

Association romande pro mente sana

Sommaire

- Actualités PMS
- Informations diverses
- Agenda des manifestations
- Publications qui nous ont été signalées

1. Actualités PMS

La fusée Ariane a décollé vers la planète Retraite!

Durant ses 23 ans en tant que responsable du Conseil psychosocial de Pro Mente Sana, Ariane Zinder-Jeheber a été une source constante d'impulsion créative. Sa capacité à sortir des sentiers tout tracés, couplée à une créativité sans limite, a largement contribué à ce que PMS soit un incubateur de projets innovants et originaux. Ariane ne s'est jamais contentée de suivre le courant, elle a toujours su s'appuyer sur sa propre pensée et créer des nouveaux chemins, faisant d'elle une véritable pionnière dans de nombreux domaines en Suisse romande.

Dans l'inclusion et la participation des personnes concernées, pendant que certain·es réalisaient des recherches, des analyses et des études, elle créait en 2010, avec Esther Hartmann, psychologue chargée de projet à PMS, un atelier "Recovery : les chemins du rétablissement". Puis, l'année suivante, elle co-anima, avec une personne qui avait suivi son atelier, un nouvel atelier destiné à d'autres personnes. Ainsi, elle mit en action et donna à incarner le métier de pair-e praticien-ne en santé mentale à une époque où personne ne connaissait ni ne parlait de ce terme en Romandie. Ariane fut la première à donner un véritable rôle d'expertes aux personnes concernées et à reconnaître la valeur de l'expérience du savoir du vécu. Elle valida ainsi l'expertise et l'expérience en tant que savoir unique et complémentaire du savoir professionnel. Complémentarité et partenariat, deux notions fortes qu'Ariane incarna durant ses vingt-trois années à PMS.

Son dynamisme et sa positivité ont été des moteurs essentiels dans les chemins de rétablissement de nombreuses personnes. Ariane est une magicienne, toujours des solutions de sa boîte à outils, là où d'autres voyaient des impasses. Sa force est de toujours voir le bon côté des choses, le bon côté de toutes les personnes et de toutes les situations. Chaque projet piloté par elle était imprégné d'une énergie et d'une vision unique qui reflétaient son incroyable capacité à voir au-delà des évidences.

Parmi les projets qu'elle a initiés, nous pouvons relever :

- Le Conseil et la Permanence psychosociale
- Payfor (dès 2006, puis la création de l'association et du film en 2009)
- Les ateliers du Recovery (dès 2010)
- Les ateliers du recovery en co-animation avec un·e pair·e (dès 2012)
- La Permanence PMS par des pair·es praticien·es en santé mentale

La bienveillance d'Ariane a marqué chacun·e ayant collaboré avec elle. Ariane a toujours pris le temps d'écouter, de guider et de soutenir ses collègues et les personnes concernées qui ont travaillé avec elle.

Partenariat : plus qu'un simple mot, une incarnation. Ariane est capable d'aborder et de discuter avec un·e médecin chef·fe de service ou avec une personne concernée, avec la même générosité, la même spontanéité et la même sincérité.

Grâce à ses compétences relationnelles et à sa vision, grâce à son absence de préjugés et à sa bienveillance, Ariane a participé à la progression des droits des personnes concernées, de la reconnaissance de leur expertise et de leur rétablissement.

Alors qu'elle entame ce nouveau chapitre de sa vie, nous voulons lui exprimer notre gratitude la plus profonde pour toutes ces années de dévouement. Son apport et sa participation au réseau genevois en santé mentale est inestimable.

Nous te souhaitons, chère Ariane, une retraite aussi enrichissante et passionnante que le furent tes années parmi nous. Que cette nouvelle phase de ta vie soit remplie de bonheur, de santé et, bien sûr, de continues aventures créatives.

Avec toute notre affection et notre reconnaissance,

Yahann Jaggi, pour PMS et pour toutes les personnes concernées qui ont eu la chance de croiser Ariane sur leurs chemins.

Save the date : Pro Mente Sana et l'ORCEP participent à la journée mondiale de la santé mentale ce jeudi 10 octobre !

QUI EST NORMAL-E-X ?

Le jeudi 10 octobre, rejoignez-nous pour la soirée unique dédiée à la santé mentale ! Rencontrez des personnes directement concernées par les illégités psychiques et explorez des univers qui éveilleront votre conscience. Un moment fort pour échanger, s'informer et comprendre.

