

A.E.T.O.C.
Association d'entraide
de personnes souffrant de
troubles obsessionnels-compulsifs

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2008

Rapport d'activité 2008

1. Comité et membres
2. Services offerts par l'AETOC
3. Formation
4. Projet de création d'un site Internet
5. Finances
6. Relations avec le réseau institutionnel en santé mentale
7. Relations avec le réseau associatif en santé mentale
8. Conclusion

Annexes :

-Compte de résultat et bilan de clôture au 31.12.2008

1. COMITÉ ET MEMBRES

Lors de l'Assemblée générale du 17 juin 2008, qui a réuni seize membres, trois d'entre eux ont souhaité rester dans le Comité. Les autres membres ne se sont pas prononcés quant à leur engagement dans le Comité, mais quatre d'entre eux ont proposé leur aide pour accomplir des tâches ponctuelles. Tous sont des membres actifs tels que définis dans les statuts, c'est-à-dire des personnes souffrant de troubles obsessionnels-compulsifs. Notre comité s'est réuni quatre fois en 2008. Les procès-verbaux de ses réunions sont disponibles sur demande.

Le trésorier s'est occupé de la comptabilité jusqu'à début septembre, puis il a dû y renoncer pour des raisons de santé. Une autre membre du Comité a décidé d'apprendre la comptabilité avec Louissette Burkhardt, trésorière de l'Association Le Relais, qui lui avait proposé son aide pour la tenue de la comptabilité quand le trésorier ne pouvait plus s'en occuper. Elle a formé à son tour un autre membre du Comité pour qu'il l'aide à tenir la comptabilité. Nous avons acheté le même logiciel de comptabilité que Louissette Burkhardt utilise pour la comptabilité du Relais.

Un membre qui ne fait pas partie du Comité a participé activement à la gestion de l'association : il nous a expliqué la méthode pour faire un mailing et il a créé la première page du futur site de l'AETOC (voir le point 4). Nous le remercions beaucoup pour son aide.

En décembre 2008, nous avons envoyé par la poste nos dépliants accompagnés d'une lettre et d'un bulletin de versement à 54 psychothérapeutes et à 298 associations et consultations des HUG. Le présent rapport d'activité, accompagné de notre programme 2009, du dépliant, d'une lettre et d'un bulletin de versement ont été envoyés à 72 membres et sympathisants de notre association.

En 2008, l'association compte 24 membres ayant payé leur cotisation. Depuis la création du groupe de parole en janvier 2006, 83 personnes ont eu un contact avec l'association. Elles ont demandé par exemple des renseignements sur le TOC, sur nos activités ou une liste de psychothérapeutes. Nous leur avons envoyé les documents adéquats pour répondre à leur demande, par la poste ou par e-mail.

2. SERVICES OFFERTS PAR L'AETOC

2.1 Groupe de parole

Le groupe de parole s'est réuni deux mardis par mois de 18 h. 30 à 20 h. 30 dans la salle Aung San Suu Kyi à la Maison des associations. Une dizaine de personnes ont participé à chacun des groupes. Nous avons eu le plaisir d'accueillir de nombreuses nouvelles personnes, ce qui confirme l'utilité de ces rencontres.

Lors de chaque groupe de parole, les nouveaux arrivants reçoivent les informations concernant les traitements adéquats contre le TOC. Une bibliographie, une liste de psychothérapeutes genevois membres de l'ASPCo (Association suisse de psychothérapie cognitive) et un dépliant concernant la psychothérapie cognitive sont à disposition.

Nous avons pensé que les dates des groupes de parole sont peut-être trop rapprochées. Le Comité a donc décidé qu'en 2009 les groupes de parole auront lieu une fois par mois. Le prix de location des salles à la Maison des associations ayant beaucoup augmenté, nous sommes en train de nous renseigner pour savoir si nous pouvons louer une salle moins chère ailleurs.

2.2 E-mail et permanence téléphonique

De nombreuses personnes nous contactent par e-mail après avoir consulté la page de notre association sur le site Internet de l'Association ATB&D (Association de personnes souffrant de troubles bipolaires ou de dépression). Nous remercions infiniment l'Association ATB&D de mettre à notre disposition une page sur son site en attendant d'avoir notre propre site.

La permanence téléphonique est assurée par la présidente car le téléphone se trouve chez elle. Il n'y a pas d'heures de permanence précises, mais les personnes qui appellent peuvent laisser un message sur le répondeur et elle les rappelle.

Les personnes qui avaient besoin d'aide ou d'informations ont pu ainsi avoir un premier contact avec l'association. En toute discrétion, nous nous sommes efforcés de répondre à leur demande, par exemple en leur envoyant une liste de psychothérapeutes. Souvent, elles sont venues par la suite aux groupes de parole.

