



Association LE RELAIS
Maison des Associations
15, rue des Savoises
1205 Genève
Tél. 022.781 65 20 www.lerelais.ch
info@lerelais.ch

Au sommaire :

- 1. Nouvelles internes du RELAIS**
- 2. Alliances thérapeutiques au service du rétablissement**
- 3. Le Plan de Crise Conjoint – PCC**
- 4. Les EPI – Projet : La Vision 2022**
- 5. La Bibliothèque humaine**
- 6. Cotisations et dons au Relais**



***Que 2023 vous apporte, à vous et à vos familles,
de l'amour, de la joie et du soutien !***

1. Nouvelles internes du RELAIS

A la fin d'une année vouée à nos services/prestations et activités ainsi qu'à de multiples collaborations avec nos partenaires du réseau socio-médical genevois, votre équipe se réjouit de partager des nouvelles de votre association avec vous !

Nos services/prestations réguliers – permanence téléphonique, entretiens privés en présentiel, réunions bimensuelles de notre Groupe de Soutien et maintien de notre site Internet – ont bien fonctionné pendant toute l'année et nous ont permis d'apporter notre aide aux proches et aux familles qui ont besoin d'écoute, de partage, de soutien et de conseils.

Le 30 mai, une quarantaine de nos membres et amis ont assisté à notre Assemblée Générale. Notre rapport d'activités 2021, accessible sur notre site Internet, a été mis à disposition de nos membres sur place.

Pendant l'année 2022, nous avons eu de nombreux échanges avec le Département de psychiatrie adulte des HUG lors des réunions du département avec les associations, avec l'Equipe mobile de psychiatrie de l'adulte et avec les cadres en addictologie.

En ce qui concerne nos relations extérieures, Le Relais a participé aux travaux de la Commission Consultative des Proches Aidants (CCPA), organe étatique, où nous essayons d'attirer plus d'attention sur les handicaps **psychiques**, et de la Commission Cantonale d'Indication (CCI), autre service public auquel sont adressées les demandes de lieux de vie pour les adultes en situation de handicap.

Le Relais est membre de la CORAASP, une association faîtière active au niveau de la politique sociale et de la santé, qui représente les intérêts des personnes souffrant de handicaps psychiques et de leurs proches auprès des partenaires publics et privés en Suisse romande et de la Fédération genevoise des associations de personnes handicapées et de leurs proches (Fégaph).

Le Relais collabore avec PSYFOR, association qui participe aux cours de futur-e-s professionnel-le-s dans le but de les rendre attentifs au rôle des proches et des associations d'entraide autogérées tel que Le Relais. Nous participons parfois également aux cours donnés par le Collège du Rétablissement de Genève (CRG).

Fête de fin d'année le 12 décembre 2022

Rencontres et retrouvailles chaleureuses ont marquées notre fête de fin d'année 2022.

La troupe « Les Antidépresseurs » nous a offert un spectacle émouvant intitulé « *Laissez-nous aimer* », très apprécié par tous !

Après un buffet copieux, nos convives – proches, personnes concernées et professionnels - ont écouté les chansons entraînantes magnifiquement accompagnées par le pianiste, arrangeur et enseignant Olivier Grimm avant de casser la marmite d'Escalade !





Olivier Grimm



2. Alliances thérapeutiques au service du rétablissement

Ce texte a été élaboré par Aviva Dattel et Antonio Lafranchi et présenté oralement par Mme Dattel à la table ronde de la 6ème Journée Sociale à Belle-Idée le 14 novembre 2022.

« Lorsque j'ai commencé à réfléchir sur la manière dont j'allais présenter le point de vue des proches et leur rôle dans le rétablissement du patient-e, un collègue du RELAIS m'a posé la question de savoir ce que représentait pour moi le mot « alliance ».

C'est là, que nous nous sommes rendu compte que nous avons une représentation très différente de la mise en œuvre concrète de « l'alliance » dans le contexte des soins psychiques. Pour accorder nos points de vue, nous nous sommes tournés vers la définition du Robert que je me permets de vous citer : « Union contractée par un engagement mutuel ».

