



pro mente sana

juin 2004

# Lettre trimestrielle N° 24

## EDITO

Le présent numéro nous voit, de diverses manières, revenir sur une préoccupation de longue date : celle des conditions, pour les personnes souffrant de troubles psychiques, d'un réel et durable rétablissement. Car il en est du rétablissement comme de la maladie : on n'est – et ne devient – jamais malade ou guéri tout seul dans son coin, à l'écart du monde dans lequel on vit et des multiples relations, plus ou moins denses, que l'on entretient avec tout un réseau social.

Renvoyer – comme cherche à le faire le Département fédéral de l'Intérieur – la santé à une simple et exclusive affaire de responsabilité individuelle est à la fois court et déplacé. La santé ou la maladie – et encore ces notions restent-elles malaisées à définir – existent à un carrefour qui est celui de la rencontre entre la dynamique interne de l'individu concerné et les forces complexes du collectif qui l'entoure. De cette rencontre, parfois heurtée, naissent les conditions concrètes dans lesquelles s'élaboreront les parcours de vie des individus.

Ce qui revient à dire – et l'on comprend, évidemment, la tentation pour certains de nos gouvernants, d'esquiver la question – qu'il existe une responsabilité collective comparable à celle des individus dans la gestion de leur état de santé. Les débats en cours autour des projets de révision de l'assurance-invalidité se placent en plein dans cette dialectique. Vouloir redresser les comptes lourdement déficitaires de cette assurance sociale, soit, c'est louable et à vrai dire incontournable. Vouloir encourager la possible réinsertion, notamment professionnelle, des personnes souffrant de troubles psychiques invalidants, c'est là une action qui a insuffisamment été entreprise. Mais prétendre remettre en question l'obtention, pour une population sans autre ressource, d'un soutien central à leur dignité et à leur subsistance, voilà qui ne peut que générer en nous un vif souci.

Car les données sont là, qui révèlent sans contestation possible la péjoration de l'état de santé mentale de la

population de notre pays. Tous les indicateurs le démontrent. Et vouloir en rejeter la responsabilité sur les seuls individus fait l'impasse avec inélégance sur des choix de société qui, même s'ils apparaissent passivement subis, n'en sont pas moins des choix. Il n'y a pas de fatalité autre du durcissement invraisemblable des conditions de travail, du flot médiatique de négativité, du matraquage absurde de stéréotypes publicitaires tyranniques, de pertes de repères humanistes, d'avarice identitaire, de machinisme administratif que celle des choix collectifs que nous faisons – ou refusons de faire. Que ces stressors collectifs ne soient pas délibérément installés, c'est une évidence. Mais qu'ils soient installés, fût-ce à notre corps défendant, en est une autre, qui ne le cède en rien à la première.

Les personnes souffrant de troubles psychiques ne sont pas les victimes directes de ces dérives. Mais leurs trajectoires de vie s'inscrivent dans le paysage de celles-ci, et ne doivent pas en être isolées. Les conditions d'un rétablissement individuel durable passe par l'accès à des statuts sociaux dignes et respectés. Par la sensibilité du collectif à la réalité du vécu du psychisme humain, qui est que nul n'est à l'abri d'un état de souffrance incapacitant. Par la garantie de conditions de vie décentes et le respect des règles du jeu qui les attribue. Si les volontés d'économie (à nouveau, certes, légitimes) doivent conduire à des pratiques suspicieuses, tatillonnes et désincarnées à l'égard des personnes au bénéfice d'une rente AI pour fait de handicap psychique, alors le remède sera en définitive pire que le mal. ■

### Suite à un grave problème informatique,

nous avons perdu toutes les modifications apportées à notre fichier d'adresses entre octobre 2003 et avril 2004.

Si vous êtes concernés par cet incident, merci de bien vouloir nous en excuser et nous transmettre à nouveau les modifications requises.

*Au vu de l'été et des beaux jours qui s'annoncent, chacun a des envies de loisirs et de vacances... et même les personnes souffrant de troubles psychiques n'y échappent heureusement pas! Aussi avons-nous eu envie de donner la parole à la Fondation TRAJETS afin qu'elle vous présente leur crédo et leurs services... qui s'adressent à toutes les personnes intéressées en Romandie!*



**L**a **Fondation Trajets** propose divers programmes à des personnes âgées de 18 à 65 ans rencontrant des difficultés psychiques. Nous pensons que toute personne a le droit de choisir des loisirs qui lui correspondent. Le loisir et la notion de plaisir sont essentiels dans le développement de chacun. Il doit faire partie de la vie de tous citoyens sans discrimination sociale. L'accès aux loisirs favorise l'émergence de valeurs nouvelles, il est un moteur dans l'intégration. Trop souvent encore les personnes marginalisées ou souffrant de difficultés psychiques se trouvent exclues des activités de loisirs de la communauté.