2.3 Bibliographie et témoignages

La connaissance de la maladie étant un facteur déterminant pour améliorer notre état de santé, nous avons établi une bibliographie sur le TOC en français que nous avons mise en ligne sur le site d'ATB&D. Elle contient les cotes des documents et l'adresse des bibliothèques dans lesquelles on peut les emprunter.

Deux membres du Comité ont écrit un témoignage qui figure sur le site d'ATB&D. Nous essayons de motiver d'autres membres à écrire eux aussi un témoignage.

3. FORMATION

Une membre du Comité a suivi un cours de six jours organisé par la CORAASP (Coordination romande des associations d'action en santé psychique) comprenant

deux modules de trois jours chacun qui ont eu lieu à Bex les 24, 25 et 26 mars et les 25, 26 et 27 mai 2008. Il s'intitulait : « La sociocratie : formation au mode de gouvernance sociocratique pour les organisations du domaine de la santé psychique ». Dans les grandes lignes, la sociocratie est une méthode de prise de décisions par consensus. Le cours était donné par Monsieur Gilles Charest, fondateur de Sociogest et membre du Cercle international de sociocratie. Ce cours passionnant a permis de mieux gérer le travail en groupe et d'intégrer le point de vue de chaque membre dans le processus de prise de décisions jusqu'à ce qu'une solution satisfaisante pour tous soit adoptée. La rencontre et le partage d'expériences avec d'autres personnes menant une activité associative ont aussi été très bénéfiques.

En outre, trois membres du Comité ont suivi un cours de 6 heures les 6 et 13 octobre organisé et payé par Pro Mente Sana et Le Biceps pour nous apprendre à parler en public et nous mettre en valeur pour témoigner lors du cours des associations (voir le point 7.2). Ce cours très utile et intéressant, donné par Madame Anne-Claude Liardet, comédienne et formatrice, a réuni une vingtaine de participants membres de Parole, du Relais, du REEV et de l'AETOC susceptibles de témoigner lors du cours des associations.

4. PROJET DE CRÉATION D'UN SITE INTERNET

Jusqu'en décembre 2008, la page de l'AETOC sur Internet était "hébergée" sur le site d'ATB&D, c'est-à-dire qu'ATB&D a mis une page de son site à disposition de l'AETOC. Nous remercions infiniment ATB&D pour le prêt gracieux d'une page de son site Internet. Grâce à Patrick, membre d'ATB&D, nous avons trouvé un hébergeur, Horus, qui a accepté d'héberger gratuitement la page de l'AETOC, étant donné que nous oeuvrons dans le domaine social. Cet hébergeur utilise des panneaux photovoltaïques pour alimenter en électricité ses installations informatiques. Nous sommes très heureux d'être hébergés par cet hébergeur écologique. Nous remercions infiniment Patrick de nous avoir parlé d'Horus, et Horus de nous héberger gratuitement. En décembre, un membre de notre association a créé la première page, hébergée par Horus, du futur site de l'AETOC.

5. FINANCES

Les dépenses de l'association sont couvertes par les cotisations de ses membres et les avances de la présidente. Nous devons faire des demandes de subventions de manière à ce qu'elle ne soit plus obligée d'avancer de l'argent.

6. RELATIONS AVEC LE RÉSEAU INSTITUTIONNEL EN SANTÉ MENTALE

L'AETOC doit s'intégrer au réseau associatif et institutionnel genevois en santé psychique et participer aux projets en cours. En effet, nous pensons que l'AETOC ne devrait pas se limiter à la tenue des groupes de parole et à la gestion des affaires courantes internes à l'association, mais aussi mener une réflexion et une action pour une meilleure reconnaissance, intégration et destigmatisation des personnes en difficulté psychique, et pour faire changer la perception des troubles psychiques dans la société. Pour ce faire, l'AETOC doit être présente aux réunions avec le réseau associatif et institutionnel genevois en santé psychique.

6.1 Rencontres des associations avec la direction du Service de psychiatrie adulte des HUG

L'AETOC s'est intégrée aux rencontres des associations qui se vouent statutairement à la défense des droits des patients psychiques et de leurs proches avec la direction du Service de psychiatrie adulte des HUG. Ces rencontres ont été instituées en 2000 et ont lieu 6 fois par année. Elles permettent aux associations d'avoir un contact direct avec les responsables du Service de psychiatrie adulte et de se faire connaître par eux. La présence des associations est nécessaire pour être reconnues.

