



RETOUR SUR 2019





D' LIGUE

LIGUE LUXEMBOURGEOISE D'HYGIÈNE MENTALE - ASSOCIATION SANS BUT LUCRATIF

Fondée en 1956
reconnue d'utilité publique

Agrément SANTE 99/14 100/14 101/14

MOT DE LA DIRECTION

2020, par son actualité éclipse déjà 2019. Les défis relevés par la Ligue au cours de cette dernière année ont pourtant été nombreux et méritent d'être évoqués dans ces quelques pages.

Actifs dans la prévention, le traitement et l'insertion, nos différents services ont œuvré à la déstigmatisation de la psychiatrie, veillant à offrir à tous un accès aux soins, à encourager l'autonomie et à soutenir la citoyenneté.

Si notre offre de soins et de services dédiés à la santé mentale s'est étoffée, nous sommes malheureusement depuis de nombreux mois confrontés à des problèmes d'infrastructures. Nos équipes ont en effet beaucoup grandi, le nombre de personnes fréquentant nos structures a augmenté parallèlement et nous avons au quotidien beaucoup de difficultés à trouver les espaces nécessaires pour accueillir nos différentes activités. Nous remercions très chaleureusement tous les collaborateurs de la Ligue qui continuent, malgré ces conditions de travail difficile, de s'engager pour des soins intégrés dans le tissu social, culturel et économique de la ville de Luxembourg.

Implantée depuis 1956 au cœur de Luxembourg, notre association aimerait se maintenir dans la cité. Nous espérons à l'avenir pouvoir offrir à nos collaborateurs et à tous nos patients des locaux adaptés et abordables dans le centre de la ville et non dans une zone commerciale ou industrielle.

En 2021, la Ligue aura 65 ans et qui sait peut-être une nouvelle adresse...



Le comité de direction

Samira Demdoum, Sophie Housen, Sophie Hédo,
Vincent Navet et Fränz D'Onghia

SOMMAIRE

p.6

Faits en 2019

p.8

Information et Prévention

p.10

Logement

p.12

Soutien a l'emploi

p.14

Le Rencontre

p.16

Service de Jour

p.18

Service de Consultation

p.20

Groupes Thérapeutiques

p.22

Les Usagers

FAITS EN 2019



En Mars: Conférence publique « Psychiatrie 3.0: une révolution en marche ? » avec le Dr Debien, psychiatre au CHU de Lille. Cette conférence présentait une possible évolution du système d'intervention lors de crise suicidaire, baptisé Vigilans

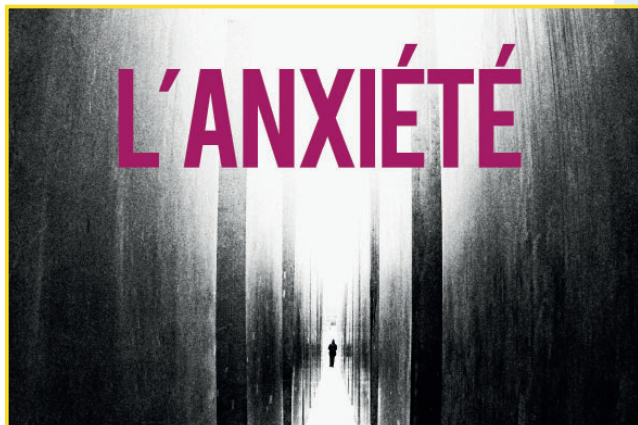


En octobre: 11èmes journées nationales de prévention du suicide avec une conférence de l'auteur et YouTuber Stefan Lange qui a lui-même traversé des phases de crise suicidaire, une journée dont le thème était « Comment gérer les crises suicidaires ? » et une journée sur le thème « L'hôpital face au suicide ».



En novembre: Vernissage de l'exposition «Labyrinthe créatif». Les participants aux ateliers artistiques de la Ligue furent enchantés de pouvoir présenter leurs travaux créatifs dans un dédale d'oeuvres, de peintures, de dessins et de sculptures.

