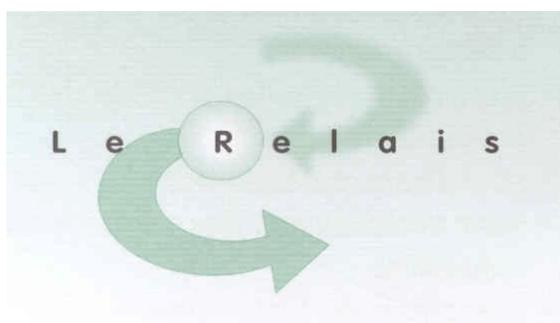


## **Sommaire**

- 1. Vœux de Noël**
- 2. Psychiatrie adulte : réorganisation des secteurs**
- 3. Conférences, récentes et prochaines**
- 4. Un nouvel espace de dialogue**
- 5. RELAIS: les dates à retenir**
- 6. Cotisations 2008**



Maison des Associations  
15 Rue des Savoises, 1205 Genève  
Tél. 022 781 65 20 ; Fax 022 781 65 21  
e-mail : [info@lerelais.ch](mailto:info@lerelais.ch)      site web : [www.lerelais.ch](http://www.lerelais.ch)

## 1. MEILLEURS VOEUX POUR 2008

L'année 2007 a été riche en événements.

La bataille contre la révision de l'AI, qui, si elle n'a pas été gagnée, a néanmoins obligé beaucoup de monde à se pencher sur cet épineux problème.

Le 1<sup>er</sup> octobre a marqué l'entrée en fonction de l'Equipe mobile d'intervention dans le milieu, tant attendue par de nombreuses familles et par notre association, et qui joue déjà un rôle important. Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont oeuvré à cette création, tout particulièrement le Pr Ferrero, le Dr Huguelet et M. Boulguy, ainsi que M. Engelhorn. Merci aussi à la Dresse Borrás qui dirige cette nouvelle équipe.

Nous préparons actuellement deux nouveaux dépliants destinés aux proches : l'un concernant la première hospitalisation à Belle-Idée, l'autre pour aider à mieux gérer les moments de crises en donnant quelques conseils et adresses utiles.

Je remercie les membres du Relais, les communes, les donateurs anonymes qui, grâce à leurs cotisations et dons, permettent à notre association de poursuivre son activité.

Je tiens à remercier également, au nom du comité, tous les responsables de la psychiatrie adulte, avec lesquels nous avons d'excellents contacts, et qui nous aident à mieux faire connaître notre association, à mener à bien et à soutenir nos diverses activités.

**A tous, je souhaite d'excellentes fêtes de fin d'année et une très bonne année 2008 et espérant pour tous, patients, proches et soignants, qu'elle vous soit profitable.**

Michel Bajettini

## 2. Psychiatrie adulte : réorganisation des secteurs

Nous vous informons des changements suivants au secteur 2 des services ambulatoires du département de psychiatrie adulte des HUG, ainsi que de la création d'un centre ambulatoire de psychiatrie pour les personnes âgées :

- **Le CTB (Centre de thérapies brèves) du secteur 2 – Jonction** (dès le 17 septembre 2007)  
Ancienne adresse : 10, rue des Epinettes, 1227 Carouge  
Nouvelle adresse : 35, rue des Bains, 3<sup>e</sup> étage, 1205 Genève  
Nouveaux numéros de téléphone et fax : Tél. 022 809 82 40 ; Fax 022 809 82 89
- **La Consultation de psychiatrie générale du secteur 2 – Jonction** (dès le 26 septembre 2007)

Ancienne adresse : 16-18, Bd St Georges, 1205 Genève  
Nouvelle adresse : 35, rue des Bains, 3<sup>e</sup> étage, 1205 Genève  
Nouveaux numéros de téléphone et fax : Tél. 022 809 82 30 ; Fax 022 809 82 89

- **Le Centre Ambulatoire de Psychiatrie et Psychothérapie de l'Âge (CAPPA)** (créée le 16 octobre 2007)  
Adresse : 10, rue des Epinettes, 1227 Carouge  
Tél. 022 304 49 00 ; fax : 022 304 49 49  
Ce nouveau centre regroupe des activités de
  - la Consultation ambulatoire de psychiatrie gériatrique (anciennement au 12ter, rue des Epinettes)
  - l'Hôpital de jour de la psychiatrie gériatrique (anciennement au bâtiment les Cèdres, Belle-Idée)
  - dès le 5 novembre 2007, quatre lits de crise.

### 3. Conférences de Relais

#### PROCHAINES CONFÉRENCES :

- « **La contrainte en psychiatrie (admission non volontaire, chambre fermée) : dialogue avec les proches** », présidée par le Dr P. Rey-Bellet, chef de secteur des HUG. Cette conférence aura lieu le 18 février 2008, à 19h, Salle Zazie Sadou, Maison des associations, sous forme d'une **table ronde** où **les proches auront la possibilité de donner leur point de vue.**

Cela est très important, car nous sommes confrontés aux aléas du quotidien avec un proche en souffrance, nous sentant souvent impuissants face aux symptômes, troubles du comportement et conséquences, mais aussi avec le désir que notre proche soit bien traité, retrouve sa liberté de penser et d'agir.

- Dans le cadre des « Journées francophones de la Schizophrénie 2008 », notre association organise deux conférences, qui auront lieu le jeudi 3 avril à l'Auditorium Marcel Jenny à l'Hôpital cantonal. La soirée commencera à 18h30 avec des allocutions du président de Relais, M. Michel Bajettini, de M. Bernard Gruson, directeur général des HUG, et de M. Pierre-François Unger, conseiller d'Etat, en charge du Département de l'Economie et de la Santé. Ces allocutions seront suivies par les deux conférences :

A 18h45 : conférence de la Dresse Aurora Venturini, médecin adjoint, Unité de crise/adolescents : « **Menace et séduction de la stigmatisation à l'adolescence. (Péril et soulagement pour les soignants et pour les patients.)** »

Et à 20h15 : « **Schizophrénie, stigmatisation et soins de santé.** » conférence du Pr Norman Sartorius, ancien directeur de la Division de santé mentale de l'OMS, ancien président de l'Association mondiale de psychiatrie et de l'Association européenne de psychiatrie ; président de l'Association pour l'amélioration des programmes de santé mentale.

## CONFÉRENCES RÉCENTES

" **Psychose et cannabis : quelles possibilités thérapeutiques ?** " (8 octobre 2007), conférence donnée par Mme D. Besançon-Quélenec et M. C. Pouvreau, infirmiers en psychiatrie au sein du programme JADE, Département de psychiatrie, HUG.

La consommation de cannabis atteint des proportions inquiétantes chez les jeunes ; son usage est encore plus fréquent chez les patients psychotiques. Mme Quélenec nous dit qu'un consensus existe que le cannabis

- précipite la psychose chez les personnes vulnérables,
- exacerbe les symptômes et
- aggrave le pronostic de la maladie (rechutes et hospitalisations plus fréquentes).

Face à cette tranche d'âge, « faire la morale » rompt le dialogue ; le concept du projet « Psychose et cannabis » mené dans le cadre du programme JADE cherche à **maintenir le dialogue** afin d'informer sur les dangers du cannabis. Ce projet s'inscrit dans un **cadre thérapeutique groupal** d'un service spécialisé dans la prise en charge de la psychose débutante.

« Pour que notre propos soit didactique et adapté aux difficultés liées à la psychose, il nous fallait tenir un langage simple et concis. Passer une information claire dans un cadre structuré mais non menaçant fut notre mot d'ordre », nous explique Mme Quélenec.

Un **support audiovisuel** a été préparé ; des diapositives présentent en premier lieu un questionnement, puis des éléments de réponse : leurs illustrations sont de couleurs vives empreintes d'humour. Des spots opposent le mythe largement répandu de produit naturel et inoffensif à la réalité des effets négatifs, sous forme de témoignages recueillis auprès des jeunes consommateurs réguliers qui racontent des expériences de « bad trip », de troubles de la mémoire et des capacités d'apprentissage, de problèmes relationnels... Lors de la seconde séance, on exploite des extraits d'un reportage où des jeunes décrivent leur décompensation psychotique suite à un usage précoce et régulier du cannabis, suivie du processus de rémission.

Un regard pratique sur ce projet après un an de travail révèle que **le support et le groupe** ont été deux atouts majeurs. La formule multimédia « capte indubitablement l'attention des jeunes (...) et constitue un excellent secours pour soutenir l'attention très souvent déficitaire des patients encore symptomatiques ».

*Un compte-rendu plus complet de cette conférence se trouve sur notre site web :*  
[http://www.lerelais.ch/projet\\_aliz\\_publication.pdf](http://www.lerelais.ch/projet_aliz_publication.pdf)

\* \* \*

"**Communiquer autrement selon la méthode de communication non violente de Marshall Rosenberg**" (19 novembre 2007) de Madame Laurence Courvoisier, formatrice d'adultes.

Mme Courvoisier nous a donné des pistes pour communiquer plus facilement avec notre proche. Ces pistes sont basées sur le travail de Marshall Rosenberg. Disciple de Carl Rogers, Rosenberg a travaillé sur l'écoute centrée sur la personne et a testé ses théories dans beaucoup de pays et de cultures différents.

Il a observé qu'avec des personnes en difficulté, le mode de communication basé sur le raisonnement, les recommandations ou le désir de distraire n'est pas toujours approprié. Il a testé un mode de communication au niveau des besoins.

En quoi cela consiste-il ? Mme Courvoisier nous explique qu'avant de parler, on vérifie ce qui se passe en soi-même, et cela à quatre niveaux :

- 1) l'observation = description objective d'un événement ;
- 2) le sentiment = un « voyant rouge » qui indique le besoin. Note : Il faut trouver les bons mots pour l'exprimer, par exemple, « Je me sens seul et triste », et non « Je me sens rejeté » ;
- 3) le besoin identifié ;
- 4) la demande (aussi concrète et précise que possible).