La Fondation Trajets considère le loisir, l'occupation du temps libre comme un droit qui doit être protégé et qu'il faut promouvoir. La Fondation se doit donc d'être présente dans le domaine du temps libre pour aider les personnes affectées dans leur santé mentale à retrouver, par le biais du loisir, un rôle social valorisant et valorisé par notre société.

TLT, Trajets Loisirs Tourisme, organise diverses activités de loisirs, de sorties, mais aussi des voyages, des week-ends, des activités culturelles et sportives. Ces moments de détente sont mis en place avec un accompagnement adapté à chacun et sécurisant.

Durant les mois de juillet et août de cette année, des séjours en Normandie sont proposés

afin de découvrir cette belle région, mais l'intérêt peut être la visite d'une ville comme Londres ou un lointain pays comme le Japon. C'est au gré des envies que des propositions de voyages ou week-ends peuvent être mis en place. Ces projets de vacances peuvent être individuels ou en groupe et ils peuvent durer quelques jours ou plusieurs semaines. Durant le mois de septembre, c'est vers la Sicile qu'un groupe ira découvrir les richesses culturelles et culinaires de l'Italie. Toute personne peut mettre en place un projet en participant activement à sa réalisation.

Mais l'été se passe aussi à Genève et diverses activités sont proposées dans la région, que ce soit des ballades, des visites culturelles ou des activités festives telles que la fête de la musique et la participation aux fêtes de Genève.

TLT propose des activités sportives qui se déroulent tout au long de l'année telles que des balades à vélo, du bowling, de la course à pied ou de la gymnastique.

Un espace de permanence le mercredi de 16h à 18h30 est à la disposition de chacun afin d'échanger, de rencontrer et de partager des idées de voyages, de vacances, de sorties, d'activités culturelles ou sportives.

Cet espace se trouve au 9, rue de la Ferme à Genève. ■

## Un film documentaire sur le PSY-TRIALOGUE genevois

*La séance inaugurale du récent Congrès européen de psychiatrie (qui s'est déroulé du 14 au 16 avril dernier à Genève) aura vu un passionnant dialogue s'ébaucher entre soignants et associations de familles et d'usagers de la psychiatrie. Cette après-midi, consacrée à l'action de ces associations et aux possibles partenariats avec les institutions de soins, a réservé une place centrale à l'expérience du Psy-Trialogue.*

Le Dr Thomas Bock, professeur de psychologie à l'Université Eppendorf de Hambourg et co-fondateur de cette expérience, a présenté un survol de l'histoire du Psychose-Seminar et de ses implications. Son exposé a été suivi de la projection, en première, du film documentaire coproduit par Pro Mente Sana-Romandie sur l'expérience genevoise en cours depuis 1999.

Le documentaire est construit sur la trame de trois matériaux : celui d'une séance exceptionnelle filmée du Psy-trialogue, qui s'est déroulée le 21 janvier 2004. Le thème en était l'expérience personnelle des participants au cours des séances et ce qu'ils en avaient retiré. Une trentaine de personnes s'étaient portées volontaires pour venir évoquer ce vécu devant la caméra, au cours d'une séance respectant le déroulement habituel des ateliers de Psy-Trialogue à Genève.

