



2^{ème} FORUM DU GREPSY

Entraide en santé psychique,
une dynamique d'émancipation



jeudi 22 et vendredi 23 avril 2010

Maison des Associations
15, rue des Savoises
Genève

Le **GREPSY** est un réseau d'échange et de réflexion entre personnes atteintes dans leur santé psychique, associations concernées, proches, professionnels.

Ensemble, nous défendons une vision dynamique de la personne concernée par la santé mentale.

Notre premier Forum GREPSY a affirmé nos « **Raisons d'exister** ». Ce deuxième Forum explore nos « **Raisons d'évoluer** ».

Il est piloté, organisé et animé par des personnes appartenant aux associations autonomes d'entraide :

AETOC, ATB&D,

L'Expérience, REEV, Dance with me.

Ces organisations ont été créées ces dernières décennies en réponse aux besoins de vivre une plus grande solidarité et créativité par des pratiques de rétablissement. Elles offrent à leurs pairs un espace de rencontre où ils se sentent entendus, soutenus et stimulés dans leurs capacités à évoluer vers l'autonomie.

-----[?]?-----

Espace d'expression

Du 19 avril au 2 mai, des œuvres créées dans les associations seront exposées dans les couloirs de la Maison des associations.



Sensibilisation et identité

Plusieurs questions se posent au moment de sensibiliser la communauté à la souffrance psychique : à qui, par quel biais, quel est l'impact social que nous désirons obtenir ?

L'identité se construit et se tisse continuellement en interaction, avec un entourage composé de pairs, de proches, de la famille, d'amis, de collègues et de la société en général. Il est essentiel de comprendre ces processus dynamiques et réciproques qui forment nos identités.

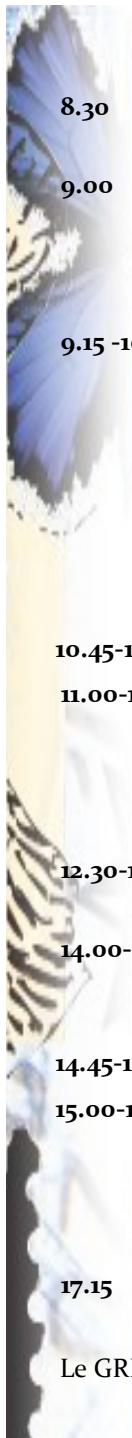
Construire son identité à partir de ses propres forces signifie se positionner autrement que sur ses fragilités. Etre conscient de ses potentiels est le premier pas pour commencer à cultiver ses dons et ses capacités. Dépasser ses ressentis douloureux en les reconnaissant et en les acceptant s'avère nécessaire pour faire la paix avec ses vulnérabilités et ainsi pouvoir se connecter avec ses potentiels. Quand la personne concernée par la souffrance psychique fonde son identité sur ses potentiels, l'attitude de la société change envers elle : la stigmatisation et la discrimination diminuent, l'intégration et l'acceptation sont favorisés.

De même, une société qui se positionne sur ses vulnérabilités est une société qui se positionne sur ses « peurs » et agit à partir de celles-ci. Une société qui peut reconnaître ses zones d'ombre tout en agissant à partir de ses ressources est une société qui peut : accueillir les différentes capacités individuelles sans les stigmatiser par des étiquettes sociales, être plus solidaire, tisser de meilleurs liens entre porteurs ou non de souffrance psychique et intégrer la différence et se nourrir d'elle tout en la valorisant.

Un apprentissage de sensibilisation et de promotion de la santé est nécessaire à tous, dans la volonté de se retrouver à partir de l'intégration des opposés, de la compassion mutuelle, de la solidarité, de tous les aspects qui font qu'une société est plus mûre et plus attentive à ses propres défaillances.

Le cercle vicieux sera brisé en faveur d'un cercle vertueux qui se nourrira d'un positionnement sur les propres potentiels des acteurs où chacun acceptera sa part de responsabilité réciproque tout en contribuant à la collectivité.

