

GRAND CHARRAN | Des permanences avec des professionnels seront assurées chaque semaine à la MJC

Les psys du cœur démarrent demain



Le groupe des dix qui lancent les permanences des psys du cœur à Valence. L'expérience est conduite à Paris depuis 2009 ainsi qu'à Annecy et à Rennes. Dans la ville de Haute-Savoie, en 2014, près de 250 personnes ont été reçues.

L'idée est née à Paris il y a 7 ans, elle débarque aujourd'hui à Valence. Comme les Restos du cœur nourrissent le corps, les psys du cœur, souhaitent alléger un tant soit peu l'esprit.

Le but, explique Anne-Christine Decas Gestalt-thérapeute, est d'offrir un soutien thérapeutique immédiat et pour un court terme, anonyme et gratuit, à des personnes éloignées de la thérapie, que ce soit pour des raisons matérielles, éducationnelles, culturelles, sociales...

« Nous proposerons un maximum de 10 à 12 séances, aux personnes qui le souhaitent. Dix séances,

c'est un petit démarrage en matière de thérapie. C'est une ouverture pour des gens qui ont peut-être des difficultés pour décrocher leur téléphone et demander un rendez-vous. Ça peut leur permettre de découvrir que ce n'est pas inaccessible ».

En tout, ils seront donc 10 praticiens à assurer ces permanences bénévolement. Parmi eux, des thérapeutes, un médecin, un psychiatre. Et bien sûr, pas question que le patient revoit forcément le thérapeute qui l'aura reçu. Tout dépendra des permanences.

Pas question non plus de leur proposer de poursuivre plus tard le travail démarré

ici. « Bien sûr que ce peut-être un peu frustrant, on ne les reverra pas, on ne va pas les récupérer dans nos cabinets, c'est formellement interdit. On ne sait même pas si effectivement ils poursuivront ou non. »

L'important, c'est ce qui aura déjà été semé. « Ce sont des gestalt-thérapeutes qui ont créé ces permanences, cette thérapie relationnelle est centrée sur l'ici et le maintenant. On ne va pas explorer ou regarder le trauma en tant que tel mais on cherche à remettre de la fluidité dans la vie du patient ».

M.R.

L'INFO EN +

SOS BÉNÉVOLES

Des thérapeutes - avec une formation adéquate - sont les bienvenus, évidemment, mais pas seulement. Des accueillants sont également recherchés afin de recevoir les personnes qui se présentent à la permanence. Un espace accueil est en effet organisé pour recevoir le public pendant les permanences avant leur rencontre avec un des deux thérapeutes.

OÙ ET QUAND ?

Première permanence vendredi 16 septembre à la MPT du Grand Charran, de 9 à 12 heures.

COMMENT ?

Pour joindre les psys du cœur : tél. 07 89 00 30 34. Pour y aller : les bus 4, 13 et 6 amènent à la MJC.

D'autres moments "psy" avec les cafés au Petit Charran

Totalement indépendante des psys du cœur, une autre action "psy" est conduite pour la seconde année, par Anne-Christine Decas et Laurent Malègue (également gestalt-thérapeute), mais cette fois à la MPT du Petit Charran. De 19 à 21 h, trois vendredis dans l'année ils proposent des cafés psys autour de trois thèmes distincts.

- vendredi 14 octobre : les relations familiales
- vendredi 10 mars : la mort, le deuil et la fin de vie
- vendredi 19 mai : les émotions

« Le principe est d'offrir un temps d'échange et de partage autour des thématiques proposées. Nous proposons également de partager une petite collation basée sur ce que chacun pourra apporter, boisson ou nourriture » explique Anne-Christine Decas. Cette action est menée bénévolement et en partenariat avec la MPT qui met à disposition des usagers le local et des boissons. Dates et thèmes abordés sur le site de la MPT : <http://mptpetitcharran.org> et sur la plaquette papier.