La soirée se déroulera :

- Le jeudi 10 octobre 2024
- De 16h00 à 23h00
- Au pavillon ADC
- Place Beatriz-Consuelo, 1206 Genève

Découvrez le programme de la soirée :

- Dès 16h : stands de sensibilisation et animations interactives par les membres du Collectif Santé Mentale Genève
- 18h : « Écoute, j'ai un truc à te dire... », par la troupe des Antidépresseurs
- 20h45 : Apéritif
- 21h30 : « Le trango des miroirs », par Alexandre De Besse et Radhia Chapot-Habbes

L'entrée est libre, sans inscription.

Cet événement est organisé par les institutions et associations genevoises engagées pour la santé mentale, dans le cadre de la Semaine de la santé mentale de la République et Canton du Genève.

Pour plus d'info : <https://csmge.ch>

#SantéMentale#CollectifSantéMentaleGenève

QUI EST NORMAL-E-X?

JEUDI 10 OCTOBRE 2024
16h00 - 23h00 Pavillon ADC
Place Beatriz-Consuelo, 1206 Genève

Programme

- 16h00 Stands de sensibilisation et animations par les membres du Collectif Santé Mentale Genève
- 18h00 «Écoute... J'ai un truc à te dire...», pièce de théâtre par la troupe des Antidépresseurs
- 19h30 Les voix intérieures», performance par le Théâtre ANOU
- 20h45 Apéritif
- 21h30 «Le tango des miroirs», allégorie théâtrale par Alexandre De Besse et Radhia Chapot-Habbes

«Écoute... J'ai un truc à te dire...»: une balade, sur le mode burlesque, dans le paysage social et psychiatrique de Suisse romande plus loin par la maladie psychique.

«Le tango des miroirs»: une succession de récits introspectifs inspirés par la quête de se rencontrer soi-même.

«Les voix intérieures»: une pièce de théâtre qui explore les luttes invisibles de la santé mentale à travers des monologues, des danses et des interactions poignantes, révélant la quête de soi dans notre société contemporaine.

Mise en ligne de la brochure *Témoignages de Recovery 2 – Récits de rétablissements en santé mentale et Les troubles bipolaires. Comprendre la maladie et trouver de l'aide* (version actualisée 2024)

Le Recovery ne se veut pas une thérapie alternative. Il ne nie pas la maladie, ni l'efficacité voire la nécessité de certains traitements quand ils sont pertinemment administrés, qu'ils soient psychothérapeutiques ou médicamenteux. Mais il attire notre attention sur le fait crucial que les personnes ne peuvent et ne doivent pas être réduites à leurs troubles.

En 2012, PMS éditait une première brochure intitulée *Témoignages de Recovery – Récits de rétablissements en santé mentale*. Une nouvelle édition de cette brochure, enrichie de treize nouveaux témoignages de personnes ayant vécu une expérience de troubles psychiques et s'étant rétablies, vient de paraître et est disponible en ligne sur le site de PMS.

Vous pouvez aussi commander cette brochure en envoyant un mail à brochures@promentesana.org en indiquant vos nom, prénom et l'adresse à laquelle vous souhaitez la recevoir. Pour les envois en nombre, les frais d'emballage et de port seront facturés.



pro mente sana

Sortie de la réédition de la brochure *Les troubles bipolaires. Comprendre la maladie et trouver de l'aide* (version actualisée 2024)

Bien que le terme « troubles bipolaires » soit généralement familier au grand public, les connaissances liées à ces troubles demeurent souvent superficielles. Le but de cette brochure est de permettre à toutes et tous de découvrir ou d'approfondir les notions inhérentes à cette maladie: ses aspects, son vécu, les traitements découverts pour y faire face ainsi que son évolution possible. La brochure est disponible en ligne sur le site de PMS.



pro mente sana

2. Informations diverses

Vous êtes salarié·e aux poursuites et vous aimeriez que le versement de vos primes d'assurance maladie ainsi que de votre participation aux coûts obligatoires soit assuré?

Depuis le 1^{er} juillet 2024, le nouvel article 93 al. 4 LP vous permet de demander à l'office des poursuites (ci-après office) que le montant des primes et la participation aux coûts obligatoires (franchise et 100%) soient versés à l'office par votre employeur. Vous pouvez aussi demander que les factures de l'assureur arrivent directement à l'office. Déposée rapidement, cette requête ne donnera lieu à aucun émolument. C'est à vous de faire la requête mais l'office doit vous informer de cette possibilité par oral ou par écrit ; il se peut que l'information écrite figure tout simplement sur le procès-verbal de saisie. Les arriérés de prime sont exclus de ce mécanisme.