Puis, nous nous sommes intéressés à la définition de « l'alliance thérapeutique » qui est un concept clinique qui permet d'appréhender les aspects non spécifiques et les facteurs communs de la relation thérapeutique.

Je représente ici l'association LE RELAIS. Ce concept devrait devenir à nos yeux, incontournable, lors de la prise en charge des pathologies de nos proches.

Il existe bien sûr des situations dans lesquelles des patients ne veulent aucun contact avec leurs proches ou des familles peu adéquates dans leur fonctionnement avec la personne concernée. Mais, ce que nous pouvons constater dans les récits de la plupart des parents qui viennent nous voir, c'est que de manière générale, les soignants, dans leur processus thérapeutique, n'accordent que peu de valeur

au vécu des proches avec la personne concernée. Il n'y a que très rarement une véritable alliance thérapeutique.

Il est pourtant reconnu que c'est une cohérence et une collaboration de tous les intervenants, chacun-e dans leur fonction, qui donne les meilleurs résultats. Pour que l'union ait lieu, il faudrait idéalement une mise en commun des savoirs.

Or, il existe par un consensus communément admis, une hiérarchie du savoir qui implique une suprématie du savoir médical. Mais l'hospitalisation ne dure qu'un temps et ensuite le patient, la patiente, retourne dans son milieu communautaire.

Les proches, eux, possèdent l'expérience du vécu avec le ou la patiente et c'est ce qui devrait compléter le processus de soins. Les proches connaissent l'environnement coutumier de la personne et si l'objectif du rétablissement est d'aller dans le sens du projet de vie comme va l'expliquer Kriss Nagalingum (infirmier en psychiatrie aux HUG), il faut que l'entourage soit partie prenante ; cad qu'il faut s'accorder sur un objectif commun et le concrétiser chacun avec ses moyens pour aller dans le même sens.

Par exemple : l'historique de vie du patient est en partie détenu par les proches et cette connaissance transmise aux soignants permettrait de favoriser le lien avec le ou la patiente-e. Ou encore : Institutionaliser un partage d'objectifs autour du souhait du patient. Ceci nécessite des réunions formelles tripartites qui devraient figurer dans le cahier des charges des soignant-e-s.

En général, ce sont plutôt les proches qui sollicitent les soignants. Mais, répondre aux questions ou s'occuper des éléments pratiques, ou encore, répondre à des demandes d'entretien n'est pas suffisant pour mener à bien un véritable processus commun. Or, il existe actuellement (car cela n'a pas toujours été le cas) non seulement une recrudescence d'attention sur la notion de proches-aidants mais aussi, une réelle tendance de la part des responsables des HUG à tenir davantage compte des proches. C'est évidemment un processus appelé à évoluer et c'est bien dans ce sens que je comprends qu'à lieu cette 6ème journée sociale. »

3. Le Plan de Crise Conjoint – PCC

Chers lecteurs-lectrices, voilà un grand projet - et, en même temps, une grande nouveauté - auquel LE RELAIS est associé depuis quelques mois : le PCC – Plan de Crise Conjoint.

Qu'est-ce que c'est au juste ? Le PCC est un document de deux pages qui consiste à permettre aux personnes concernées par un trouble psychique (nos proches) d'identifier les signes avant-coureurs et les facteurs déclenchants d'une décompensation ou d'une crise. La rédaction du PCC est une démarche volontaire et commune entre la personne concernée par le trouble psychique, un-e professionnel-le et, si souhaité par la personne concernée, un-e proche.

Cette démarche commune constitue à nos yeux un véritable changement de paradigme du fait de la prise en compte – enfin, formalisée - du désir et des besoins, de la personne concernée. Par exemple, le PCC décrit les soins et les traitements à éviter ou à privilégier en cas de crise.