Voici des exemples de sujets discutés lors de ces rencontres :

- moments traumatisants vécus lors des hospitalisations sous contrainte
- chambres fermées pour les patients en crise
- visiteurs associatifs à Belle-Idée pour rencontrer les patients
- suivi de l'information sur les associations dans les pavillons et auprès du personnel
- enquête de satisfaction des usagers de la psychiatrie
- présentation de l'Unité mobile de soins intensifs dans le milieu créée en octobre 2007 grâce au travail de l'Association Le Relais

6.2 Rencontres des associations partenaires avec le Comité de gestion du Département de psychiatrie des HUG

L'AETOC s'est intégrée aux associations partenaires qui rencontrent deux fois par année depuis 2005 le Comité de gestion du Département de psychiatrie des HUG pour faire entendre leur voix dans les décisions prises concernant la gestion du département. Les associations partenaires sont : Appartenances, Insieme, Parole, Le Relais, Psychex, ATB&D, Le Biceps, Pro Mente Sana et l'AETOC. Ces associations ont signé une convention de collaboration pour être représentées par deux

représentants lors de la rencontre avec le Comité de gestion. La voix des associations est consultative. Depuis 2008, Georges Saloukvadze, membre du Relais, et Ghislaine de Marsano, avocate à l'Association Psychex, ont été élus comme représentants des associations partenaires.

7. RELATIONS AVEC LE RÉSEAU ASSOCIATIF EN SANTÉ MENTALE

7.1 Le GREPSY (Groupe genevois de réflexion et d'échange en santé psychique)

Les associations genevoises en santé psychique se sont rassemblées en 1999 dans le GREPSY (Groupe genevois de réflexion et d'échange en santé psychique). Ce groupe n'a pas de statuts et existe de manière informelle. Il est composé d'associations d'entraide bénévoles (comme l'Association ATB&D), d'associations dans lesquelles travaillent des professionnels salariés (comme l'Arcade 84) et d'associations employant des bénévoles et des professionnels (comme l'Association Parole). Voici l'adresse de son site: <http://www.grepsy.ch/>

Le GREPSY a pour buts :

- de mieux faire connaître le réseau aux professionnels de la santé psychique
- d'éditer une brochure et un site Internet qui répertorient les associations et décrivent le travail qu'elles accomplissent
- d'organiser des journées de réflexion et de projets pratiques communs
- de réfléchir sur des questions de fond concernant la santé mentale

L'AETOC s'est intégrée au GREPSY. Cela lui a permis de figurer sur son site Internet. En outre, elle aura une page dans la nouvelle édition de sa brochure intitulée « Troubles psychiques : carnet d'adresses genevois ».

Cinq associations du GREPSY (Pro Mente Sana, Association Parole, Association Le Relais, La Maison des Champs et l'AETOC) ont organisé le 1^{er} Forum du GREPSY qui a eu lieu les 21 et 22 mai 2008. L'AETOC s'est investie dans l'organisation de ces deux journées avec les quatre autres associations ci-dessus.

La première journée s'est passée aux Bains des Pâquis et était consacrée à une sensibilisation du grand public pour promouvoir la santé mentale. Pour ce faire, nous avons invité l'artiste allemand Arnd Drossel et un groupe de yoga acrobatique, et nous avons édité un plan de Genève sur lequel figurent toutes les associations et institutions du GREPSY, avec une description de leurs activités, que nous avons distribué aux Bains des Pâquis et sur le quai. Arnd Drossel a créé une boule de 130 kg dans laquelle il peut se déplacer sur la terre et sur l'eau. Du 10 au 28 avril 2007, il a parcouru 350 km en Allemagne, accompagné par des personnes vivant avec des troubles psychiques et leurs soignants. Par cette performance artistique et sportive, Arnd Drossel veut attirer l'attention sur les difficultés que rencontrent les personnes qui ont perdu leur équilibre psychique, et sur le travail des associations et institutions

qui les aident à retrouver un contact avec la réalité. Le maintien de son propre équilibre est un mélange d'introversión (lorsqu'il court dans sa boule), et d'extraversión lors des contacts humains pendant son voyage.

La deuxième journée a réuni 105 participants, professionnels de la santé mentale, personnes concernées et proches, travaillant tous dans les organisations du GREPSY. Elle comprenait une conférence, une table ronde et un forum ouvert. Elle avait quatre objectifs:

- Imaginer de nouvelles perspectives en santé mentale inscrites dans un objectif large de prévention, d'action publique et de service à la communauté
- Renforcer l'identité d'un réseau d'institutions et d'associations engagées depuis longtemps en faveur des personnes souffrant de troubles psychiques
- Réfléchir sur nos pratiques, délibérer sur les besoins convergents, les liens précis de collaboration et de partenariat entre les associations et avec les institutions sociales, politiques et médicales
- Dresser un bilan de la présence des associations dans le réseau de santé.

