

RÉGION SANTÉ

# Camille, patiente « paire aidante » : la maladie psychique sous un autre angle

Souffrant de bipolarité, Camille vient aujourd'hui en aide à d'autres malades psychiques après une formation à l'université des patients.

À 34 ans, Camille Niard mène une vie semblable à de nombreuses jeunes femmes. Elle est mariée, mère de trois jeunes enfants – une fillette de 5 ans et des jumeaux âgés de 3 ans – et, si elle a aidé son compagnon à bâtir son entreprise d'apiculture, elle a aujourd'hui son propre travail. La particularité de ce travail, c'est que Camille le doit à sa maladie... Elle est, en effet, « médiateur de santé paire ».

Également appelés « pairs aidants », ces patients suivent des formations avant d'apporter à d'autres leur « expérience ». Intervenant en dehors des soins, les pairs se concentrent sur la réhabilitation sociale, la restauration de l'estime de soi des patients... « L'effet miroir, l'identification, c'est la base mais c'est aussi leur parcours. On avance surtout sur l'acceptation des troubles, sur la dévalorisation. Ces patients se flagellent beaucoup. On les aide à aller de l'avant », explique Camille, qui souffre de bipolarité et reçoit les patients « volontaires » pour des entretiens au Centre ressource de réhabilitation psychosociale et remédiation cognitive de Lyon.

Comme beaucoup de malades psychiques, Camille Niard a connu un parcours parfois chaotique. C'est à l'âge de 16 ans, lors

de cements, alors j'arrêtais... mais j'avais à nouveau des bouffées délirantes », raconte la jeune femme. Après un master en biologie et un travail comme conseiller en environnement, elle démissionne après une rechute, puis part en mission humanitaire au Mali avec son futur mari : « Pour la première fois, j'étais à ma place. J'aime le contact avec les autres mais je me l'interdisais. Je me stigmatisais moi-même en me disant : "je suis malade, je ne suis pas assez responsable". » À son retour en France, Camille trouve du travail dans un GEM (Groupement d'entraide) de malades cérébro-lésés : « Ils ne savaient pas que j'étais malade, mais j'étais capable de les comprendre : ils étaient désinsérés, avaient des hallucinations... »

## « Changer l'image de la maladie chez les soignants »

Un nouvel arrêt de traitement, l'amène à rencontrer, à Versailles, un psychiatre qui lui prescrit un médicament encore peu connu, l'Abilify, grâce auquel elle peut mener ses grossesses sans risque

pour ses enfants. Revenue dans la région lyonnaise en 2013, Camille entend parler de l'Université des patients (UDP) : « Ça a fait tilt ! ». Orientée sur l'UDP de Grenoble, elle suit avec onze autres patients, le premier certificat de médiateur en santé mentale (80 heures).

Aujourd'hui, trois de ces patients pairs sont salariés, deux ont créé des associations, d'autres sont bénévoles dans des établissements. Depuis son arrivée au centre lyonnais, en novembre, Camille a reçu une dizaine de patients en entretiens individuels. Elle participe aussi à des groupes de psychoéducation et est intervenue auprès des étudiants en médecine de Lyon est. « Il faut aller au-delà du travail de pair à pair et changer l'image de la maladie chez les soignants. » Camille va aussi déve-

lopper un groupe sur la parentalité. « Pour moi, c'est important de dire que c'est possible de partager ça.

Qu'on peut avoir une vie "normale", tout en étant passé par des hauts et des bas, explique la jeune femme. À mon échelle, j'essaie de faire changer les mentalités. »

Sylvie MONTARON



■ Camille Niard, jeune maman de trois enfants, est médiateur de santé paire. Photo DR

## Lancement de l'Université des patients Auvergne-Rhône-Alpes

Destinée à valoriser l'expérience des patients souffrant de maladies chroniques, la première Université des patients (UDP) a été créée à Paris en 2010, suivie par celle de Marseille (2012) et de Grenoble (2014). Cette dernière vient d'évoluer avec la création, le 3 avril, d'une nouvelle association loi 1901, l'UDP Rhône-Alpes-Auvergne dont le siège, au Centre de ressources métiers et compétences en psychiatrie du Vinatier, témoigne de son orientation particulière envers les maladies chroniques en santé mentale. Et s'inscrit ainsi dans « le paradigme nouveau de la politique de santé mentale basée sur le rétablissement et l'autonomie », souligne Pascal Mariotti, directeur du Vinatier. « La partie soins n'est pas suffisante. Il faut s'appuyer sur le savoir expérientiel hors du monde médical : c'est ce qui est fait avec le club house de Lyon et l'entraide entre pairs », poursuit le Pr Nicolas Franck, psychiatre. La 2<sup>e</sup> formation pour le certificat de médiateur de santé pair vient de démarrer à Lyon. Deux sessions auront lieu chaque année, tandis qu'un DU (diplôme universitaire) devrait ouvrir à la rentrée 2019-2020. L'UDP fonctionne avec un budget de 300 000 €, dont « 250 000 € de bénévolat », souligne Bernard Denis, président de l'UDP. La structure sera ainsi transformée en groupement d'intérêt public pour avoir des partenariats avec le privé et assurer sa pérennité.

“ Je me stigmatisais moi-même en me disant : “je suis malade, je ne suis pas responsable.” ”

Camille Niard, médiateur en santé

d'un voyage scolaire qu'elle a connu ses premières « bouffées délirantes ». Hospitalisée en urgence au Vinatier, elle est d'abord diagnostiquée schizophrène avant que la bipolarité ne soit identifiée. Suivant un traitement médicamenteux, Camille reprend sa scolarité. Elle est douée pour les études, mais celles-ci sont chaotiques au gré de ses ruptures et reprises de traitements. « Je ne pouvais pas accepter de ne pas avoir d'enfants à cause des médi-