CAMPAGNE DE SENSIBILISATION AUX TROUBLES ANXIEUX



Cette campagne a démarré par un concours photos pour trouver les visuels pour la campagne, sensibiliser le grand public et par la création d'un site dédié aux troubles anxieux. En parallèle une exposition itinérante à partir des 17 photos les plus originales résultantes du concours photo a été préparée.

La première étape de cette exposition a eu lieu dans la verrière de la Gare de Luxembourg du 23 avril au 21 mai. Sur cette base a été créée une brochure d'information ainsi que des affiches.

Par la suite, un spectacle de rue sur le thème des troubles anxieux avec la collaboration de divers artistes luxembourgeois s'est tenu le 19



octobre sur la place du Puits-Rouge à Luxembourg-Ville ainsi que du 21 au 25 octobre sur le parvis de l'Auchan Kirchberg. Ces actions ont été retracées dans un reportage sur RTL et un interview dans le journal télévisé.

BROCHURE « ET SI J'EN PARLAIS À UN PSY ? »

Le Luxembourg dispose d'un réseau d'aide et de soins développé et la Ligue a souhaité sensibiliser le grand public à travers la réalisation d'une brochure.



Qui consulter? Quand consulter? Quelles sont les différences entre psychologues, psychiatres, psychothérapeutes? Comment peuvent-ils nous aider? Quels sont les tarifs? Où les trouver?

Les réponses à ces questions ont été déclinées sous plusieurs formats dont la large diffusion d'un livret, l'utilisation des médias, des réseaux sociaux, d'Internet et des événements culturels.

Information, orientation et communication

- Notre page Facebook PréventionLuxembourg s'est élargi à tout type de prévention des maladies mentales. Dorénavant, les personnes y trouvent des informations sur la prévention du suicide, mais aussi sur toutes les maladies mentales et surtout sur les moyens de les prévenir. Elle a dépassé en mai 2019 les 2.000 abonnés. Nous avons réalisé en 2019 247 publications sur Facebook. Avec ces publications, nous avons atteint 423.448 personnes (couverture) et il y a eu 22.770 interactions avec nos publications
- Une page Instagram (avec le même nom que notre page facebook) a été créée pour toucher une population plus jeune.
- Une newsletter externe est éditée pour informer nos abonnés sur nos événements et nouveaux projets. Chacun est libre de s'abonner à la newsletter.
- Nous avons noté une hausse de notre présence dans la presse en 2019. À notre connaissance, 15 articles et 6 reportages sont parus en 2019 parlant de nos projets. Le thème principal fut les troubles anxieux, suite au lancement de notre campagne de sensibilisation. Autres thèmes abordés furent : le suicide, la dépression, l'événement darkness into light, et la solitude.



Coordination du Plan National de Prévention du Suicide (PNPSL)

- Une brochure sur la prévention du suicide chez les personnes âgées a été réalisée en collaboration avec le RBS-Zenter fir Altersfroen, Servior et la commune d'Hesperange. Un congrès sur ce thème a été organisé, intitulé « (Un)endliche Lebenslust », du 22 au 23 novembre au Celo à Hesperange. Le congrès a débuté par une conférence du professeur Dr Jürgen Howe (directeur du service de gérontopsychologie de l'institut de psychologie de l'université de Braunschweig). Le congrès s'est terminé par la projection du film « livre d'heures » de l'artiste et réalisatrice luxembourgeoise Suzan Noesen.



- Toujours dans le contexte de la prévention du suicide, nous avons collaboré avec l'association Pieta dans l'organisation de la marche «Darkness into light» qui vise à sensibiliser la population à la question du suicide.

Formations continues en santé mentale et réseautage

- 29 formations de deux jours au cours de l'année 2019 ont été réalisées, soit un total de 58 jours de formation. 330 personnes ont ainsi pu être formées à différents thèmes relatifs à la santé mentale (prévention du suicide, dépression, anxiété, trauma, hygiène de vie).
- Des formations ont été organisées pour la Croix-Rouge Luxembourgeoise, le Groupe de Support Psychologique du CGDIS, le CHL, le CHNP et Réseau Psy.