Pour une connaissance plus fine de cette nouveauté, vous pouvez consulter l'instruction n° 11 du 29 avril 2024 émise par la Confédération.

Traitement sous contrainte en droit de la famille

Quand on mentionne les traitements sous contrainte, on a coutume de penser aux mesures pénales (art. 56 CP) ou au traitement sans consentement durant un placement à des fins d'assistance (art. 434 CC). Or un lignon souvent que le traitement peut être forcé de façon détournée lorsque les relations d'un·e parent·e avec ses enfants sont conditionnées à un tel traitement, y compris médicamenteux.

Pour une illustration jurisprudentielle de ce phénomène voir : 5A 108/2024 du 20 juin 2024.

Que fait le canton de Vaud pour développer des alternatives à la contrainte en psychiatrie ?

Dans le canton de Vaud, la députée verte au Grand Conseil Sylvie Podio et consorts ont interpellé le Conseil d'État en mai 2024 afin de savoir si ce dernier avait « un plan de mise en oeuvre des alternatives à la contrainte » dans le domaine de la santé mentale. Le Conseil d'État a formulé sa réponse début août. Il se considère particulièrement attentif à cette question depuis une décennie et estime que de nombreux efforts ont été fournis dans le but « d'assurer un meilleur suivi des mesures de protection, y compris les placements à des fins d'assistance (PLAFA), et de renforcer le respect des droits des personnes concernées ». Pro Mente Sana et l'ORCEP ne manqueront pas de se mettre à disposition pour soutenir le renforcement des alternatives à la contrainte en psychiatrie en terre vaudoise, sur la base de l'expérience des personnes directement concernées, expérience dont le Plan stratégique du Département de psychiatrie (DP) et le CHUV prévoit la prise en compte.

Le texte de l'interpellation ainsi que que la réponse du Conseil d'État sont à lire ici.

Votre rente d'invalité a été calculée entre le 1^{er} janvier 2022 et le 31 décembre 2023 ? Il y a peut-être une erreur dans l'évaluation de votre revenu d'invalité !

Par un arrêt du 8 juillet (8C 823/2023 (d); communiqué de presse du 23.07.24 (fr)), le Tribunal fédéral (ci-après TF) désavoue l'article 26^{bis} alinéa 3 du Règlement sur l'assurance invalidité (RAI 831.201) dans sa teneur en vigueur jusqu'à fin 2023 et maintient la possibilité d'une déduction de 25% sur le salaire statistique.

À cet égard, il faut savoir que lorsque un·e assuré·e ne réalise aucun revenu d'invalité au moment de fixer le montant de la rente, l'Office de l'assurance invalidité (ci-après OAI) se fonde sur des valeurs statistiques (ESS enquête suisse sur la structure des salaires) pour établir théoriquement le revenu d'invalité.

L'article 26^{bis} alinéa 3 RAI en vigueur du 1^{er} janvier 2022 au 31 décembre 2023 permettait d'opérer une déduction de 10% à 20% maximum sur le salaire statistique ESS. La déduction a pu être de tenir compte de la situation particulière des personnes invalides qui n'ont, sur le marché du travail, que la perspective d'un salaire inférieur à la moyenne. Elle permet de prendre en considération les différents éléments pouvant influencer sur le revenu de l'activité lucrative : limitations liées au handicap, mais aussi à l'âge, aux années de service, à la nationalité/catégorie d'autorisation de séjour et au taux d'occupation. Grâce à cette opération de déduction, l'OAI peut se baser sur un salaire statistique qui ne soit pas impossible à réaliser par une personne atteinte dans sa santé.

Or, avant l'entrée en vigueur de l'article 26^{bis} alinéa 3 RAI au 1^{er} janvier 2022, la jurisprudence du TF permettait une déduction maximale de 25% (et non de 20% maximum) sur le salaire statistique ESS.

Dans cet arrêt du 8 juillet 2024, le TF estime que l'article 26^{bis} alinéa 3 RAI en vigueur du 1^{er} janvier 2022 au 31 décembre 2023, qui limitait la déduction à 10% respectivement 20%, n'était pas compatible avec le droit fédéral et que, par conséquent, sa jurisprudence antérieure à l'entrée en force de cette disposition devait continuer à s'appliquer.

La lettre circulaire AI n° 445 détaille les conséquences compliquées de cette jurisprudence.