L'équipe de professionnels soignants qui a introduit ce nouveau concept dans les cantons de Vaud (leader de la phase d'expérimentation) et de Genève a créé un site Internet excellent : www.plandecriseconjoint.ch/ que nous vous recommandons de visiter.

Sur le canton de Genève, le PCC est en train d'être introduit/diffusé à de nombreux niveaux de soins, tels que les Unités à Belle-Idée, les Centres Ambulatoires de Psychiatrie et de Psychothérapie Intégrées (CAPPI) et les résidences spécialisées dans l'accueil des personnes concernées.

Le PCC est un complément non obligatoire aux Directives anticipées*. Comme vous le savez, LE RELAIS favorise tout ce qui peut améliorer la qualité de vie des personnes concernées et de leurs proches. Des représentants du Relais seront amenés à témoigner lors des formations en cours à Genève.

* *Les Directives anticipées sont l'expression écrite par avance par une personne concernée au sujet des mesures médicales qu'elle/il approuve ou refuse. Cette démarche est volontaire et non-obligatoire. Ces directives permettent aussi aux médecins de prendre plus facilement des décisions difficiles tout en évitant aux proches de devoir s'interroger sur ce qu'aurait voulu la personne concernée.*

4. Les EPI – Projet : La Vision 2025



Nous tenons à vous rendre compte d'un remarquable projet lancé par les EPI (Etablissements Publics pour l'Intégration – www.epi.ge.ch), intitulé « La Vision 2025 » pour, je cite : « Être une force de propositions et un modèle de réponses aux besoins des personnes en situation de handicap ou en difficulté d'insertion ».

Pour être précis, nous reprenons une partie du texte qui explique les objectifs de la direction des EPI avec cette initiative et qui vise à donner un maximum de sens à leurs actions : « Porteuse d'ambition, cette vision témoigne du fort engagement des EPI de s'adapter quantitativement et qualitativement aux évolutions prévisibles de ces prochaines années dans les domaines des handicaps et de la réinsertion professionnelle. Elle se déploie concrètement autour d'objectifs et de projets ».

Il y a en fait 16 sous-projets (ateliers de réflexion) autour de quatre Valeurs, quatre Postures et quatre Axes prioritaires, où l'aspect pratique joue un rôle central.

Deux membres du bureau du RELAIS participent à l'un des sous-projets, le « Groupe collaboratif », qui se réunit pour élaborer un document cadre, *un recueil*

de bonnes pratiques en matière de collaboration entre le personnel des EPI, les usagers et les proches/les familles.

La présentation de ce recueil de bonnes pratiques est prévue dans la première moitié de 2023. Nous aurons l'occasion d'en reparler.

5. La Bibliothèque Humaine

Cet évènement a eu lieu le samedi 8 octobre 2022, au Musée d'Ethnographie de Genève (MEG) entre 13h30 et 17h00. En effet, le MEG a mis à la disposition d'un collectif d'associations genevoises sa magnifique bibliothèque pour y accueillir, l'espace d'un après-midi, un évènement exceptionnel : La Bibliothèque Humaine complétée par des Cercles d'Ecoute.



Pour rappel, cet évènement était organisé dans le cadre de la Journée Mondiale de la Santé Mentale (fixée, elle, le lundi 11.10.2022), en collaboration avec la Coraasp (association faîtière romande d'action en santé psychique (www.coraasp.ch)). Chaque canton romand avait prévu un programme ; pour Genève c'était donc la Bibliothèque Humaine.

De quoi s'agit-il ? Au lieu d'emprunter un livre, le lecteur « emprunte » une personne qui va, pendant 30 minutes, témoigner d'une tranche de sa vie, de son vécu, de son expérience, en référence à sa proximité vis-à-vis de la santé psychique.

Les 12 « être-livres » qui s'étaient inscrits (dont notre présidente Aviva Dattel et Antonio Lafranchi, membre de notre comité) devaient donner un titre et une brève description de leur récit de vie. Il y avait également des pairs-aidants*.