SERVICE LOGEMENT

Description

La mission du service des logements thérapeutiques de la Ligue est de mettre à disposition à des personnes qui présentent un trouble psychique un hébergement avec l'accompagnement d'une équipe soignante. L'objectif de cet accompagnement est que la personne puisse atteindre un niveau d'autonomie suffisant pour aller vivre seul ultérieurement, améliorer sa qualité de vie, éviter l'isolement et favoriser son inclusion sociale.



Le Service Logement de la Ligue a suivi en 2019 135 personnes différentes avec une moyenne annuelle de 115 personnes en suivis.

Suite à la restructuration de la Ligue, le service compte, depuis le mois de mai 2019, 3 équipes pluridisciplinaires et donc 3 sous services nommés :

- Les Logements Communautaires
- Les Logements Individuels
- Les Logements Privés (suivis à domicile privé) et Antenne Mobile d'évaluation psychiatrique

Le suivi

Les rendez-vous d'admission ont lieu 2 fois par semaine. Les personnes demandeuses sont reçues en alternance par deux responsables de service.

Au total, 161 rendez-vous d'admission ont été fixés en 2019 : 105 personnes ont été vues, 35 ont annulé le rendez-vous et 21 ne se sont pas présentées.

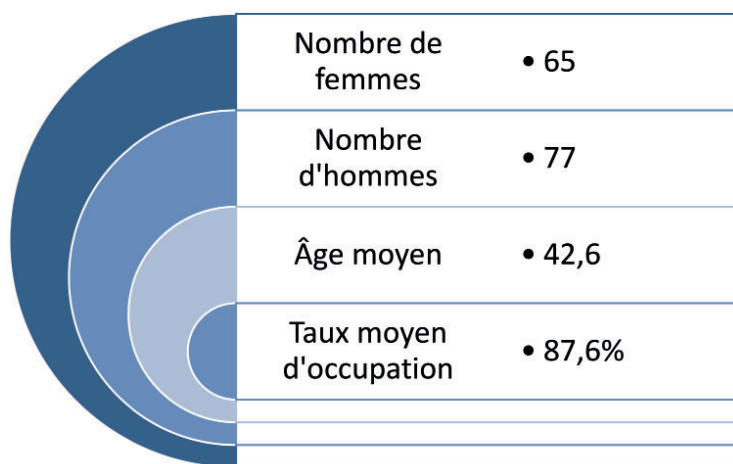
Au sein du service, le projet thérapeutique est soutenu par le biais d'entretiens individuels, d'activités de groupe, d'accompagnements divers.

La participation des résidents aux différentes activités

Type d'intervention	Suivis individuels	Repas matin	Repas communautaires	Activités	Préparation et/ou distribution des médicaments
Nombre d'interventions /participants	3643	1070	1026	650	1175

Les usagers

Il s'agit de personnes adultes qui présentent des problématiques psychiatriques diverses. Le projet individuel des résidents est évalué tous les deux à trois mois par les responsables des services (299 évaluations). Un suivi social est d'emblée proposé (832 rendez-vous). L'équipe thérapeutique s'adapte au rythme et à la demande de chaque résident.



Les problématiques

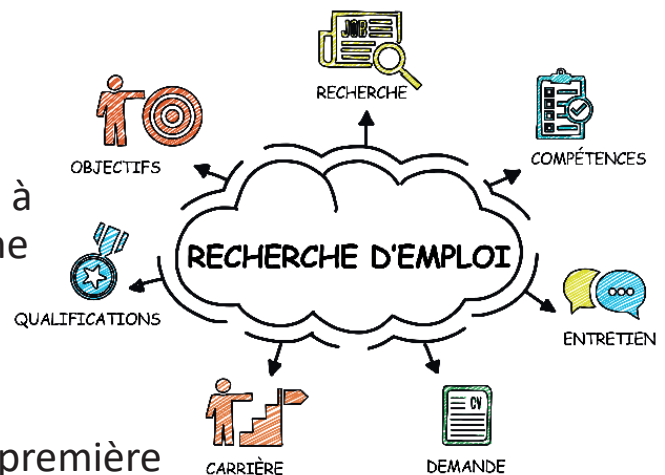
	Diagnostique principal	Comorbidity
Trouble psychotique	52,6 %	
Trouble de l'humeur	16,3 %	
Trouble de la personnalité	16,3 %	
Trouble névrotique, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes	8,9 %	
Trouble du développement	3 %	
Trouble lié à l'abus de substance	1,5 %	6%
Troubles du comportement et émotionnels de l'enfance	0,7 %	
Retard Mental	0,7 %	3,7 %