Le film intègre également des séquences tournées à Hambourg en février dernier avec deux des trois co-fondateurs du Psychose-Seminar, Mme Dorothea Buck et le Dr Thomas Bock. Ceux-ci racontent comment l'idée est apparue. Mme Buck, une alerte octogénaire rayonnante de générosité et d'esprit, est une survivante des pires heures de la psychiatrie. Stérilisée de force en 1936 sur l'assomption que la schizophrénie dont elle souffrait était une tare incurable dont il fallait préserver la race aryenne, elle survécut ensuite à cinq crises psychotiques suivies d'autant d'hospitalisations. Suite à une prise de conscience que le vécu de la psychose était de même nature que celui du rêve, elle put vivre, depuis 1956, sans être réhospitalisée. Déçue de voir que les psychiatres qui avaient participé aux programmes d'euthanasie des patients psychiques à l'époque hitlérienne

étaient restées en place après la guerre, et qu'aucun réel examen de conscience collectif n'avait été fait à ce sujet, Mme Buck s'est activement impliquée dans l'émergence des mouvements d'usagers en Allemagne. D'après elle, la psychiatrie biologique moderne n'est pas très éloignée des visions eugénistes lorsqu'elle stipule que la schizophrénie est une maladie génétique incurable et réclamant des doses massives de médicaments plus ou moins abrutissants. La guérison et le rétablissement existent, affirme Dorothea Buck, et pour y accéder, il faut inévitablement transiter par le sens de l'expérience psychotique. Le patient a plus besoin de temps, de compréhension et d'échange avec des soignants ouverts à son vécu que seulement de médicaments!..

La troisième source du documentaire provient d'interviews réalisés avec plusieurs personnalités autour de l'expérience genevoise, dont les Pr François Ferrero et Gilles Bertschy, M. Alain Riesen ainsi que la modératrice, Mme Dominique Roulin.

Le tout est monté en un film d'une durée de 35 minutes qui permet à la fois de sentir et ressentir l'atmosphère d'une séance, entendre la voix des participants (patients et ex-patients, proches, professionnels) et les messages qu'ils adressent autour du vécu du trouble psychique, de prendre connaissance de l'historique de cette expérience et de cerner certains des enjeux en santé mentale qu'elle révèle. ■

Des copies du film peuvent être obtenues auprès de notre secrétariat au prix de 15.- sur support cassette VHS et de Frs 22.- sur DVD (prix de port compris).

Dans notre Lettre trimestrielle de janvier, nous vous avons annoncé la parution d'une brochure

### **«TROUBLES PSYCHIQUES, CARNET D'ADRESSES GENEVOIS» à l'intention de personnes concernées.**

Cette brochure a connu un franc succès. Le GREPSY a donc décidé de mettre en ligne sur Internet ces informations, qui seront tenues à jour. Elles peuvent dorénavant être consultées à l'adresse suivante :

**[www.promentesana.org/~grepsy](http://www.promentesana.org/~grepsy)**

### **SOIREE « RETABLISSEMENT » à GENEVE**

Pro Mente Sana-Romandie organisera le mardi 22 juin une soirée thématique consacrée au thème du rétablissement en santé mentale. Présentant les dernières recherches portant sur les déterminants des processus de rétablissement, ce séminaire donnera également la parole à des personnes concernées impliquées dans des associations d'entraide ainsi qu'à des professionnels oeuvrant sur le terrain.

En seconde partie, le film documentaire sur le Psy-trialogue sera projeté, apportant la démonstration de comment des formes de débat participatif peuvent soutenir les forces de rétablissement individuelles et collectives.

#### **SOIREE GRATUITE OUVERTE A TOUTES ET A TOUS**

Le mardi **22 juin 2004 de 19h à 21h30**, à l'Université Ouvrière de Genève, auditoire Berenstein (juste derrière la gare CFF de Cornavin)

### **TROUBLES PSYCHIQUES**

#### **«Petit guide à l'usage des proches lors d'une admission à l'hôpital psychiatrique» : l'édition valaisanne sort de presse !**

Ce projet, qui s'inspire du dépliant édité à Genève par l'association de proches Le Relais et Pro Mente Sana, a été révisé et adapté à la situation valaisanne par un quatuor de partenaires composé de :

L'association EMERA, les groupes d'entraide valaisans en santé psychique, les institutions psychiatriques du valais romand (IPVR) et Pro Mente Sana.

Publié grâce au soutien de l'organe de répartition valaisan de la Loterie Romande, ce guide peut être commandé auprès de chacun des organismes partenaires.

De nouvelles adaptations de cette brochure devraient voir le jour prochainement dans les cantons de Fribourg et de Neuchâtel.

#### **Lettre trimestrielle de l'Association romande Pro Mente Sana**

40, rue des Vollandes – 1207 Genève – Tél: 022/ 718 78 40 – Fax: 022/ 718 78 49 – CCP 17-126 679-4  
Courriel: [info@promentesana.ch](mailto:info@promentesana.ch)