Stéphanie Metzger, Avril 2010



Programme du jeudi 22 avril 2010

- 8.30** **Accueil**
Theresja K, François B: Le REEV
- 9.00** **Ouverture**
Stéphanie METZGER : Nutrivida
- Mot de bienvenue du président du GREPSY**
Carlos LEÓN : Parole
- 9.15 -10.45** **Rencontre avec les associations**
AETOC : Association d'entraide de personnes souffrant de troubles obsessionnels-compulsifs
ATB&D : Association de personnes ayant un trouble de l'humeur, bipolaire ou dépressif
L'Expérience : Autonomie pour les souffrants psychiques
Le REEV : Réseau d'Entraide des Entendeurs de Voix
Dance with me : Se soutenir par la créativité et le dialogue
- Questions – Réponses**
- 10.45-11.00** **Pause**
- 11.00-12.30** **Exposé**
Monsieur Michel ROCHET
Fondateur des Associations Argos 2001 & 2002 (France)
Monsieur François LEDERMANN
Co fondateur du REEV Thanatologue - thérapeute - passeur
- 12.30-14.00** **Déjeuner**
Préparé par le GREPSY
- 14.00-14.45** **Exposé**
Dr Jakob LITSCHIG
Fondateur du VPECH : Verein Psychiatrie Erfahrener CH
- 14.45-15.00** **Pause**
- 15.00-17.00** **Quatre ateliers créatifs**
Corps et résilience
Danse
Ecriture
Musique
- 17.15** **Conversations libres autour d'un thé**

-----[??]-----

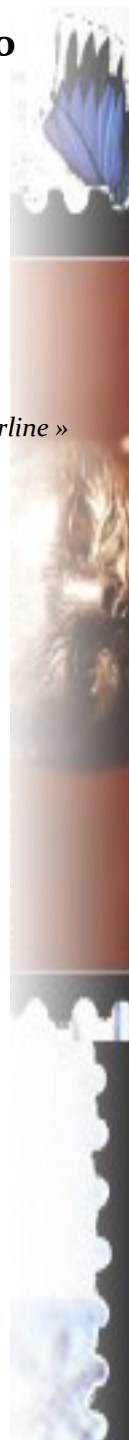
Le GREPSY remercie l'ensemble des personnes ayant contribué à la réalisation de ce forum

Programme du vendredi 23 avril 2010

- 8.30 Accueil**
Theresja K., François B.: Le REEV
- 9.00-10.30 Sept groupes de réflexion**
- 10.30-10.45 Pause**
Intermède musical: Frédéric MÜLLER
Maison des Champs
- 10.45-12.00 Politique, Culture, Média**
Politique : Madame Anne Catherine MENÉTREY
Ancienne Conseillère nationale, auteure du livre « Borderline »
Culture : Monsieur Philippe MACASDAR
Directeur du « Théâtre Saint-Gervais »
Média : Monsieur Michel SCHWERI:
Journaliste au journal « Le Courrier »
- 12.00-13.30 Déjeuner**
Préparé par le GREPSY
Intermède musical : Frédéric MÜLLER
Maison des Champs
- 13.30-14.30 Retour des groupes de réflexion**
- 14.30-14.45 Pause**
Intermède musical : Frédéric MÜLLER
Maison des Champs
- 14.45-15.45 Lecture-spectacle des textes**
- 15.45-16.00 Clôture**
Stéphanie METZGER : Nutrivida

-----[??]-----

Soirée GREPSY
Buffet, concert, spectacle de danse
« Jeph'S jazz clarinette »
« Dance with me »



Jeudi 22 avril : Quatre ateliers créatifs, de 15h à 17h

1. Corps et résilience : Stéphanie Metzger, *Nutrivida*. La perception de nous même et du monde qui nous entoure, se développe au fur et à mesure que nos sens s'éveillent à travers le mouvement, la musique et le dessin. Cet atelier propose un travail centré dans la recherche de soi approfondie qui donne les ressources nécessaires pour se prendre en charge progressivement facilitant ainsi «le pouvoir d'agir».

2. Danse : Benedetta Barabino et Karine Mazza , *Dance with me*. Méthode innovante et très ludique développée par le danseur Pierre Dulaine. Cet atelier de danse de salon, aujourd'hui mis en place à Genève dans les milieux des soins par notre association (www.dance-with-me.org) permet aux personnes et aux soignants de danser ensemble en offrant une autre manière d'interagir au-delà des rôles fixés (malade-soignant). En créant une communauté à l'intérieur de l'hôpital, il permet de dépasser les idées préconçues sur la maladie, de découvrir ses propres ressources, et de renforcer le sentiment de réussite, d'amener la joie et d'encourager l'échange et la socialisation.