SOUTIEN A L'EMPLOI

Description

Le service Soutien à l'Emploi vise à accompagner les personnes présentant une fragilité psychique et/ou maladie mentale afin de trouver et conserver un travail ou une activité.

En 2019, 141 personnes ont consulté pour la première fois le service. 231 bénéficiaires ont été suivis en tout, ce qui représente un total de 1915 consultations.



Les suivis

L'accompagnement est modulé en fonction des besoins de l'utilisateur et un référent unique l'accompagne lors de rendez-vous individuels. Les personnes peuvent être accompagnées à différents moments : au moment de la construction du projet d'insertion, au moment de la mise en pratique du projet, au moment du maintien dans l'activité ou dans l'emploi.



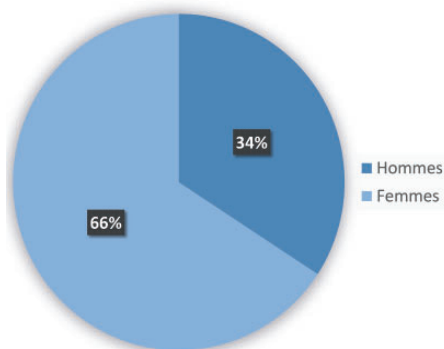
En 2019, l'équipe Soutien à l'Emploi a mis en place les ateliers Techniques de Recherche à l'Emploi (TRE).

9 ateliers Techniques de Recherche d'Emploi ont été réalisés. 25 personnes (11% de nos bénéficiaires) ont participé à un ou plusieurs ateliers, que ce soit pour la réalisation d'un CV, d'une lettre de motivation ou de l'entraînement à l'entretien d'embauche.

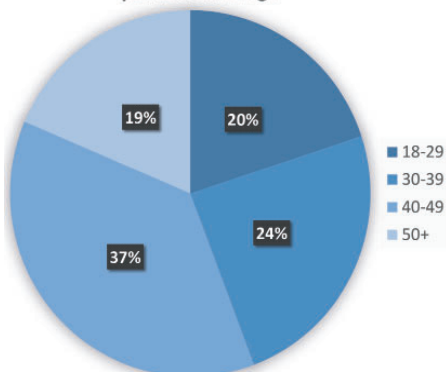
Les usagers

Chaque usager ayant un parcours qui lui est propre, la durée d'un suivi est aléatoire car elle est définie par le projet, les besoins et le souhait de la personne.

Pourcentage de bénéficiaires répartis par genre



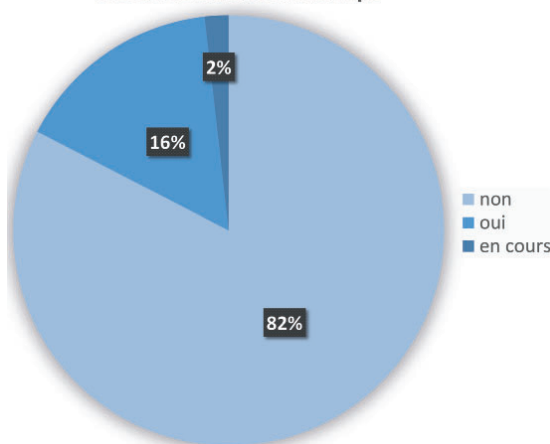
Pourcentage de bénéficiaires répartis par tranche d'âge



