

Sommaire

1. Nos meilleurs voeux !

2. Soirée à thème le 23 janvier 2006 ⇒ ⇒ ⇒ *INVITATION*

3. Conférences récentes:

- Enfants vivant avec la maladie psychique d'un parent (un film de BICEPS)
- Relations familiales et schizophrénie (par le Dr Pedro Gonçalves)

4. Autres dates à retenir

5. Relations

- CORAASP (Coordination romande des associations d'action en santé psychique)
- Collectif « CROQUE-MYTHES »
- Schizo-Espoir, Alsace
- Département de psychiatrie adulte, Genève

6. Cotisations 2006

7. Informations diverses

8. Vous pouvez recevoir le bulletin du RELAIS par email !



1. Meilleurs vœux !

Michel Bajettini et tous les membres du comité tiennent à vous présenter leurs meilleurs vœux pour 2006. Que cette nouvelle année apporte à tous, proches et patients, courage et espoir ! Que ces fêtes de Noël et de fin d'année se passent dans la joie et la paix !

Nous tenons à remercier tous nos membres, ainsi que les généreux donateurs qui ont soutenu notre action, et notamment les nombreuses communes genevoises qui nous ont aidés financièrement. Nous allons continuer à faire de notre mieux en 2006, pour faire avancer les choses le plus possible dans le domaine de la santé psychique. Cela commence à bouger, ce n'est pas le moment de faiblir !

La santé psychique est influencée par des facteurs biologiques, psychologiques, sociaux et économiques. Elle est l'affaire de tous, celle des individus et celle des collectivités.

Saviez-vous que :

- 20 à 25 % de l'ensemble de la population, soit environ 1'500'000 personnes en Suisse, souffrent chaque année d'une maladie psychique correspondant à un diagnostic reconnu.
- Une personne sur deux souffre une fois dans sa vie, plus ou moins longuement, d'une maladie psychique.
- En Suisse, 1'300 personnes se suicident chaque année.

Vous personnellement, comment prenez-vous soin de votre équilibre psychique ?

Que pourriez-vous faire dans votre famille, votre école, votre entreprise, votre groupement sportif, socioculturel ou politique pour promouvoir une meilleure santé psychique ?

Merci de partager avec nous cette préoccupation.

Texte de la CORAASP

2. Soirée à thème

INVITATION

LUNDI 23 janvier 2005 à 19h00

« L'organisation du Département de psychiatrie à Genève et son réseau social et associatif »

salle Rachel Carson
Maison des Associations
15, rue des Savoises

par Mme Véronique Giacomini, responsable des pluri-professionnels de la santé du département de psychiatrie et Mme Ariane Zinder, conseillère psycho-sociale à Pro Mente Sana

La clinique de psychiatrie et ses nombreux pavillons, la Clinique d'accueil, d'urgences et de liaisons psychiatriques (CAULP) à l'Hôpital cantonal, les consultations des différents secteurs, les Centres de thérapies brèves, les foyers, les centres de jour, les services sociaux et associatifs qui travaillent avec eux ... C'est souvent difficile pour les proches de savoir **à qui s'adresser**, dans quel service demander et/ou donner des informations concernant le parent malade. Mmes Giacomini et Zinder nous proposeront un petit tour guidé de ces institutions qui devra nous aider à nous réperer dans cette «jungle».

3. Conférences récentes

« **Un secret trop lourd à porter** », film documentaire réalisé par l'association Le BICEPS, soulève le problème des enfants dont un parent souffre de maladie mentale. Le BICEPS a été créé en 2001 dans le but d'accueillir ces jeunes (enfants jusqu'à 30 ans) afin de leur permettre d'exprimer leur souffrance, de pouvoir les rassurer et leur expliquer tout ce qui concerne la maladie. Le film montre tout ce que peut représenter ce vécu pour un enfant et on insiste sur le fait que l'enfant n'y est pour rien, qu'il ne doit ni avoir honte, ni culpabiliser, mais que c'est important pour lui de pouvoir en parler à quelqu'un qui le comprendra et pourra lui expliquer comment faire pour vivre au mieux avec le parent malade.

