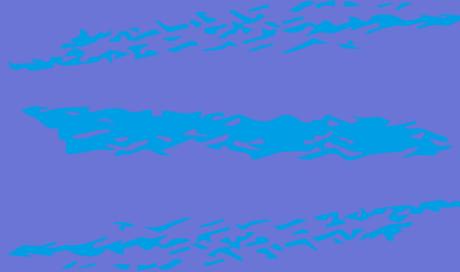
Eva Fleury - 58 ans.

Qui suis-je ?

Je suis une fille réservée et accompagnée de la famille.

Mon diagnostic selon moi :

Schizophrénie catatonique.



Légende : Un panier. Des chutes d'eau. Un instrument marron. Des concombres. Des traces. Une chaussure. Une dame ou un monsieur, je ne sais pas. On dirait un poisson, un peu comme du vent. Une fleur avec des pétales. Une tache ou j'aurais dit un autre objet. Un arbre plus petit et un plus petit.

LA SCHIZOPHRÉNIE CATATONIQUE C'EST LA RÉPERCUSSION SUR LE CORPS.

C'est un état cotonneux, comme dans le gaz. C'est la peur des gens. Avant je ne faisais pas les courses, j'avais trop peur des autres. C'est le délire de persécution. Moi j'explique aux gens ma maladie. J'aimerais guérir. La schizophrénie, c'est la tête, c'est changer d'attitude envers les personnes. Quand on attrape la maladie on est malade pendant plusieurs jours. Être malade, c'est se sentir molle, je souffre depuis 1983. C'est là que j'ai attrapé la maladie. Et en 1985 on m'a dit que j'étais schizophrène. Je connaissais deux personnes qui sont bipolaires et qui venaient au centre de jour. L'une d'elle est morte l'année dernière, c'est triste. J'avais une copine qui ne pouvait pas bouger son corps car elle avait une ceinture de sécurité accrochée à son fauteuil.

J'entends des voix. J'entends des voix gentilles. C'est des messages la nuit. Je fais des cauchemars la nuit, je me vois toute en feu. J'ai des angoisses. Je sers mes doigts fort dans ma main. J'ai été opéré à la main pour détendre mes doigts mais sans rééducation, ça n'a pas bien marché. À l'école j'étais malade. J'avais 20 ans.

Quand il y a des hallucinations, j'écoute de la musique classique et je fais du dessin. Les voix viennent en fin de journée. En journée je m'occupe. Je fais des écrits, je lis un livre sur le fantôme et ses héritiers.

C'est angoissant mais j'aime bien lire quand même. Le noir fait peur. Quand l'angoisse est là, ma gorge devient sèche. Mes cheveux sur la tête qui me gênent. Ça a tendance à graisser. Ça m'agresse de sentir mes cheveux. Ça entraîne l'angoisse. J'ai les cheveux qui me grattent au-dessus quand je suis angoissée. Je sais que je suis angoissée par ma bouche et mes oreilles, car j'ai des trucs dans les oreilles. J'attends ma mère. Je ne sais pas ce qui m'angoisse. Ma mère et moi c'est pareil, on a toujours peur, une frayeur.

Pour calmer l'angoisse, je bois quelque chose, beaucoup d'eau. J'ai découvert un cassis mexicain. C'est un jus qui est bon. Je fais des mots croisés ou fléchés aussi. J'ai des problèmes de mémoire. Des choses récentes je m'en souviens, mais des trucs anciens, je ne me rappelle plus. Je souffre.

Ce qui apaise lorsqu'il y a des angoisses ou autres :
- Le basket. Les jeux que l'on fait à l'extérieur c'est du plaisir. J'aime tout le sport.



Légende : C'est ma maison.



Légende : Moi j'ai représenté toutes les religions qu'il y a dans le monde.

MARION BOURGÉOIS ET MISS-TIC



Présentation

Mon prénom - mon âge :

Marion – 34 ans.

Qui suis-je ?

Psychologue à la Maison des Lys depuis presque 10 ans. Je travaille avec Miss-Tic mon chien d'accompagnement social. J'anime l'atelier « L'Echo des Lys » depuis sa création.

Mon prénom - mon âge :

Miss-Tic – 6 ans.

Qui suis-je ?

Je suis un handi'chien c'est-à-dire un chien d'accompagnement social éduqué pour venir en aide aux personnes en situation de handicap psychique. Je suis présente à la Maison des Lys depuis Novembre 2018 pour apporter ma bonne humeur, soutenir émotionnellement les résidents et apaiser les angoisses.