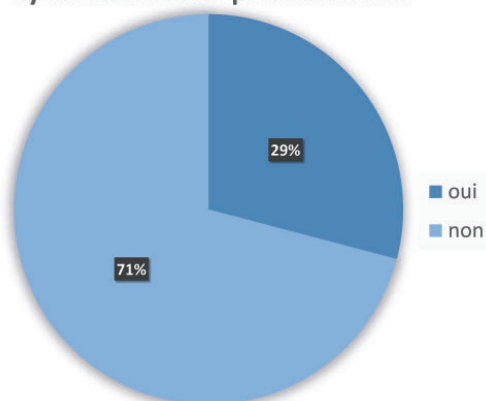
Globalement, nous suivons 2 fois plus de femmes que d'hommes. La tranche d'âge 40-49 est la plus représentée. Une même proportion d'hommes vient consulter au Soutien à l'Emploi entre 18 et 49 ans, tandis que la tranche des 40-49 ans est prévalente chez les femmes.

16 % des personnes suivies au Soutien à l'emploi ont un statut travailleur handicapé. A noter de ce pourcentage est en légère baisse comparé à 2018 (22%), ce qui nous laisse penser que davantage de bénéficiaires en fragilité mais sans être en possession de ce statut se tournent vers nous.

Statut de Salarié Handicapé



Pourcentage des bénéficiaires ayant une activité professionnelle



Nous remarquons également une augmentation de bénéficiaires ayant un contrat de travail (26 % en 2018 pour 29 % en 2019) même si cette différence ne tend pas à être significative. Néanmoins, relevons tout de même qu'un tiers de nos bénéficiaires sont en demande d'un soutien en cours d'emploi. 40 personnes ont obtenu une activité professionnelle, soit 17.4% de nos bénéficiaires. Sur l'année 2019, 19 personnes DPI/BPI* ont été suivies au Soutien à l'Emploi (soit environ 8% de nos bénéficiaires)

* demandeuses ou bénéficiaires de protection internationale

SERVICE LE RENCONTRE

Description



Le service Rencontre est d'abord un lieu convivial, accueillant et ouvert à toute personne souffrant d'un trouble psychique. Notre volonté est de proposer des expériences à visée culturelle et des loisirs afin de (re)mobiliser les participants dans leur vie quotidienne.

En 2019, nous avons continué à structurer le service en diversifiant les activités (dans nos locaux comme à l'extérieur). Nous avons poursuivi notre développement en prenant en compte les besoins et les attentes des participants (réalisation d'une enquête de satisfaction). Ces derniers restent au cœur de nos préoccupations et sont impliqués dans l'organisation du service.

Quelques chiffres

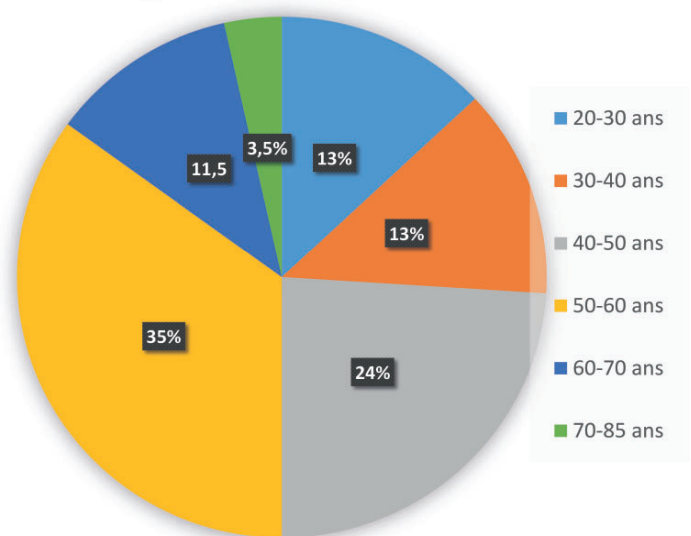
- 35 nouveaux participants
- 121 membres actifs ont fréquenté régulièrement le Rencontre
- 3077 présences
- 9 participants en moyenne par permanence
- 55 % de femmes, 45 % d'hommes
- Etat civil : 65 % célibataires, 15,5 % divorcés, 16 % mariés, 3,5 % veufs