Pour plus d'information sur ce film, que RELAIS a présenté le 29 septembre dernier, consulter notre site web:

<http://www.lerelais.ch/film-un-secret.html>

b) **Les relations familiales et la schizophrénie** : Le Dr Pedro Gonçalves de la Consultation des HUG de la Servette nous a parlé des approches familiales, dites psycho-éducatives ou systémiques, de la maladie psychique. Ces approches sont basées sur le constat que les groupes sociaux ont beaucoup d'importance sur le développement de la personne. La famille étant la cellule de base pour la croissance, les apprentissages, la santé ou la maladie, il faut donc utiliser la force de la thérapie familiale comme ressource pour la guérison.

Plus d'information sur cette conférence, que Le RELAIS a organisé le 7 novembre dernier, se trouve sur notre site web:

<http://www.lerelais.ch/goncalves.html>

4. Autres dates à retenir

Groupe de soutien (ou groupe "de paroles") : Réunion tous les 15 jours sauf les jours fériés, soit : ⇒ **le lundi à 19h 00** à notre local situé dans la Maison des Associations au 15, rue des Savoises

Prochaines dates:

lundi 19 décembre 2005
lundi 09 janvier 2006
lundi 23 janvier 2006 –
soirée à thème (voir
encadré, p.2)

lundi 6 février 2006
lundi 20 février 2006
lundi 6 mars 2006
lundi 20 mars 2006

5. Les relations de RELAIS

◇ **Avec la CORAASP** (Coordination **romande** des associations d'action en santé psychique): Notre association a demandé l'adhésion à cette association faîtière romande. Elle a été créée en 1999 dans le but d'encourager la coordination, l'échange, le partage et la solidarité entre ses associations-membres. Elle regroupe des proches des personnes souffrant de maladie psychique, des personnes atteintes par la maladie et professionnels de santé.

L'adhésion sera effective lors de l'assemblée générale du printemps; cependant, nous avons participé le 7 novembre dernier à une journée de réflexion à Yverdon sur les axes principaux du travail de la CORAASP en 2006.

Comme point de départ de la réflexion, des questions sur les besoins actuels ou futurs, des personnes souffrant de troubles psychiques et leurs proches, qui ne trouvent pas de réponses satisfaisantes, et sur les attentes de la communauté, de la société et des politiques dans le domaine de la santé psychique.

Visitez le site web de la CORAASP: <http://www.coraasp.ch/>

◇ **Avec le Collectif « CROQUE-MYTHES »** : C'est notre association qui a lancé l'idée d'une campagne romande de **déstigmatisation de la schizophrénie**. Notre idée allait dans le même sens que celle des "Journées francophones de la schizophrénie", qui tentent d'informer le public sur cette maladie, avec une distinction importante: nous voudrions essayer d'atteindre un maximum de personnes en utilisant les moyens de communication de masse dans toute la Suisse romande.

Afin d'avoir une identité claire auprès des autorités et des éventuels sponsors de cette campagne, les différentes associations romandes qui se sont réunies pour la préparer, se sont constituées en collectif le 23 novembre dernier. Deux représentants du RELAIS font désormais partie du comité du nouveau collectif.

« **CROQUE-MYTHES** », terme accrocheur et ludique, évoque les nombreux mythes ou fausses idées qui circulent autour de la schizophrénie et que nous voudrions faire tomber. Le message principal de la campagne, qui débutera en mars 2007 (pour coïncider avec les Journées francophones) est: **La schizophrénie est une maladie qui se soigne et se gère.**

Pour en savoir plus, demander le dossier de la campagne de déstigmatisation par email - info@lerelais.ch , par téléphone ou par courrier.

◇ **Avec l'association Schizo-Espoir, Alsace** : Nous collaborons depuis quelques années avec cette association française, surtout dans le cadre des Journées francophones de la schizophrénie qu'elle a lancées. Le 20 octobre dernier, nous avons participé à une journée de formation organisée par Schizo-Espoir à Rouffach, Alsace, sur le **programme Profamille**. Avec nous, Marie-Josée Durak, infirmière en psychiatrie (consultation Servette),

qui anime nos groupes de soutien (de paroles) ainsi que le programme de Profamille à Genève.

