



Le Relais

association de soutien
aux proches de personnes
souffrant de troubles psychiques

Association LE RELAIS

Maison des Associations

15, rue des Savoises

1205 Genève

Tél. 022.781 65 20

www.lerelais.ch

info@lerelais.ch

CCP : 12-10369-9 ou

BCGE : k 3206.97.45

Au sommaire :

1. Entre confinement et dé-confinement

2. Les dates à retenir

3. Sur les chemins de la collaboration

4. Un hommage

5. Partagez l'espoir!

6. Soutenez notre association!

* * *

1. Entre confinement et dé-confinement

Selon les mesures annoncées par le Conseil fédéral sur l'assouplissement prévu aux activités des associations, l'équipe du Relais a pu reprendre ses activités normales après la "pause confinement".

La première rencontre du Groupe de parole/soutien depuis le 30 mars a eu lieu le 29 juin; les réunions suivantes ont eu lieu les 13 et 27 juillet et le 24 août.

Les personnes vivant avec un trouble psychique ont été confinées comme tout le monde: quelques-unes chez elles ou en famille, d'autres dans leurs foyers ou lieux de soins. Dans plusieurs entretiens individuels, que nous avons repris à partir de la mi-juin, certaines personnes nous ont dit que leurs proches atteints avaient assez bien vécu ce confinement; qu'ils appréciaient même le fait que d'autres ont dû observer les mêmes limites qu'eux, sentiment que nous pouvons bien comprendre!

Nous avons pu continuer notre permanence téléphonique et, à défaut de pouvoir recevoir des proches en entretiens présentsiels, nous avons pu les écouter, répondre à leurs questions et leur donner des informations et conseils par téléphone.

Notre assemblée générale 2020 a pris une forme bien particulière. Elle a eu lieu le 18 juin "à distance". C'est à dire que tous les éléments constitutants ont été envoyés à nos membres sous forme écrite. Un bulletin de vote à remplir faisait partie de ce texte afin de permettre aux membres de voter sur les différents points et décisions. Un quorum de membres nous ont retournés leurs votes d'approbation/abstention/désapprobation *a posteriori* et celles-là ont été notées dans le procès-verbal de l'Assemblée.

Deux bulletins, les numéros 68 de mars et 69 de juin, ont été envoyés aux membres et publiés sur notre site internet.

Comme les activités de nos partenaires, — services, institutions et associations engagés à Genève dans le domaine des troubles psychiques — ont aussi été interrompues par le confinement, notre collaboration avec ceux-ci a été forcément très limitée pendant cette période, mais a pu heureusement redémarrer en août.

2. Les dates à retenir

Groupes de soutien (ou "de parole") : réunion tous les 15 jours sauf les jours fériés, soit : les lundis à 19h00, à notre local situé dans la Maison des Associations au 15, rue des Savoises. Les prochaines réunions du Groupe auront lieu **les lundis 21/09, 19/10, 02/11, 16/11, 30/11 et 14/12**. Depuis quelque temps, des soignants participent aux groupes un lundi sur deux; l'opportunité d'échanges est très appréciée aussi bien par les proches que par nos invités. Si cela est possible, nous projetons de proposer à des soignants des CAPPis de venir en tant qu'invités aux réunions du groupe.

La projection d'un film sur l'expérience d'une personne touchée par la maladie psychique — présente à cette soirée — accompagnée d'un exposé du Professeur Jean-Michel Aubry, Chef du Département de Psychiatrie des HUG, sont au programme pour **le lundi soir, 5 octobre à 19h30. Voir l'invitation jointe à ce bulletin.**

3. Sur les chemins de la collaboration

Nous aimerions dans ce bulletin vous parler de notre collaboration avec l'association Pro Mente Sana, qui a pour mission principale de défendre les personnes souffrant de troubles psychiques. De son côté, Le Relais a pour but de soutenir les familles et les proches des personnes concernées par la maladie psychique. Deux champs d'action différents et cependant complémentaires.

Notre synergie principale réside dans une démarche formative nommée PSYFOR destinée à sensibiliser les intervenants sanitaires et sociaux face aux différents troubles psychiques. C'est ainsi que plusieurs fois par année, en partenariat avec d'autres associations membres de PSYFOR, quelques-uns de nos membres actifs témoignent en tant que proches et présentent Le Relais à des étudiants en médecine et en psychologie.

C'est une occasion de sensibiliser les futurs professionnels en santé mentale à l'importance d'intégrer les proches aidants EN TANT QUE PARTENAIRES dans la prise en soins des personnes concernées.

En effet, dans nos entretiens et nos groupes de soutien, nous entendons trop souvent les proches exprimer leur déception et leur révolte d'être si rarement entendus et souvent si peu considérés. Ceci, malgré que la Direction de la Psychiatrie adulte souhaite clairement donner davantage de place à l'approche systémique qui intègre la famille et les proches.

Aviva et Fabienne

4. Hommage à Yvonne Allemann

Cofondatrice, donatrice et membre d'honneur du Relais, Yvonne Allemann nous a quittés. Ceux et celles qui l'ont connu au sein de notre association penseront à elle avec admiration et gratitude.