Provenance :

61,4 % Luxembourg ville,
20 % Luxembourg Sud,
5 % Luxembourg Est,

8% Luxembourg-Nord,
6% Luxembourg-Ouest,
4% Pays étrangers

Âge des participants



Événements de 2019

L'équipe pluridisciplinaire du Rencontre a accompagné la mise en œuvre des activités suivantes :

- Le Nordic walking du lundi : promenade en groupe dans un espace extérieur. L'objectif est de contribuer au bien-être des participants.
- Les sorties du « mardi libre » : sur la base d'une planification mensuelle, chaque personne peut s'inscrire selon ses centres d'intérêt.
- Les repas citoyens du mercredi : ouverts aussi bien aux participants qu'aux professionnels de l'asbl. Cette dynamique garantit un échange sans clivage.
- L'atelier couture du jeudi : cette activité sert de tremplin à des personnes éloignées du marché de l'emploi et qui souhaitent s'investir dans des créations issues de la récupération de tissus.
- Le sport ensemble du jeudi : il s'agit de s'intégrer dans le groupe et de participer aux activités sportives proposées.
- Le Week-end : sorties journalières 1 fois par mois les samedis et ouverture d'une permanence les dimanches après-midi.
- L'organisation des vacances : proposition d'un séjour encadré à l'étranger.
- Atelier photo et exposition : possibilité de se joindre au projet afin de réaliser des expositions à thèmes
- Mise en réseau des Centres de Rencontres du Luxembourg : proposition d'activités communes aux différents services du pays.
- Modes de communication : le journal et le site facebook



SERVICE DE JOUR

Le service

Le service de jour propose un traitement dont l'objectif principal est la réhabilitation psychosociale et l'autonomie. Les axes thérapeutiques exploités sont :

- l'entraînement et le développement des compétences sociales
- la structuration du temps et de l'espace
- la gestion des symptômes
- la remobilisation physique et cognitive
- la créativité

En 2019, les patients suivis étaient à 59 % des femmes et 41 % des hommes. La moyenne d'âge des personnes suivies est de 40 ans. Problématiques rencontrées:



Le programme

Le programme thérapeutique a été fréquenté par 66 patients dont :

- 43 nouvelles personnes
- 42 projets clôturés

118 Rendez-vous d'admissions fixés dont 107 réalisés :

- 47 personnes ont intégré le programme
- 7 personnes ont été réorientées vers d'autres services dont le soutien à l'emploi et «Le Rencontre»
- 53 n'ont pas donné de suite



Soins infirmiers



Le nombre de consultations de soins infirmiers en 2019 s'élève à 517. 41 personnes en ont bénéficié et étaient orientées vers nos services par 20 psychiatres différents.

Les actes réalisés :

- 443 injections
- 439 prises de paramètres
- 25 entretiens de psychoéducation
- 6 pansements/soins de plaie.

SERVICE DE CONSULTATION

Les consultations

Le service a suivi un total de 1294 patients différents et a comptabilisé un total de 12 470 consultations en 2018, ce qui représente une augmentation de 13,5% par rapport à 2017. 516 personnes ont consulté pour la première fois, ce qui représente une augmentation de 14,4% par rapport à l'année précédente.



WE
CAN HELP

Types de suivis



La moyenne d'âge des personnes est de 40 ans et 67% vivent seuls par rapport à 33% qui sont en couple. 61% des personnes suivies sont des femmes et 39% des hommes.

Différentes difficultés :

- **37 %** Troubles névrotiques, troubles anxieux, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes
- **31 %** Troubles de l'humeur
- **14 %** Schizophrénie, trouble schizotypique et troubles délirants
- **10 %** Troubles de la personnalité et du comportement chez l'adulte
- **8 %** Difficultés dans les rapports avec le conjoint ou le partenaire

Stressberodung



La Ligue coopère avec la Chambre des Salariés et propose aux salariés souffrant de stress au travail des consultations gratuites. 112 salariés ont contacté le service en 2019 pour 522 séances avec une moyenne de 4,5 séances par personne.