Dès lors, si votre droit à une rente invalidité est né entre le 1^{er} janvier 2022 et le 31 décembre 2023 ou si votre rente a été adaptée à la suite d'une révision pendant cette période et que la décision n'est pas encore rendue, adressez-vous à l'OAI pour vérifier que votre revenu d'invalité soit correctement calculé.

Vous trouverez une communication complète d'Artias sur le sujet ici.

3. Agenda des manifestations

Un documentaire iranien sur l'amour en psychiatrie

« Un centre psychiatrique de Téhéran met en oeuvre un projet révolutionnaire : permettre le mariage entre patient·es. Ces femmes et ces hommes à la recherche de l'amour devront se confronter au préjugé de folie d'une société traditionaliste. Un film sensible et délicat sur les rapports intimes et sur la notion complexe de folie ».

Le centre culturel La ferme des Tilleuls à Renens projette « The Marriage Project » d'Alieh Attarzadeh et Hesam Eslami le **vendredi 11 octobre 2024 à 20h30**.

La séance est gratuite mais les réservations sont obligatoires :

<https://fermedestilleuls.ch/event/themariageproject/>

4. Publications qui nous ont été signalées

Livre :

Quand la fée électricité et le capitalisme inventaient l'insomnie avec la bénédiction de la Faculté... Roger Ekrich a publié en 2021 une étude historique sur le sommeil, autorisant à relativiser le caractère pathologique de nos insomnies.

Il semble que, jusqu'à la révolution industrielle, nous avions en commun avec nos ami·es à quatre pattes un sommeil dit biphasique ou fractionné. Ainsi, à un premier endormissement et son sommeil régénérateur succédait une phase d'éveil consacrée à la méditation, l'amour, la lessive, la discussion des rêves, ou encore, le chapardage au clair de lune. Puis nous repartiions pour un second sommeil, plus léger. L'éclairage artificiel qui prolonge les journées, les nécessités de la production industrielle et le rythme effréné de la vie moderne ont chamboulé le sommeil pour l'assigner à un horaire rigide : huit heures à consommer d'une traite. Nous entrons dans l'ère du sommeil consolidé. Parallèlement, les médecins des dernières années du XIX^e siècle se sont mis à considérer les éveils nocturnes comme anormaux. Et les publicités pour les pilules, boissons et autres séigns de repos ininterrompu de foisonner !

Et si on se calmait ? Et si les éveils nocturnes étaient moins le signe d'un dérangement personnel que le souvenir vivace d'un besoin brimé par la société ?

Vous cherchez un livre de chevet ? Roger Ekrich, *La grande transformation du sommeil. Comment la révolution industrielle a bouleversé nos nuits* (tra. de Jérôme Vidai). Éditions Amsterdam, 2021.

DEVENEZ MEMBRE DE PRO MENTE SANA OU FAITES UN DON

Vous n'êtes pas encore membre?

Vous vous intéressez à nos activités? Vous adhérez à nos valeurs? Vous avez envie de nous soutenir ? Ça tombe bien! Vous pouvez devenir membre!

Pour ce faire, envoyez un mail à membres@promentesana.org avec la mention "membre" en nous faisant part de votre intérêt et en précisant vos coordonnées complètes.

Vous êtes déjà membre?

Pour celles et ceux d'entre vous qui nous soutiennent déjà, vous pouvez d'ores et déjà renouveler votre cotisation! Nous vous en remercions d'avance.

Vous ne souhaitez pas devenir membre mais vous voulez nous soutenir? C'est aussi possible! Par votre soutien vous aidez notre association dans ses tâches dans la promotion de la santé mentale, défense des droits et des intérêts des personnes souffrant de troubles psychiques. Nous vous remercions de votre engagement.

Informations

Le prix des cotisations pour les membres s'élève à CHF 30.-/an pour les membres AI/AVS, et à CHF 50.-/an pour les membres ordinaires.

Pour davantage d'informations, n'hésitez pas à nous appeler au 0840 00 00 60 (tarif local) ou à nous envoyer un mail à info@promentesana.org

Coordonnées bancaires

CP: 12-126679-4
IBAN: CH24 0900 0000 1712 6679 4
Association romande Pro Mente Sana
Rue des Vollandes 40
1207 Genève

Un grand merci!



DEVENIR MEMBRE

NOUS SOUTENIR

Vous recevez ce mail car vous avez rejoint le newsletter du site avec l'adresse : Se.désinscrite pour ne plus recevoir de mails de notre part.

sent by infomaniak