Ce programme, créé au Canada en 1988, aide les proches à faire face à la maladie et à développer des habiletés. *Pour en savoir plus, voir notre site web:* <http://www.lerelais.ch/profamille.html>

♦ **Avec le Département de psychiatrie adulte, Genève** : Nous avons été invités par le département à assister à une conférence pour les professionnels donnée par deux infirmiers canadiens sur le programme ACT (Suivi intensif en équipe). Cette conférence faisait suite aux conférences données ces deux dernières années par le SIM (Suivi intensif dans le milieu) de Lausanne et ERIC (Équipe rapide d'intervention de crise) de la région parisienne. Un même but est poursuivi: explorer des formes différentes **d'interventions de professionnels de la santé mentale hors des murs de la psychiatrie.**

Le public cible visé par ce type de programme: les patients peu ou pas collaborants, à qui les structures hospitalières ou ambulatoires classiques n'apportent pas la réponse adéquate (hospitalisations à répétition, pas ou peu de prise de médicaments, isolation sociale, problèmes de drogues, d'alcool...).

Cela nous a permis de mieux comprendre le fonctionnement d'un tel programme, et de poursuivre notre discussion avec le Département de psychiatrie sur la mise en place de quelque chose de semblable à Genève.

Bénévoles à Belle-Idée : Les associations de patients et de proches ainsi que le département de psychiatrie adulte se sont mis d'accord pour lancer un essai de visites de bénévoles (appelés visiteurs associatifs) dans une des unités de Belle-Idée. Cet essai s'est déroulé d'octobre à décembre, et trois membres du comité de RELAIS y ont participé.

Le rôle de ces visiteurs est d'offrir aux personnes hospitalisées une possibilité de dialogue avec une personne extérieure à l'établissement et d'informer les patients sur les associations de patients et de proches. Au terme de cet essai, un bilan sera établi et une décision prise sur la suite à donner, et sous quelle forme, à ces interventions de bénévoles en milieu hospitalier. Nous vous tiendrons informés de ce qui aura été décidé.

6. Cotisations 2006

Pour les membres du Relais :

En cette fin d'année, nous vous envoyons un bulletin de versement pour vous acquitter de votre cotisation 2006, qui n'a pas changé depuis bien longtemps soit:

50 CHF pour une personne
70 CHF pour un couple

Notre situation financière est problématique, aussi avons-nous besoin du soutien de tous pour continuer à faire fonctionner l'association. Comme vous le savez, nous sommes tous bénévoles et oeuvrons avec beaucoup de plaisir, mais la continuelle recherche de fonds demande un investissement qui est au détriment des buts poursuivis par notre association.

Tout don supplémentaire, même modeste, sera donc le bienvenu.

Ceux qui n'auraient pas acquitté leur cotisation 2005, peuvent le faire en même temps, sur le même bulletin, en précisant "Cotisation 2005 et cotisation 2006".

7. Informations diverses

- Une ressource précieuse pour les proches de personnes souffrants de troubles psychiques, **le carnet "Troubles psychiques. Carnet d'adresses genevois"**, publié en 2002 par le GREPSY (Groupe de réflexion et d'échange en santé psychique), a été récemment mis à jour. Vous pouvez télécharger la nouvelle édition à <http://www.grepsy.ch/> ou nous en demander un exemplaire.
- Un service du RELAIS, le **Groupe contacts-loisirs** (pour les personnes souffrant de maladies psychiques) existe depuis de nombreuses années déjà. Réunissant actuellement un douzaine de participants âgés de 25 à 55 ans et animé par M. Dominique Diétrich, ce groupe se réunit deux fois par mois, le mardi à 18h, à la Maison de quartier des Eaux-Vives.

Le programme d'activités est déterminé d'avance avec les participants. En 2006, il comprendra des sorties cinéma, théâtre, concert et restaurant, des soirées cuisine et photos, des jeux de société, le bowling et la pétanque, et des ballades.

La participation à ce groupe est gratuite, mais chacun paie son dû pour les sorties, etc. Pour en savoir plus et/ou pour participer, prière de contacter M. Diétrich: tél.: 022 738 47 59.

8. Vous pouvez recevoir le bulletin du RELAIS par e-mail !

Nous vous proposons de recevoir dorénavant le bulletin du RELAIS par e-mail plutôt que par la poste. Cela nous permettrait d'épargner du temps et de l'argent. Si vous êtes intéressé par cette nouvelle possibilité, veuillez nous adresser un message dans ce sens à : info@lerelais.ch Nous vous remercions de votre collaboration.

Je désire recevoir dorénavant le bulletin du RELAIS par email.

Mon nom/prénom:

Mon adresse :

.....

Mon adresse email:

