

## ASSOCIATIONS EN SUISSE

troubles psychiques

-----  
**Le Relais:** Intégrée au réseau genevois de santé mentale, elle réunit les proches/familles de personnes atteintes de troubles psychiques pour les aider à affronter et surmonter leurs difficultés.

Nous répondons à vos appels le lundi et le vendredi de 14h30 à 17h. +41 022 / 781 65 20

Si vous téléphonez en dehors de ces heures, vous pouvez nous laisser un message. Nous vous rappellerons dès que possible.

-----  
**Si vous aimeriez parler de votre situation** en détail et/ou savoir comment Le Relais peut vous aider, venez discuter avec un membre de notre comité en entretien individuel.

Nous recevons les familles/proches de personnes souffrant de troubles psychiques en accueil personnalisé à notre local à La Maison des Associations, 15 rue des Savoises, rez-de-chaussée, sur rendez-vous uniquement.

Tél au +41 (0)22 781 65 20

ou email [info@lerelais.ch](mailto:info@lerelais.ch)

Par la suite, vous serez le/la bienvenu/e à notre > groupe de soutien/paroles qui se réunit une fois toutes les deux semaines et offre écoute, compréhension, partage et information.

### Groupe de parole:

**Le groupe se réunit pour offrir un lieu d'écoute**, de compréhension et de partage, même durant la période estivale. Il reste un lieu privilégié d'entraide et de soutien. Un lundi sur deux à 19h.

-- Comment vivre avec une personne psychotique (connaître la maladie, ne pas tout accepter, savoir mettre des limites);

-- Ne pas se culpabiliser;

-- Reprendre confiance en sa compétence de parent; chercher du soutien autour de soi;

-- Comment avoir de meilleurs contacts avec le personnel soignant...

> Lundi 4 février

> Lundi 18 février avec comme invitée Mme Sandrine Pilleul, responsable au Racard

> Lundi 04 mars

> Lundi 18 mars avec comme invitée Mme Sandra Carlucci, de l'association Trajectoires

[http://lerelais.ch/?page\\_id=319](http://lerelais.ch/?page_id=319)

### Sorties:

-- mardi 12 FÉVRIER dès 18h30 à la buvette de la patinoire de Carouge pour une fondue Apéro offert par LE RELAIS Inscriptions: par sms ou mail : [nafalk65@gmail.com](mailto:nafalk65@gmail.com)

Tél. 0763434155 ou 0768215423

-- dimanche 31 MARS FONDATION GIANADDA

Exposition Ordrupgaard: Degas, Cézanne, Monet...

[http://lerelais.ch/?page\\_id=3759](http://lerelais.ch/?page_id=3759)

**Associations de soutien aux proches/familles** de personnes souffrant de trouble psychiques (Suisse, Europe, dans le monde)

[http://lerelais.ch/?page\\_id=319](http://lerelais.ch/?page_id=319)

### Evénements

**Organisation : Association Parole;**

[www.associationparole.ch](http://www.associationparole.ch) ; 022 781 43 08 - Lieu : Rue du Vieux-Billard 1, 1205 Genève

Genève: ateliers citoyens sur la contrainte en psychiatrie

> Je. 31 janvier, 18h30 : Efficacité, productivité, rentabilité : une pression normative exercées sur les individus. Avec Yahann Jaggi et Niamh Fahy, paires praticiennes en santé mentale.

> Ma. 12 février, 18h30 : Communication et relations entre patients et hôpital psychiatrique. Avec Pascale Isoz Louvrier, Association des Conseillers Accompagnants.

> Lu. 4 mars, 18h30 : Mesures de contraintes en santé mentale, quelles conséquences pour la société ? Avec Shirin Hatam, juriste, Pro Mente Sana.

-----  
à ré-écouter (22 janvier) sur les ondes de RFJ

**La psychiatrie sans contrainte est-elle imaginable?** Comment gérer les tensions lorsqu'un patient souffre dans sa santé mentale ? Comment les professionnels en milieu psychiatrique peuvent-ils agir sans blesser le patient et les membres de sa famille ? Un sujet qui fait débat depuis de nombreuses années, le but étant de trouver des alternatives à ces contraintes. Ateliers Citoyens Romands  
Les soins commencent par le respect du patient !

### L'Association Parole

-----  
Accueil: 1, rue du Vieux-Billard – 1205 Genève  
Tél.: 022 781 43 08

Cette association fait partie du réseau genevois et romand d'aide à la santé et à l'intégration de personnes souffrant de troubles psychiques. Elle existe et œuvre dans le domaine de la santé mentale depuis 1998, offrant des prestations psychosociales complémentaires au réseau associatif genevois et à la prise en charge psychiatrique proposée par les unités de soins hospitalières.

L'Association Parole soutient une vision humaniste, intégrative et participative des personnes concernées par la maladie psychique, dans un contexte urbain, économique et social toujours plus exigeant.

Elle poursuit sa recherche vers des solutions psychosociales nouvelles qui prennent en compte les capacités d'autonomisation et de créativité des utilisateurs, leurs demandes et leurs besoins.

“La Parole dans tous ses états”, la revue des utilisateurs de l'Association Parole  
<http://www.associationparole.ch/>

-----  
**l'Association Parole, à Genève**, amène des réponses psychosociales à la question identitaire du rentier pour troubles psychiques. Si notre pensée institutionnelle se trouve fort éloignée du modèle prédominant de « la maladie », ce n'est pas le cas pour la plupart des « malades » psychiques, donc de nos utilisateurs. Ils sont enfermés dans une forme de dépendance et de loyauté avec le système psychiatrique. Ils sont éduqués à la maladie et se pensent en termes de déficiences et de défaitisme. Envahis par la peur d'aller bien, de la crise maniaque, de la perte possible de leur rente, familiers des attitudes condescendantes, en manque de psychothérapie, engourdis par les médicaments, ils affichent la souffrance et la déception comme une obligation.

<http://www.associationparole.ch/>

Document PDF :

[http://www.do-ge.ch/uploads/1/3/9/9/13993272/reiro\\_2016.pdf](http://www.do-ge.ch/uploads/1/3/9/9/13993272/reiro_2016.pdf)

-----  
**LE GREPSY - Groupement de réflexion et échange en santé psychique.** Plénières une fois par mois

Grepsy - c/o Le Relais - Maison des associations  
15 Rue des Savoises - 1205 Genève

Association de proches de personnes souffrant de schizophrénie - rompre l'isolement et favoriser les contacts entre les proches de malades schizophrènes ; soutenir les proches, les accompagner et les conseiller ; permettre aux proches de dialoguer, en toute liberté et sans jugement ; informer les proches sur la maladie ; encourager la formation des proches ; approfondir les connaissances sur la maladie, se tenir au courant des recherches scientifiques sur la maladie et les encourager ; sensibiliser et informer le public sur la maladie ; développer et entretenir un partenariat avec les professionnels et les institutions psychiatriques ; collaborer avec des associations, groupements et institutions ayant des objectifs semblables.

<http://www.grepsy.ch/>

-----  
**Le psytrialogue**

**pour se familiariser avec et les troubles psy**

Valoriser l'expérience personnelle

Partager son expérience de rétablissement et la rendre fertile en s'enrichissant de celle des autres

Echanger sans différence de statut entre proches, professionnels et personnes concernées <http://www.psytrialogue.ch/>

**Cabinet de Consultation Collaborative**, Psychologue et Psychothérapie. Aide aux familles. [www.ccpp8g.org](http://www.ccpp8g.org)

-----  
**La Coraasp est une association faitière romande d'action en santé psychique.** Elle fédère aujourd'hui 26 organisations d'aide et d'entraide, actives en Suisse romande dans l'accueil, l'accompagnement et le développement de projets communautaires avec et pour les personnes souffrant de troubles psychiques et les proches. La Coraasp construit – en partenariat avec les personnes concernées, les proches et les professionnels de l'action psychosociale – des actions collectives favorisant l'intégration sociale, la citoyenneté, l'information et la défense des intérêts des personnes concernées.

<http://www.coraasp.ch/>

-----  
à Lausanne:

-----  
**GRAAP - Groupe romand d'accueil et d'action psychiatrique**

**Le Graap-Fondation** offre 4 lieux d'accueil: Le Grand-Lausanne, La Roselière - Yverdon, La Berge - Nyon, La Rive - Montreux.

**Le Graap-Association** c'est 4 assemblées régionales où l'on peut: Rompre l'isolement: Etre accueilli et accueillir, Être reconnu: Parler, échanger, partager, s'exprimer, Militer pour qu'au-delà du diagnostic

Chacun trouve sa place au soleil

**Créé en 1987, le GRAAP** est une association de personnes concernées par la maladie psychique qui partagent le même effort pour rendre la psychiatrie plus humaine. Mieux comprendre la maladie psychique, donner un sens à sa vie, trouver les moyens pour mieux vivre avec, créer des réseaux d'entraide et de solidarité, sont quelques uns des principes qui sous-tendent ses actions. Le GRAAP travaille aussi à déstigmatiser la maladie psychique et se bat pour les Droits de l'homme.

+++++

**Dialogue ouvert un moyen alternatif de guérir la psychose (Open Dialogue)** sous titres en Fr

<https://youtu.be/7tb81TIFOyY>

**"Open Dialogue" :**

**guérison de 90% des schizophrénies en Finlande**

Laponie de l'Ouest - avril 2016, par Véronique R.

