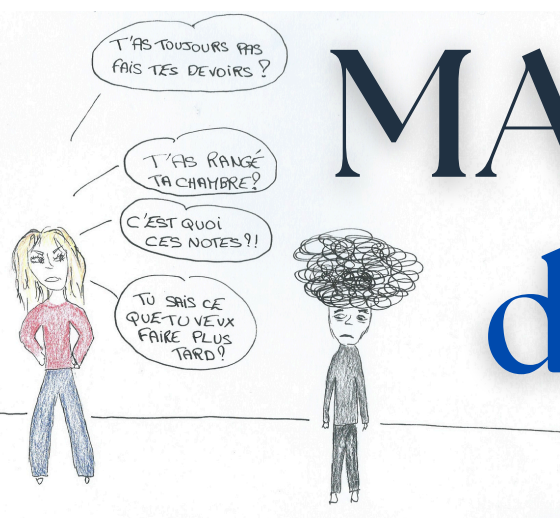


# Le Besac'

Lycéens dans la Boucle



## MALADIES de l'invisible

Edito

Est-ce une bonne idée de faire vivre ensemble des personnes ayant des difficultés mentales au même endroit ?

À première vue cela pourrait paraître dangereux ; en effet, dans l'imaginaire collectif, on se représente souvent les gens atteints de maladie psychologique comme agressifs, ou incapables de communiquer. Dans ce cas, les rassembler pourrait créer des conflits entre eux, et les mettre en danger. Et si cette image était fautive ? Nous sommes allés à la rencontre de personnes dans cette situation, à la [Maison des Sources](#), à Besançon... Et nous nous sommes rendu compte que, contrairement à ce que laissent penser les [préjugés](#), ces personnes sont tout à fait capables de communiquer. Pour la plupart, elles sont en réalité [comme nous](#).

Les rassembler au même endroit permet de leur [redonner accès à une vie sociale](#).

À la Maison des Sources, une buvette a été mise en place dans laquelle les malades y travaillent par groupes de deux. Cela leur permet de [reprenre confiance en eux](#).

De plus, la buvette est un [espace de convivialité](#) dans lequel les résidents peuvent se détendre. Dans le même objectif, la salle commune leur permet de lire, regarder la télé ou encore faire des jeux. La vie des résidents se fait essentiellement en collectivité : ils cuisinent, s'amuse et mangent ensemble, afin d'éviter de se sentir seuls. Malgré tout, une cuisine individuelle a également été créée pour qu'ils puissent à la fois retrouver un peu d'intimité, mais aussi pour les aider à [reprenre une vie normale à l'extérieur](#). Afin de s'organiser et faire le point sur ce qui ne va pas, une réunion hebdomadaire a lieu tous les vendredis soir.

Pour conclure, faire vivre ensemble les personnes ayant des maladies mentales au même endroit leur permet de [lutter contre la solitude](#) causée par leur handicap à cause d'une société qui les [stigmatise](#).

Cinthia, Yann, Dorian et Tom

## La maison des différences

Créée par l'association Les Invités au Festin, la Maison des Sources, à deux pas du centre-ville de Besançon, accueille des personnes souffrant de troubles psychiques, selon les principes de la « psychiatrie citoyenne ».

« Le GEM est un lieu très chaleureux », affirme un des 13 résidents de la Maison des Sources, située à deux pas du centre-ville de Besançon. Ici, le silence n'est jamais pesant : il est ponctué de rires, de discussions animées et du cliquetis d'un jeu de société. La structure accueille notamment un Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM), dispositif soutenu par l'État et les Agences Régionales de Santé, destiné aux personnes vivant avec des troubles psychiques.

Le principe du GEM est simple : rompre l'isolement. Contrairement à un établissement de soins, il ne s'agit pas d'un lieu médicalisé, mais d'un espace de convivialité. Les adhérents y viennent librement. Ils proposent des activités, organisent des ateliers d'écriture, de cuisine ou des après-midis jeux. Cette participation active favorise l'autonomie et redonne confiance. Chacun peut retrouver un rôle, une voix, une place.