LA SCHIZOPHRÉNIE SELON MOI :

Avant de venir à la Maison des Lys, j'avais une certaine connaissance théorique de cette pathologie et une représentation alimentée par les médias. C'était assez obscure pour moi et source d'une certaine inquiétude. Aujourd'hui, plongée dans le vécu quotidien des résidents de la Maison des Lys, ma façon d'être, mon regard, ma sensibilité ont évolué au fil des années.

Recueillir le vécu des résidents lors des entretiens cliniques et lors de l'atelier de l'Echo des Lys me touche et me questionne en permanence. Je suis toujours étonnée par la variabilité des humeurs et des émotions, de la diversité des ressentis, de la richesse des délires, de l'intensité de l'angoisse existentielle, du vide interne, des voix dans la tête qui parlent parfois plus fort que moi et qui attirent les résidents dans un monde interne qui les isole. L'intensité du vécu, l'originalité du rapport à la vie et à notre monde me donnent envie de continuer d'être là, présente auprès des résidents pour partager un bout de leur chemin. Il en résulte pour moi dans cet univers de la MAS une profonde humanité.



Légende : Dernier dessin réalisé pour finir la peinture avec du remplissage. Symbole de la maison des Lys qui entoure les résidents avec un fil conducteur encadrant parfait de petites touches de dynamisme et d'originalité qui contrastent avec la routine rassurante.



Légende : Peinture réalisée après avoir entendu parler les résidents du « miroir ». Envie de réaliser une peinture qui reflète l'effet miroir. Finalement, la peinture s'est déchirée en partie ce qui donne une ambiance « meurtrie » à l'image de certains reflets dans le miroir.



CÉLINE SAUNIER



Présentation

Mon prénom - mon âge :
Céline – 47 ans.

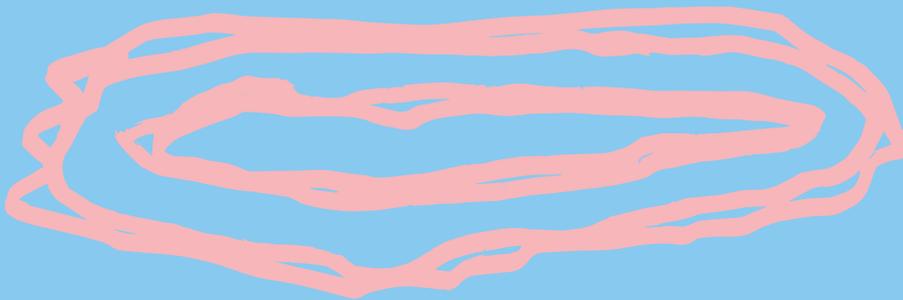
Qui suis-je ?

Employée de la Maison des Lys depuis 9 ans. Accompagnatrice dans la vie quotidienne des résidents atteints de schizophrénie. Témoin de leur vécu.

Référente de l'Echo des Lys.

*J'IMAGINAIS DES DESSINS SOMBRES
ET ANGOISSANTS QUI VIENDRAIENT
REPRÉSENTER LE VÉCU DES RÉSIDENTS.*

Je suis épatée par leur gaieté avec les mots « liberté » ou « euphorie ». J'ai trouvé formidable la facilité avec laquelle les résidents ont parlé de leur maladie. Ils se sont livrés de façon spontanée. On sait qu'ils vivent pas tous les jours quelque chose de facile. Sacrée maladie ! Ils sont courageux.





Légende : Représentation des hallucinations avec des voix dans la tête qui engendre de l'angoisse et une peur de persécution.



LUDIVINE
PÈSEKT



Présentation

Mon prénom - mon âge :

Ludivine - 26 ans.

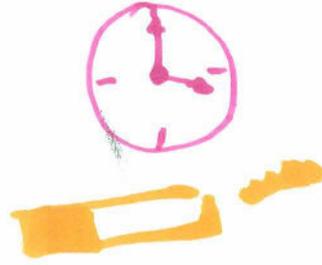
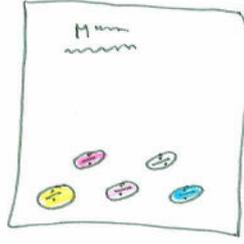
Qui suis-je ?

C'est très complexe. Une AVS qui aime son travail.