« Dialogue ouvert », un moyen alternatif de guérir la psychose - les meilleurs résultats des pays

développés pour la guérison des individus ayant souffert une première crise psychotique (environ 85 % de guérison complète), la plupart du temps sans médicaments antipsychotiques.

<https://youtu.be/7tb8ITIF0yY>

Au nord de la Finlande, tout près du cercle arctique, un groupe de thérapeutes familiaux innovateurs ont converti le système traditionnel local en santé mentale – système qui avait, dans le passé, démontré les pires résultats en matière de guérison de la schizophrénie –, en un système qui démontre à présent les meilleurs taux de guérison des individus ayant souffert une première crise psychotique. Ils appellent leur approche le Dialogue ouvert.

Leurs principes, qui peuvent paraître radicaux à l'ère des cocktails de médicaments et des hospitalisations forcées, sont étonnamment simples. Ils voient leurs clients qui sont en crise immédiatement, et souvent sur une base quotidienne, jusqu'à ce que la crise soit résorbée. Ils évitent l'hospitalisation et ses effets de stigmatisation, lui préférant les visites à open dialogue de la part des thérapeutes. De plus, ils évitent la prise de médicaments antipsychotiques dans la mesure du possible, ce qui peut être une pratique controversée.

Ils travaillent également en groupes, car ils considèrent que la psychose a des sources relationnelles. Ils incluent donc les familles et les réseaux sociaux de leurs clients dans le processus de traitement ; également, leurs cliniciens travaillent en équipe et non en tant que praticiens uniques et isolés. De plus, leur approche respecte la voix de tous ceux qui sont impliqués dans le processus, en particulier celle de l'individu en crise. Finalement, les services qu'ils offrent, prodigués dans le contexte de l'accès universel aux soins médicaux de la Finlande, sont gratuits.

« Dialogue ouvert » entrecroise les entrevues de psychiatres, psychologues, infirmières et journalistes afin de présenter un aperçu saisissant de ce que peut être une guérison sans médicament et une critique éloquente de la psychiatrie traditionnelle

Il existe donc, dans d'autres pays, une approche humaniste de la psychiatrie. Sans passer par la case "médicaments psychotrope", les patients sont soignés par une approche relationnel, en considérant le patient comme un être humain en souffrance et non seulement comme un dysfonctionnement cérébrale.

Nous avons vu, dans l'article Nos états d'âme modifient notre ADN, que l'environnement joue un rôle prépondérant dans l'apparition de certains troubles psychiatrique, dont la schizophrénie. L'approche humaniste de la Finlande base donc son système de soin sur le fait que l'environnement joue un rôle essentiel dans l'apparition de ces troubles, mais aussi dans la guérison.

C'est certainement pour cela que leur taux de guérison de la schizophrénie est très important.

-----  
**Open Dialogue**  
**site international de l'approche Open Dialogue.** Cette approche a été développée en Laponie occidentale depuis les années 1980, et est à présent introduite dans beaucoup d'autres pays. L'Open Dialogue est à la fois une approche philosophique / théorique des personnes qui vivent une crise de santé mentale et de leurs familles / réseaux sociaux, et un système de soins développé en Laponie occidentale en Finlande depuis une trentaine d'années  
<http://open-dialogue.net/?lang=fr>

-----  
**A Genève ;**  
*séances de D.O les premiers lundis de mois*  
**L'Open Dialogue** permet aux personnes en difficulté émotionnelle d'être entendus, respectés, validés dans un climat de sécurité. L'OD s'appuie sur les ressources communes. Carlos León - Tél +41(0) 78 659 99 19  
Une crise est l'occasion de se redéfinir, de changer, de donner du sens à des expériences difficiles.

Carlos Leon, GENEVE, Switzerland, Président du GREPSY - Dr en psychologie FSP & psychothérapeute. Plus de 20 ans de travail pour une approche humaniste dans l'accueil respectueux, la reconnaissance et l'empowerment des personnes dont une part de leur expérience de vie est liée aux traumatismes, les vulnérabilités psychiques, les états émotionnels extrêmes, les ruptures, la désinsertion, la hospitalisation, la condition de rentiers par cause de trouble psychique.  
<http://www.do-ge.ch/>

PDF : Sortir du modèle biomédical de santé mentale  
Par Carlos León, Dr en psychologie, Association Parole, Genève. email : cleon@ccpp8g.org  
[http://www.do-ge.ch/uploads/1/3/9/9/13993272/reiro\\_2016.pdf](http://www.do-ge.ch/uploads/1/3/9/9/13993272/reiro_2016.pdf)

+++++  
**VIDEOS**  
**Soigner la schizophrénie** - Mémoire d'Infirmier(s)  
<https://youtu.be/eCoybudS9gE>