### Soutenir sans faire à la place

La Maison des Sources ne se limite pas à ces temps collectifs. L'association accompagne également les personnes dans leurs démarches administratives, leur orientation sociale ou professionnelle, et dans la gestion du quotidien. L'objectif : soutenir sans faire à la place. Les équipes, composées de



professionnels et de bénévoles, adaptent leur accompagnement aux besoins de chacun, dans le respect du rythme individuel. Mais la Maison des Sources accueille aussi des résidents, qui vivent dans cet ancien couvent. Chacun a sa chambre de 9 m<sup>2</sup>, qu'il peut décorer selon son envie. Les autres espaces sont communs et partagés : cuisine, salle à manger, douches et toilettes.

### Un espace de reconstruction

Au fil du temps, les progrès se dessinent. Pour certains, il s'agit d'oser reprendre les transports en commun ; pour d'autres, de participer à une activité de groupe ou de construire un projet personnel. Ces avancées, parfois invisibles de l'extérieur, représentent des étapes majeures vers un mieux-être durable.

Plus qu'un simple lieu d'accueil, la Maison des Sources est un espace de reconstruction et de solidarité. En recréant du lien social et en valorisant les capacités de chacun, elle offre à ses adhérents la possibilité de se projeter à nouveau dans l'avenir, avec davantage de sérénité et d'élan.

Yanis, Kevin, Ethan, Joanis, Hugo, Solenn et Alicia

### En bref

## Friperie solidaire

Au sein de la Maison des Sources, on peut trouver une friperie qui est ouverte du lundi au vendredi de 13h30 à 17h30 et le samedi une fois par mois. Vêtements et objets donnés par des donateurs sont vendus à petits prix. On trouve de tout : pantalons, tee-shirts, pulls, et bien d'autres. Selon les mois de l'année, différents thèmes se succèdent, comme par exemple le carnaval en février, ou bien Noël en décembre. Ici, ce sont des résidents, des adhérents du GEM, et d'autres bénévoles qui tiennent la boutique.

Youcef et Nolan

### Interview

## « À chaque fois que je sors d'ici, je me dis qu'il faut que je vienne plus souvent »

Léo, 28 ans, et Corentin, 26 ans, sont tous deux adhérents du Groupement d'Entraide Mutuelle de la Maison des Sources.

### De quelle maladie souffrez-vous ?

Léo : J'ai été diagnostiqué à mes 18 ans de schizophrénie paranoïde.

### Comment vous sentez-vous depuis que vous venez ici ?

L : Je me sens bien, et chaque fois que je sors d'ici, je me dis qu'il faut que je vienne plus souvent.

### Quelque chose a-t-il changé pour vous depuis que vous venez au GEM ?

L : Depuis que je suis ici, j'ai pu rencontrer des personnes super sympas, cela m'aide à tenir le coup et je me sens moins seul.

### Quelle est l'activité que vous pratiquez ici et que vous apporte-elle ?

L : Je vais au cercle de parole. Cela me permet de mieux communiquer avec le monde extérieur au quotidien.

### Comment se passe votre insertion dans le monde extérieur ? Ainsi que vos relations ?

Corentin : J'ignore tout le monde, je trouve la population bisontine très individualiste. Avant, les regards persistants, les moqueries me blessaient un peu, mais maintenant, je n'y prête plus vraiment attention. Je vis librement et je me sens très bien, j'ai mon propre style, ma propre personnalité et je me plais comme cela.

### Quelle est votre atelier préféré ici et pourquoi ?

C : Mon activité préférée est le chant, c'est pour moi un moyen de me sentir vivant est heureux, c'est bien plus qu'une simple passion, j'adore chanter devant les autres adhérents du GEM.

Propos recueillis par Lisie, Nihal, Inès et Lélia, avec Bilal, Astride et Bertille

Ont également contribué à ce journal : Sugdiyona, Capucine, Laurine, Elea, Morgane, Jade et Emma