Principales catégories de plaintes :

- 42 % : Surchage de travail
- 38 % : Conflits interpersonnels
- 8 % : Harcèlement
- 6 % : Difficultés d'ordre personnel
- 6 % : Autres raisons

Secteurs d'activité :

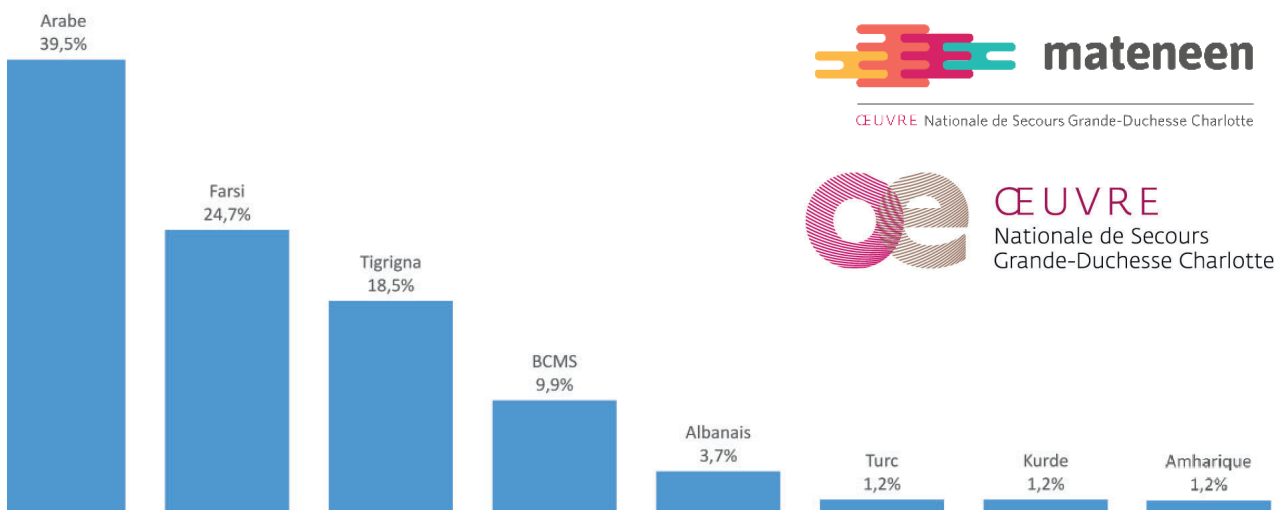
- 22 % : Financier et assurances
- 13 % : Education
- 12 % : Social et santé
- 11 % : Horesca & Commerces
- 7 % : Justice
- 6 % : Artisanat
- 5 % : Gardiennage/ Entretien
- 5 % : Médias
- 5 % : Chômage
- 19 % : Autres

Les consultations avec contexte migratoire

Ayant une approche inclusive, le service prend en charge des personnes avec un contexte migratoire et bénéficie du soutien financier de l'Œuvre nationale Grande Duchesse Charlotte.

Parmis les 700 consultations réalisées, 422 ont eu lieu avec des interprètes et 107 bénéficiaires/demandeurs de protection internationale ont été suivis en 2019.

Au niveau des langues



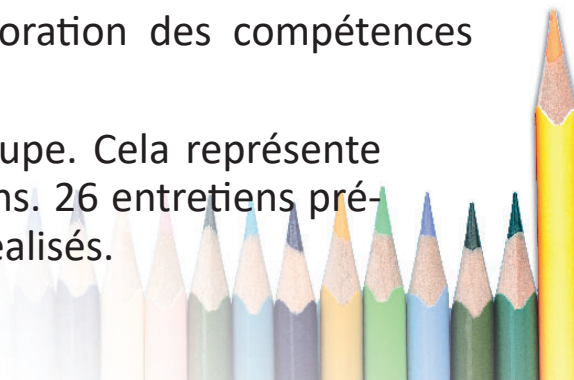
GROUPES THÉRAPEUTIQUES

Affirmation de soi



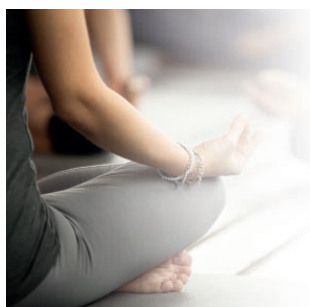
Le groupe d'affirmation de soi vise l'amélioration des compétences sociales et de communication.