Après avoir vérifié et exprimé ce qui se passe en soi-même, on regarde ce qui se passe chez l'autre : « Qu'est-ce qui t'habite ? » Prendre le temps de suivre cette démarche n'est pas une perte de temps mais aide à établir **un lien** avec l'autre. Cela ouvre un espace de reconnaissance mutuel et permet de communiquer d'une façon plus claire et plus authentique.

Au lieu d'émettre des critiques ou des reproches, il faut donc prendre le temps d'écouter nos propres sentiments, besoins et demandes d'abord. Après, il faut écouter et reconnaître ceux de l'autre (et lui en « donner quittance »), même si on ne peut pas satisfaire sa/ses demande/s.

*Voir : « Les mots sont des fenêtres (ou des murs) : une introduction à la communication non-violente » de Marshall Rosenberg, traduction 1999, Jouvence Editions, CP 143, CH-1233 Bernex.*

Plus d'information sur le site [Passeportsanté.net](http://www.passeportsante.net)

[http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=communication\\_non\\_violente\\_t](http://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=communication_non_violente_t)

#### **4. Une table ouverte à tous**

Espace où la parole s'échange dans la convivialité, **Co'errance** est une initiative proposée depuis septembre 2004 à Genève par Elise, Béatrice et Charles. Chaque 1<sup>er</sup> mardi, et chaque 3<sup>e</sup> samedi du mois, on peut se rencontrer autour d'une table de café-restaurant pour dialoguer librement sur différents sujets. Une équipe bénévole expérimentée dans le domaine de la santé psychique favorise la parole libre sans thème défini, ainsi que la relation entre les participants.

Chaque 1<sup>er</sup> mardi du mois entre 18h et 21h à La Bagatelle, place des 22 Cantons, près de la Gare.

Chaque 3<sup>e</sup> samedi du mois entre 9h et 11h30 au San Rémo, place des Eaux-Vives.

#### **5. RELAIS : les dates à retenir**

**1. 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.

En 2007

## **INVITATION**

**Lundi 17 décembre 2007** aura lieu le **dernier groupe de soutien de l'année**. Le comité vous propose ce jour-là **un moment récréatif** avec une petite collation sous forme de buffet canadien entre 19h et 21 h à notre local habituel. Nous espérons vous voir nombreux à ce moment de détente ; vos contributions au buffet seront les bienvenues également !

En 2008

lundi 7 & 21 janvier  
lundi 4 & 18 février\*  
lundi 3, 17 & 31 mars  
lundi 14 & 28 avril  
lundi 19 mai  
lundi 2, 16 & 30 juin  
lundi 14 & 28 juillet  
lundi 11 & 25 août  
lundi 11 & 25 septembre  
lundi 8 & 22 octobre  
lundi 3 & 17 novembre  
lundi 1 et 15 décembre

**2. Conférences** (voir détails sous la rubrique « Conférences »)

*\*le 18 février 2008 : « La contrainte en psychiatrie (admission non volontaire, chambre fermée) : dialogue avec les proches », présidée par le Dr Rey-Bellet, chef de secteur des HUG. 19h, Salle Zazie Sadou, Maison des associations.*

*le 8 avril 2008 : , «Menace et séduction de la stigmatisation à l'adolescence. (Péril et soulagement pour les soignants et pour les patients.) », conférence donnée par la Dresse Aurora Venturini, médecin adjoint Unité de crise/adolescents. 18h45, L'Auditorium Marcel Jenny, à l'Hôpital cantonal.  
et « Schizophrénie, stigmatisation et soins de santé. », conférence du Pr Norman Sartorius, ancien directeur de la Division de santé mentale de l'OMS. 20h15, Auditorium Marcel Jenny, Hôpital cantonal.*

**3. Groupe contacts-loisirs : programme 2008**

Ce service créé par Le Relais offre à nos proches l'opportunité de se retrouver tous les mardis en 15 à la Maison de quartier des Eaux-Vives dès 18h pour passer ensemble des heures de convivialité au cours de repas, de jeux de société, de sorties, de concerts, cinéma, théâtre, bowling, etc., selon un programme établi annuellement par l'organisateur, M. Dominique Dietrich. Voici le programme pour 2008 :

08 janvier	Soirée cuisine / invitation aux amis
22 janvier	Restaurant / fondue aux Bains des Pâquis
19 février	Soirée cuisine / musique/ vos instruments
04 mars	Pique-nique / cinéma
18 mars	Soirée cuisine / jeux + puzzles
01 avril	Pique-nique / cinéma
15 avril	Soirée cuisine / fondue chinoise
29 avril	Pique-nique/ balade
13 mai	Soirée cuisine / vos spécialités
27 mai	Sortie sur le lac en bateau
20 juin	Grillades / pétanque

## **6. Cotisations 2008**

### **Pour les membres du Relais :**

En cette fin d'année, nous vous envoyons un bulletin de versement pour vous acquitter de votre cotisation 2008 qui n'a pas changé depuis bien longtemps soit:

50 CHF pour une personne  
70 CHF pour un couple

Ceux qui n'auraient pas acquitté leur cotisation 2007, peuvent le faire en même temps, sur le même bulletin, en précisant "Cotisation 2007 et cotisation 2008".  
Nous vous remercions d'avance de votre soutien.

\* \* \*