

# CeSaMe : Centre ENIPSE de Ressources en Santé Mentale LGBT+

Réduire les inégalités sociales de santé & favoriser le bien-être psychologique & émotionnel des personnes LGBT+ en Occitanie



N. AL BAZZOU (\*), V. TONG (\*\*), S. GUILLET (\*\*\*)



\* Psychologue/ Sexologue et Coordinatrice du dispositif CeSaMe d'ENIPSE Occitanie, Toulouse / \*\* Chargé de mission, ENIPSE, Paris / \*\*\* Directeur National, ENIPSE, Paris [enipse@enipse.fr](mailto:enipse@enipse.fr)

## Contexte et stratégie d'intervention

Les avancées des droits LGBT+ ont amélioré la visibilité et l'intégration des personnes LGBT+ dans la vie quotidienne. Cependant, des facteurs comme les difficultés du coming out, l'isolement en milieu rural, et les pressions sociales compromettent leur santé mentale. L'exposition constante aux LGBT+phobies, que ce soit dans l'espace public ou au travail, ajoute au stress chronique. Les discriminations et le manque de formation des professionnels de santé limitent l'accès aux soins adaptés. En conséquence, de nombreuses personnes LGBT+ souffrent de troubles anxieux, d'addictions ou de risques suicidaires. Il est crucial de lutter contre les discriminations et d'améliorer l'accès aux soins pour protéger leur santé mentale.

Le soutien psychologique et les environnements inclusifs constituent des facteurs de protection contre les effets néfastes de la discrimination. Plus que jamais les mots comme « diversité, reconnaissance, visibilité, inclusivité » ont leur sens pour lutter contre les discriminations et haine à l'encontre des personnes LGBT+.



## Dispositif CeSaMe de l'association ENIPSE

Un espace d'écoute, de soutien et d'orientation adapté aux besoins spécifiques des personnes LGBT+.

Améliorer l'inclusion sociale, l'accès à la santé et l'accès aux droits commun.

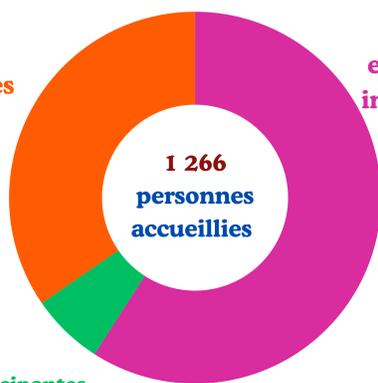
Des modules de sensibilisation pour outiller les professionnels à un accueil plus inclusif.

Contribuer à la compréhension des spécificités LGBT+ afin de lutter contre le renoncement aux soins et les discriminations.

## Activités 2023

438 personnes reçues à l'accueil / permanences téléphoniques

748 entretiens individuels



80 personnes participantes aux ateliers collectifs

**Modalité d'entretiens :**  
CeSaMe : 73%  
Téléphone & visio : 15%  
Permanences "hors-les-murs" : 12%

**Origine des orientations :**  
Entourage : 24%  
Réseaux sociaux : 21%  
Associations : 18%  
ENIPSE : 12%  
Médical : 11%  
Institutions : 10%  
Autres : 4%

**Genre :**

Homme cis : 32%  
Femme cis : 24%  
Non binaire : 16%  
Femme trans : 13%  
Homme trans : 12%  
Autres genres : 3%

**Orientation sexuelle/romantique :**

HSH : 36%  
Hétéro (personnes trans) : 13%  
Pansexualité : 11%  
Bisexualité : 6%  
FSF : 26%  
Asexualité : 6%  
Autres : 2%

**Âge :**

<18 ans : 8%  
18-24 ans : 24%  
25-34 ans : 30%  
35-44 ans : 28%  
45-54 ans : 6%  
>55 ans : 4%

Une richesse & une diversité des identités de genre & des orientations romantiques/sexuelles.

**Situation sociale :**

Logement : 38%  
Colocation : 37%  
Chez parents : 9%  
Structures sociales : 7%  
Hébergement temporaire : 6%  
Autres : 3%

**Revenus :**

Salaire : 45%  
RSA : 11%  
Bourses scolaires : 7%  
Aucun : 7%  
Chômage : 7%  
AAH : 6%  
ADA : 6%  
Retraite : 1%  
Autres : 5%

70% des personnes accueillies au CeSaMe sont en situation de précarité.

## Besoins identifiés & indicateurs

Thématiques abordées

**Parcours psychologique et psychiatrique :**  
Combinaison complexe de difficultés sociales économiques et relationnelles  
Précarité et rejet familial  
Dépression et anxiété  
Troubles liés à la bipolarité et la schizophrénie etc.

**Parcours sexologique (vie affective, romantique et sexuelle) :**  
Complexité du coming out (peur du rejet)  
Pratiques sexuelles à risque  
Relations de couple conflictuelles : dépendance affective, emprise, crises de confiance  
Complications de la dépendance au chemsex etc.

**Parcours des personnes exilées LGBT+ :**

Traumatismes liés à la persécution  
Stress post-traumatique  
Discrimination  
Précarité et difficultés accès aux soins  
Isolement social etc.

**Autres parcours :**

Violences LGBT+phobes  
Addiction avec et sans produit  
Difficultés liées à la parentalité  
Difficultés d'accès aux droits etc.



Indicateurs positifs du dispositif CeSaMe

Gestion des situations complexes

Fluidité dans le droit commun avec des outils d'orientation adaptés

Accès aux territoires ruraux



Lutte contre les violences/discriminations

Amélioration de la participation des personnes accueillies

## Outil innovant Espace en ligne - Santé mentale LGBT+

Un espace en ligne sur [www.enipse.fr](http://www.enipse.fr) propose des repères sur la santé mentale et des outils d'auto-détermination pour les personnes LGBT+, leur entourage et les partenaires. Il offre des informations sur la santé mentale, des outils pour améliorer le bien-être psychologique et des orientations sécurisées pour un parcours de santé de qualité.



## Conclusion

Le dispositif CeSaMe de l'association ENIPSE joue un rôle essentiel en offrant un soutien spécifique aux personnes souvent exclues des services de santé mentale du droit commun. En mettant l'accent sur le bien-être et le vivre-ensemble, il contribue de manière significative à réduire les inégalités d'accès aux soins et à lutter contre les discriminations.

En améliorant la qualité de vie des personnes LGBT+, le dispositif CeSaMe de l'ENIPSE se positionne également comme un modèle pour d'autres initiatives en santé mentale, favorisant ainsi le développement d'une société plus inclusive et solidaire.



Ma santé mentale n'a pas été une priorité et je vois aujourd'hui les résultats positifs en venant vous consulter.

Témoignages

J'ai pu trouver un refuge et une écoute précieuse après mon agression.

Quand on apprend que son enfant veut changer de genre, on est perdu et on a besoin de repères.

Contact