En 2019, 16 personnes ont participé au groupe. Cela représente 16 séances de 2h, soit 32 heures d'animations. 26 entretiens pré-groupe et 3 entretiens post-groupe ont été réalisés.



Entraînement à la méditation pleine conscience

Le groupe d'entraînement à la pleine conscience, à travers le protocole MBCT, propose de cultiver de nombreuses attitudes telles que la bienveillance, l'autocompassion, l'acceptation, l'ouverture, la patience.



En 2019, 12 personnes ont participé au groupe. Cela représente 16 séances de 2h30, soit 40 heures d'animations. 11 entretiens pré-groupe ont été réalisés.

Régulation des émotions

Le groupe de régulation des émotions vise l'acquisition de techniques et de stratégies de régulation émotionnelle.



En 2019, 8 personnes ont participé au groupe. Cela représente 8 séances de 2h, soit 16h d'animations par animateur. 9 entretiens pré-groupe ont été réalisés.

Programme Profamille

Le groupe Profamille est un groupe psychoéducatif destiné aux personnes ayant un proche qui souffre de schizophrénie ou de troubles apparentés.

En 2018, 11 personnes ont participé au groupe, ce qui touche 7 familles différentes. Ce groupe a comptabilisé 18 séances dont 1 séance de révision, soit un total de 68 heures d'animation.



Groupe de socialisation

Ces groupes permettent le partage et la communication avec d'autres personnes lors d'activités diverses de loisir. Ils ont lieu 3x2h par semaine.

En 2019, ils ont réunit en moyenne 8 patients par séance, pour un total de 31 personnes différentes inscrites. 3 personnes ont commencé et 5 personnes ont clôturé leurs participations durant l'année.



Groupes artistiques

Ils proposent aux patients des lieux d'expression et de créativité.

En 2019, ils ont réuni en moyenne 8 personnes par séance pour un total de 94 séances de 3h. 35 personnes différentes étaient inscrites, dont 8 nouvelles inscriptions durant l'année.




LES USAGERS

I hope this year will be a perfect year for everybody and all the people be on peace and rest. These days I'm not happy and I worry about my country and I'm alone here, sometimes I cry. But I hope to have beautiful days and I wish it for everybody. I like the help I get here in the centre.

Je viens presque tous les jours au centre de rencontre. Je prie souvent pour vous. Je me sens très bien ici en compagnie du personnel et bien sûr de tous les gens ici présents. Je vous salue tous et à bientôt. Gros bisous de ma part.

A minha psicóloga é ótima. Está a fazer-me muito bem. Adoro-a. Obrigada. No hospital de dia o pessoal que la trabalha, são todos gentis. Estão a fazer-me bem e o Rencontre também. Obrigada



Rien de plus à dire
qu'un grand MERCI.
Heureusement
que vous êtes là !

Je pars dans mon pays pour
un nouveau départ et trouver
ma vraie voie... ! Votre soutien a été
précieux. Je vous remercie de tout mon
cœur car grâce à vous je me sens prête
pour démarrer dans ma nouvelle vie.
Personnel et personnes très aimables
qui donnent de bonnes vibrations.

Toute l'équipe c'est
un grand cadeau de
Dieu ! Merci beaucoup de
tout mon petit cœur pour le
soutien et la gentillesse que
vous nous apportez.

Je voudrai dire que
je suis très contente de
toute l'équipe de la Ligue.
Continuez comme ça !



CONTACT

Ligue Luxembourgeoise d'Hygiène Mentale a.s.b.l.

11, rue du Fort Bourbon
L-1249 Luxembourg

(+352) 49 30 29

administration@llhm.lu
www.llhm.lu