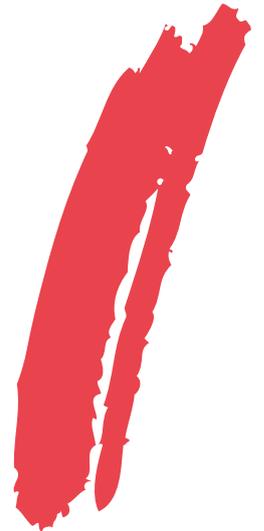
JE NE CONNAISSAIS PAS DU TOUT LA SCHIZOPHRÉNIE.

Ça me faisait peur car je ne connaissais pas. J'ai découvert que c'est des gens qui veulent tout simplement vivre normalement. Leur quotidien n'a pas l'air évident à cause de leurs angoisses et de leurs peurs. Il y a pas mal de résidents qui sont assez lucides quant à leur pathologie. Ils m'apportent beaucoup de bonne humeur. Ils sont d'une gentillesse incroyable. Ils essaient de se dépasser pour lutter contre leurs peurs et angoisses. Je ne me rendais pas compte de l'isolement dans lequel ils vivent. Je les trouve seuls. J'ai été marquée par les fêtes de Noël qu'ils passent sans leur famille. À la MAS même, en notre présence, certains préfèrent s'isoler pour ouvrir seuls leurs cadeaux. Je suis étonnée aussi du manque d'intérêt que certains ont envers les activités. Je ressens une certaine incompréhension mais on n'est pas à leur place et on se rend pas compte de ce qu'ils vivent. Ils ne parlent pas de ce qu'ils vivent intérieurement. Je suis contente de participer à l'Echo des Lys car je peux les entendre s'exprimer librement sans jugement. J'ai appris plein de choses.

Fait si...
Fait ça...
Fait toi du mal



Ludivine



Notre définition de la schizophrénie

Chaque personne schizophrène est différente, voici les différents symptômes :

- Repli sur soi.
- Catatonie (Le corps statique).
- Culpabilité.
- Au ralenti / Fatigue.
- « Entendre » des voix.
- Variation d'humeur.
- La peur de l'autre / de la foule (besoin d'une présence rassurante).
- Des peurs démesurées.
- Bouffées délirantes (fausses croyances).
- Difficulté à comprendre son environnement.

C'est une maladie psychique. Le nombre de personnel a augmenté ce qui permet une meilleure prise en charge ainsi qu'un meilleur suivi médicamenteux. Grâce aux médicaments nous ne sommes pas dangereux pour nous ni pour les autres.

La pathologie est mal connue de tout le monde, ce qui peut provoquer une certaine peur car les gens ne connaissent pas cette maladie.



Remerciements

Nous souhaitons dire MERCI à tous ceux qui ont participé à faire ce journal.

Merci à tous les professionnels qui nous aident tous les jours. Ils sont attentionnés et ça nous fait du bien.

Merci à Marion et à l'équipe référente de l'Echo des Lys pour cette activité qui nous offre un moment agréable dans la semaine.

Nous vous remercions de prendre le temps de découvrir notre ouvrage collectif et nous vous attendons pour des échanges autour de notre vécu.

Nasser, Olivia, Sylvain, Emmanuel, Vincent, Jean-Pierre, Mohamed, Yazid, Maxime, Nathalie, Eva accompagnés par Marion, Céline et Ludivine.

Maison d'Accueil Spécialisée pour adultes présentant un handicap psychique. Les Maisons d'Accueil Spécialisées sont conçues pour des personnes dont le handicap sévère relève d'une surveillance quasi constante.



29 années d'activité

pour Adef Résidences, Association à but non lucratif de droit privé
Loi 1901, spécialisée dans la création et la gestion d'Établissements
Médico-Sociaux et Sanitaires.

62 Établissements

39 Ehpad.

03 Résidences Autonomie.

15

Établissements dans le champ du
Handicap (hors Habitat Partagé).

02

Établissements sanitaires.

03

Centres de vacances adaptées.

4 156

places

3 344

places
Ehpad, dont
72% habilitées
à l'aide sociale.
(hébergement
permanent et
temporaire).

152

places en
Résidence
Autonomie.

584

places
handicap.
(avec Habitat
Partagé).

76

places
en sanitaire
(hors consultations
CSAPA).

4 filiales
spécialisées

Restauration, formation et évaluation,
maintenance, informatique.

ENVIRON

3 800

salariés (filiales et associations
connexes comprises).



Légende : jeux de mots avec les maux de la pathologie.

Adef Résidences



La Maison
des Lys



60 route d'Eslettes 76770 Malaunay
Tél. 02 32 93 91 90 - Mail : accueil.malaunay@adefresidences.com

www.adef-residences.com

(ne pas oublier le "residences" pour nous trouver)