3. Ecriture : Collectif d'écriture. Trois ateliers d'écriture pour 5 à 10 personnes chacun sont ouverts, dans lesquels chaque participant peut donner libre cours à son expression écrite de la souffrance psychique ou de ses remèdes, expression qui sera reprise en lecture-spectacle publique par deux comédiens à la fin du forum. Trois sous-groupes dans cet atelier :

- A. Le journal de la souffrance,
- B. L'atelier du poète
- C. La page blanche du bonheur.

4. Musique : Frédéric Müller, *La Maison des Champs*. Proposer aux participants de créer une chanson originale (dont le texte et la musique seront protégés par la SUISA) à présenter pendant les pauses et le déjeuner lors de la 2ème journée du forum, selon les règles musicales et textuelles habituelles. Les paroles seront choisies en fonction des thèmes évoqués lors de ces journées : par exemple, l'autodétermination, l'estime de soi, l'affirmation de soi...

Vendredi 23 avril : Sept groupes de réflexion, de 9h à 10h30

Les groupes de réflexion sont formés chacun d'une quinzaine de participants qui réfléchissent autour d'un des sujets suivants dans un débat animé par deux modérateurs, dont l'un fera le compte-rendu lors des retours des groupes de réflexion. Le but est d'élargir la compréhension que l'on a de l'existence des associations de souffrants psychiques, que l'on soit souffrant psychique, proche, professionnel du psychosocial ou simple quidam. Thématiques sous forme de sept questions :

- 1) Quelles identités expriment les associations de pairs ?
- 2) Quel est le pouvoir citoyen des associations de pairs ?
- 3) Quels dialogues proposent les associations de pairs ?
- 4) Quels sont les soutiens des associations de pairs ?
- 5) Quelles sont les formes d'entraide bénévole des associations de pairs ?
- 6) Quelle est l'utilité d'une association de pairs ?
- 7) Quels buts poursuivent les associations de pairs ?



Inscription au 2^{ème} forum du GREPSY

avant le 8 avril 2010 au plus tard

Par la poste : GREPSY 15 rue des Savoises 1205 Genève

En le déposant directement dans la boîte aux lettres du Grepsy

Par EMAIL à : grepsyforum2@gmail.com (en indiquant vos coordonnées et choix)

Prix pour les 2 jours

AI, AVS, chômeur, étudiant : 20 frs.

Professionnels membres du GREPSY : 50 frs.

Autres : 100 frs.

CCP GREPSY 10-723576-1

Les inscriptions sont enregistrées dès paiement et par ordre de réception

Nom. Prénom :

Adresse :

.....

Email :

Téléphone :

Association :

Inscription aux ateliers créatifs du Jeudi 22 avril

Je m'inscris à l'atelier suivant :

- | | <i>1^{er} choix</i> | <i>2^{ème} choix</i> |
|--------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| 1. Atelier Corps et Résilience | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Atelier Danse | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Atelier Ecriture | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Comprenant trois sous-groupes | <i>1^{er} choix</i> | <i>2^{ème} choix</i> |
| A- Le journal de la souffrance | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B- L'atelier du poète | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C- La page blanche du bonheur | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Atelier Musique | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Inscription aux groupes de réflexion du vendredi 23 avril

Je m'inscris au groupe suivant

- | | <i>1^{er} choix</i> | <i>2^{ème} choix</i> |
|--|-----------------------------|------------------------------|
| 1. Quelles identités expriment les associations de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Quel est le pouvoir citoyen des associations de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Quels dialogues proposent les associations de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Quels sont les soutiens des associations de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Quelles sont les formes d'entraide bénévole des associations de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Quelle est l'utilité d'une association de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7. Quels buts poursuivent les associations de pairs ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |



Les personnes désirant recevoir une certification correspondant à 15 heures de formation continue sont conviées à l'annoncer en début de Forum.



Cette manifestation est ouverte à toute personne et institution concernée par la santé psychique dans la limite de 100 participants.



Avec le soutien :