C'était au début des années 1980 qu'Yvonne Allemann a fait la connaissance de Marlyse Giarini. Ces deux dames avaient chacune un enfant souffrant d'une problématique mentale et/ou psychique. Madame Giarini était essentiellement axée sur les besoins et se posait la question, toujours d'actualité aujourd'hui : «Que va devenir mon proche quand je ne serai plus là ?». La grande préoccupation de Madame Allemann portait sur l'éducation car elle voulait que son fils, malgré son handicap, reçoive ce qu'on appelait à l'époque « de l'instruction ». Elle souhaitait que cette instruction soit adaptée aux difficultés de son fils et qu'il puisse aussi participer activement à des loisirs.

Pour la petite histoire, Yvonne Allemann hébergeait à l'époque un grand acteur de théâtre qui était également violoncelliste et professeur au Conservatoire Populaire de Musique. Son fils jouait du piano, la fille de Mme Giarini jouait de la flûte et avec un autre musicien violoniste, ils ont ainsi formé un quatuor qui se produisait régulièrement dans des petites salles dont la Maison de Quartier de St-Jean.[...]

Au milieu des années '80, Marlise Giarini pour Genève, Madeleine Pont pour Vaud et Monique Pasche pour le Jura ont recherché ensemble des idées pour mobiliser, rassembler, animer, informer, déstigmatiser la maladie psychique, faire cesser la discrimination et respecter le droit des patients. Tout cela, axé sur de belles valeurs telles que la solidarité, l'entraide et l'amitié.

A Genève, c'était Marlise Giarini, Yvonne Allemann et Claude Taillard qui cherchaient et oeuvraient à créer une association dont la mission serait de renseigner, de diriger vers les personnes susceptibles d'aider à trouver des solutions concrètes, d'apporter une aide morale et de créer un espace de dialogue entre parents par la transmission d'expériences. Et c'était grâce à leurs efforts conjoints qu'une association pour les proches/familles de personnes atteintes de troubles psychiques — LE RELAIS — est née en février 1989.

Depuis, Madame Allemann est toujours restée en contact avec notre association et a continué à la soutenir tout au long de sa vie. Sa vision, sa détermination et sa générosité nous resteront en tant qu'exemple.

Le Comité du RELAIS

5. Partagez l'espoir!

Vous êtes "un/e proche", membre du Relais? La situation de la personne qui vous est proche et qui vit avec un trouble psychique s'est stabilisée, voire s'est sensiblement améliorée? Cela fait un moment que vous n'avez pas participé à un de nos groupes de parole/soutien? Alors, ce message vous est adressé.

Quand notre proche va mieux, que sa santé s'est améliorée, que l'urgence est passée et que des solutions ont été trouvées, c'est clair que nous, les proches/familles, sommes soulagés. Nous n'avons plus autant besoin de chercher des pistes, des conseils, de trouver de la compréhension auprès d'autres proches.

Cependant, beaucoup de proches/familles qui assistent à nos groupes de parole/soutien bimensuels sont en grande difficulté.

C'est pourquoi nous souhaiterions ardemment que vous veniez de temps en temps à une réunion du groupe. Entendre un proche qui, parfois, a vécu des années de "galère" avec leur proche malade et qui, aujourd'hui, témoigne qu'"il/elle va beaucoup mieux" peut

donner de l'ESPOIR à ceux/celles qui ne voient pas encore le bout du tunnel. Et s'il vous est difficile de venir en personne, pourriez-vous nous envoyer un petit témoignage écrit qui décrit cette évolution positive et son effet sur votre vie?

Les dates des prochaines réunions du groupe de parole/soutien sont affichées en début de bulletin. Nous nous réjouissons à vous y accueillir!

6. Cotisations et dons au Relais

Avez-vous peut-être pendant cette période très particulière oublié de payer votre cotisation 2020? Si c'est le cas et si vous souhaitez que Le Relais continue à s'occuper des proches de personnes vivant avec un trouble psychique, nous vous serions gré de la payer maintenant!

Le Relais vit en grande partie grâce aux cotisations. Les membres de votre comité sont tous bénévoles, sans aucun salaire, ni indemnité. Ainsi, vos cotisations, dons et autres subventions permettent de faire face aux frais de l'association : loyer du local, frais administratifs, de conférences.

Merci de verser votre cotisation 2020 au moyen du BVR ci-joint (CHF. 60.- par personne / CHF. 80.- par couple). Pour celles et ceux qui souhaitent nous faire des dons, ils sont évidemment toujours les bienvenus ! Merci à toutes et à tous !

Nous avisons certains membres par e-mail quand le dernier bulletin est disponible sur notre site web. Pour ces personnes, Voici les coordonnées de notre compte :
Association Le Relais - 1205 Genève, CCP 12-10369-9.

Association Le Relais
Maison des Associations
15, rue des Savoises
CH-1205 Genève
Tél. 022/781 65 20; Fax: 011/781 65 21
Email: info@lerelais.ch; site web: www.lerelais.ch
CCP: 12-10369 ou BCGE: k 3206.97.45