Personne parmi les organisateurs ne s'attendait à ce qui allait se passer : un véritable succès ! Une foule de gens se sont bousculés pour avoir accès aux témoignages des « êtres-livres ». Plusieurs visiteurs n'ont pas pu avoir la possibilité d'un échange avec l'un d'eux. En moyenne, chaque « être-livre » a été « emprunté » six fois dans le temps imparti. Pas de pose entre les rencontres, comme cela était pourtant prévu.

Le professeur Stefan Kaiser, médecin-chef de la psychiatrie adulte à Genève, a pris la parole pour clôturer l'après-midi et a souligné l'importance de ce genre d'évènement pour contribuer à changer le regard et les idées reçues sur les personnes vivant des situations de vulnérabilité psychique.

Vu son succès, le concept de la Bibliothèque Humaine sera peut-être repris dans un cadre différent. Nous vous tiendrons informés.

** Le/la pair-aidant/e est une personne vivant, ou ayant vécu, un trouble de santé mentale qu'il/elle a en grande partie surmonté. A partir de son expérience de la maladie et de sa compréhension de son propre processus de rétablissement, il/elle aide ses pairs à surmonter les obstacles et à identifier ce qui les aide à se rétablir.*

6. Cotisations et dons au Relais

Auriez-vous oublié de payer votre cotisation **2022** (60.- CHF par personne et 80.CHF par couple) ? Cela peut nous arriver à tous !

Et c'est déjà le moment de vous acquitter de votre cotisation annuelle 2023 aux nouveaux montants décidés lors de notre dernière assemblée générale (CHF 70.- p.pers et CHF 90.- par couple)

Bien que tous les membres de notre équipe animent votre association à titre bénévole, Le Relais **a besoin de votre soutien financier pour vivre** : pour assumer le coût du loyer de notre local, les frais administratifs, la location des salles de conférences, les assemblées générales et les fêtes, la publication de notre bulletin !

C'est pourquoi nous nous permettons ce petit rappel. Et c'est aussi la raison pour laquelle nous apprécions beaucoup l'effort de celles et ceux qui nous versent leurs cotisations annuelles de façon régulière !

Pour faciliter votre tâche, vous trouverez ci-après toutes les QR-factures à scanner pour le paiement des cotisations et/ou dons. Vous choisirez celle qui vous correspond.

P.S. Vous pouvez scanner la facture QR-code appropriée et la payer avec Ebanking. Vous pouvez également imprimer la facture et la payer à la Poste.

Récapitulé

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Payable par (nom/adresse)



Monnaie	Montant
CHF	60.00

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie	Montant
CHF	60.00

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Informations supplémentaires
cotisation individuelle 2022

Payable par (nom/adresse)



Récapitulé

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Payable par (nom/adresse)



Monnaie	Montant
CHF	80.00

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie	Montant
CHF	80.00

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Informations supplémentaires
cotisation couple 2022

Payable par (nom/adresse)



Récapitulé

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Payable par (nom/adresse)



Monnaie	Montant
CHF	70.00

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie	Montant
CHF	70.00

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Informations supplémentaires
cotisation individuelle 2023

Payable par (nom/adresse)



Récapitulé

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Payable par (nom/adresse)

┌

└

Monnaie	Montant
CHF	90.00

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie	Montant
CHF	90.00

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Informations supplémentaires
cotisation couple 2023

Payable par (nom/adresse)

┌

└

Récapitulé

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Payable par (nom/adresse)

┌

└

Monnaie	Montant
CHF	

Point de dépôt

Section paiement



Monnaie	Montant
CHF	

Compte / Payable à
CH11 0900 0000 1201 0369 9
Association Le Relais
Rue des Savoises 15
1205 Genève

Informations supplémentaires
DONS

Payable par (nom/adresse)

┌

└

Association LE RELAIS
Maison des Associations
15, rue des Savoises
1205 Genève
Tél. 022 781 65 20
www.lerelais.ch
info@lerelais.ch