

Article dans Sud-Ouest

🔒 Réservé aux abonnés

Lot-et-Garonne : avec Wana Challenges, osez vous jeter à l'eau pour parler de la santé mentale

🕒 Lecture 2 mins

Accueil • Santé



Le bateau de Wana Challenges, un point de rencontre idéal pour renforcer sa santé mentale. © Crédit photo : Wana Challenges

travaillé entre autres sur la reconversion des militaires, et nous
lisé des techniques ancestrales africaines pour désamorcer des
prise, poursuit Charles Chateau. Il nous est apparu que parler de
le était tabou, et nous avons voulu l'aborder de façon ludique, avec
aussi autour de choses que l'on connaît, car nous sommes des

avec la collaboration
viennent dans ce
ateau

re boîte mail.

Je m'inscris

Les Semaines d'informations en santé mentale (Sims) débiteront à Agen le lundi 5 octobre et se poursuivront jusqu'au 18. Une quinzaine « pour découvrir, créer, échanger, bouger, écouter, regarder, écrire, rencontrer et parler de santé mentale autrement ». L'événement, baptisé Festi'Mental, est organisé par le Conseil local de la santé mentale, l'Agglo d'Agen et de nombreux partenaires, dont beaucoup s'appuient sur une pratique artistique. Des plus jeunes aux adultes, le public y trouvera, sous diverses formes (ateliers, spectacles, conférences, etc.), des réponses à des problèmes de santé mentale qui préoccupent notre société.

« Le Festi'mental a pour objectif de lutter contre les préjugés et d'informer sur les lieux, les ressources et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité, rappellent les organisateurs. Une personne sur cinq est concernée, au cours de sa vie, par une difficulté de santé mentale. Il est donc essentiel de pouvoir en parler, de s'informer et de ne pas rester seul face à ses difficultés. »

Anciens marins

Parmi les divers acteurs de ces Semaines, Wana Challenges est l'un des plus singuliers. « Wana pour We are not alone (traduire : nous ne sommes pas seuls, NDLR) parce qu'on considère qu'on ne peut rien faire seul, Challenges parce que nous abordons la santé mentale sous le biais de l'action et du challenge », explique Charles Chateau, l'un des responsables de cette ONG créée voilà deux ans.

SUR LE MÊME SUJET

Santé mentale : les psychiatres du secteur public en grève pour dénoncer une crise profonde

Les syndicats de psychiatres hospitaliers appellent à la mobilisation ce jeudi pour alerter sur le manque de moyens et la dégradation des conditions de prise en charge des patients



« On s'est retrouvés avec quelques anciens de la Marine nationale qui avaient vécu, au cours de leur carrière, des choses un peu compliquées et qui avec l'âge, rencontraient quelques petits problèmes relationnels et d'ordre psychiatrique. Et on s'est aperçu qu'il y avait des trous dans la raquette de la santé mentale, qu'il n'y avait pas de structure adaptée à des gens à qui l'on ne peut pas dire : "Ecoutez, maintenant vous avez un certain âge, posez-vous et puis tout va aller bien". »

« Nous avons travaillé entre autres sur la reconversion des militaires, et nous avons aussi utilisé des techniques ancestrales africaines pour désamorcer des conflits en entreprise, poursuit Charles Chateau. Il nous est apparu que parler de la santé mentale était tabou, et nous avons voulu l'aborder de façon ludique, avec des artistes, et aussi autour de choses que l'on connaît, car nous sommes des marins. »

La technique Boutakoff

L'ONG entreprend alors de récupérer de vieux bateaux et de les retaper, des embarcations dont la taille permet de naviguer un peu partout, dont les canaux, ce qui sera le cas à Agen. « On viendra avec notre bateau, notre équipage et des auteurs de livres, et nous sommes en partenariat avec [Addiction France](#) .

Mercredi 7 octobre, nous proposerons une démonstration de Boutakoff : c'est une technique qui permet, quand quelqu'un tombe à l'eau, de le sauver et de ne pas en faire de la confiture avec l'hélice du bateau... C'est un parallèle qui permet un recul envers quelqu'un qui va mal : on ne lui saute pas dessus, mais on lui dit : "Je suis à ton entière disposition, ne bouge pas, je vais y réfléchir et je vais voir comment je peux t'aider". Et cette personne va se dire : "Tiens, il y a quelqu'un qui m'écoute". »

Jeudi 8 octobre, Wana Challenges proposera également des baptêmes de navigation entre le pont-canal et le port d'Agen, « en emmenant les gens gratuitement. On va leur faire barrer le bateau, effectuer des virages, ça va les amuser, et on va leur montrer qu'il y a plusieurs moyens de faire les choses. Le bateau permet des échanges : à chaque fois que j'ai embarqué des gens, ils ont échangé leur numéro de téléphone, ils se sont mis à se revoir après, parce que le bateau crée un lien », assure Charles Chateau.

L'ONG accueille à son bord tout public (les mineurs doivent être accompagnés) et « nous effectuons actuellement une levée de fonds pour acheter un bateau qui nous permettra d'accueillir les personnes à mobilité réduite. »

Contact : tourdefrancedelasantementale@gmail.com

Pratique

Les événements de Festi'Mental sont gratuits et ouverts à tous. Parmi les points d'orgue, on relève un Village de la santé mentale qui se tiendra samedi 10 octobre de 10 à 19 heures au Gravier, à Agen, ainsi que la soirée de clôture du vendredi 16 octobre, de 17 h 30 à 20 h 30, autour du thème « Quand l'art devient une ressource pour la santé mentale ». On peut retrouver le [programme complet](#) sur le site Internet de la Ville d'Agen. Pour trouver des informations et des ressources : santementale-info-service.fr