

9 DÉCEMBRE 2017



## Groupes d'entraide mutuelle : peu visibles et pourtant si utiles

Une récente étude menée par l'ANCREAI (Fédération des Centres Régionaux d'Études, d'Actions et d'Informations en faveur des personnes en situation de vulnérabilité) montre l'effet bénéfique des Groupes d'entraide mutuelle (GEM) sur les personnes en situation de handicap psychique et victimes de traumatismes crâniens et cérébrolésés.

Créés par la loi du 11 février 2005, les GEM sont définis par le Code d'action sociale et des familles (CASF) comme « des structures de prévention et de compensation de la restriction de la participation à la vie en société ». Ils viennent en complémentarité de l'offre de soin et d'un accompagnement social proposé par les institutions, avec deux objectifs : rompre l'isolement et tisser du lien social.

### « Une fenêtre ouverte sur l'extérieur »

L'étude, auprès de vingt GEM « handicap psychique » et cinq GEM « traumatismes crâniens et cérébrolésés », constate que lors de la première année de fréquentation, les personnes se resocialisent, prennent confiance en leurs capacités, améliorent leur estime d'elles-mêmes et reconstruisent une identité sociale mise à mal. Des activités sont proposées : sorties, repas ou de courts séjours.

Une solidarité peut s'instaurer également hors les murs : services rendus, soutien moral, relations amicales. Aucun adhérent ne se dit déçu de ce qu'il a découvert au GEM et constate nombre de bénéfices.

### Des effets thérapeutiques

Décrit comme un espace d'apaisement, le GEM permet de se centrer sur une créativité et de mettre de côté les idées noires ; il apporte un soutien moral essentiel, « comme un phare dans la nuit ». Si le soin à proprement parler n'a pas sa place dans les GEM, les membres et personnels constatent des améliorations au niveau de la stabilisation de la maladie, de la fréquence des hospitalisations ou du suivi psychiatrique.

La libre adhésion au dispositif et le cadre souple sans enjeu de guérison ou d'insertion permet aux membres de se saisir différemment de cet espace par rapport à l'accompagnement proposé en institution.

### Favoriser le pouvoir d'agir

Chaque GEM a sa spécificité et sa gouvernance propre : le plus souvent ils sont soutenus et gérés par l'association fondatrice, mais ils tendent à promouvoir l'empowerment de leurs adhérents et même à se développer de manière autogérée. Sur le financement, la gestion comptable, les ressources humaines, les membres des GEM souhaitent élargir leur gouvernance et s'approprier davantage leur pouvoir d'agir.

Le GEM permet d'expérimenter la prise de responsabilités au niveau d'un collectif et donc d'avoir un rôle social établi ; en raison de la charge psychique que cela implique, l'ANCREAI insiste sur l'accompagnement des adhérents dans leurs fonctions.

### Question de visibilité

Autre enjeu : l'ouverture sur le milieu ordinaire et l'appropriation de l'espace public, en participant à des manifestations locales ou en organisant des événements pour être visibles socialement.

L'existence de ces dispositifs reste toutefois non seulement méconnue de la population, mais aussi des professionnels qui souvent « tombent par hasard » sur les GEM.