Le matin, la conférence d'Alain Riesen, ergothérapeute à l'Arcade 84, sur l'histoire du mouvement associatif en santé psychique de 1968 à nos jours, et la table ronde animée par Jean Pirrotta, directeur adjoint de l'Office cantonal genevois de l'Assurance-invalidité, Dominique Quiroga, enseignante à la Haute école en travail social, Eric Widmer, sociologue à l'Université de Genève, et Delphine Marie, journaliste et membre de l'Association « Les pieds sur terre », ont apporté des éléments théoriques et nourri la réflexion. L'après-midi, lors du forum ouvert, nous avons travaillé en petits groupes de 4 personnes pour connaître les autres personnes travaillant dans les organisations du GREPSY. Nous avons réfléchi et discuté ensemble sur la forme d'un réseau psychosocial associatif, imaginé des projets communs, des actions pour faire exister ce réseau, le faire connaître auprès du public, des professionnels médicaux et sociaux et des politiques. A la fin, chaque groupe a rapporté le résultat de ses discussions aux autres groupes. Pendant l'été, une membre du Comité de l'AETOC a travaillé avec Danièle, membre d'ATB&D, et Carlos, membre de Parole, à la rédaction des actes de ce 1er Forum. Ces actes sont destinés à concrétiser et rendre réels les projets issus de nos discussions. Ils sont disponibles sur demande.

Une membre du Comité continue à participer comme représentante de l'AETOC aux réunions du GREPSY qui ont lieu une fois par mois.

7.2 Le cours des associations

L'AETOC a participé avec ATB&D, Le Biceps, L'Expérience, Pro Mente Sana, Le Relais et Le REEV à la fondation d'une association nommée Psyfor dont l'Assemblée constitutive a eu lieu le 4 mars 2008. Cette association a pour but « de faire

connaître aux intervenants sanitaires et sociaux, ainsi qu'au grand public, l'expertise développée par les personnes ayant vécu personnellement une expérience des troubles psychiques ou par des proches de ces personnes, par le biais de cours, d'organisations d'événements, de publications, de documents audiovisuels, écrits ou tous autres supports et vecteurs susceptibles de favoriser la transmission de cette connaissance.» Grâce à cette association, nous pourrions demander des subventions afin d'atteindre ce but.

Les associations membres de l'Association Psyfor donnent un cours intitulé « Associations et troubles psychiques : regards, ressources », sous la houlette de Madame Ariane Zinder, psychologue à Pro Mente Sana et Madame Silvia Parraga, psychologue au Biceps. Un membre du Comité a témoigné de son expérience des troubles obsessionnels-compulsifs le 10 juin 2008 lors de ce cours donné aux collaborateurs des HUG, de la FSASD (Fondation des services d'aide et de soins à domicile) et de l'Hospice général. Une autre membre du Comité a témoigné le 4 novembre et le 13 novembre 2008. Le cours du 4 novembre était destiné aux étudiants de la Haute école de santé qui vont devenir infirmiers, celui du 13 novembre aux médecins qui se spécialisent en psychiatrie, dans le cadre de l'enseignement postgradué, module de psychiatrie communautaire, placé sous la responsabilité du Docteur Philippe Huguelet. Ces cours ont pour objectifs de faire connaître notre association aux professionnels de la santé et de leur enseigner que le vécu des patients est une source d'expérience et de savoir, et que les groupes de parole sont un outil complémentaire et partenaire de leur savoir et expérience professionnels.

Une membre du Comité participe comme représentante de l'AETOC aux réunions de l'Association Psyfor avec les six autres associations qui la composent pour mener à bien nos projets destinés à faire connaître l'expertise développée par les personnes souffrant de troubles psychiques et leurs proches. Nous avons réfléchi à nos besoins et nous avons décidé de créer un film de témoignages destiné à être projeté lors du cours des associations dès le mois de juin 2009. Grâce à une recherche de fonds réalisée par Monsieur Georges Saloukvadze, trésorier de Psyfor, nous avons pu obtenir auprès de fondations privées 48'000 CHF des 57'000 CHF budgetés, ce qui va nous permettre d'avancer dans ce projet. Nous avons parlé avec trois cinéastes et avons regardé des extraits de leurs films. Après délibération, nous avons choisi celui qui nous paraissait le plus à même de réaliser le film en respectant nos désirs. D'une durée de 26 minutes, le film ne sera pas diffusé à la télévision et sera exclusivement destiné à être projeté lors du cours des associations. Le tournage va commencer en mars 2009.

7.3 La CORAASP (Coordination romande des associations d'action en santé psychique)

L'AETOC a déposé le 14 septembre 2007 une demande d'adhésion à la CORAASP qui a été acceptée le 11 juin 2008 lors de l'Assemblée générale de cette dernière.

8. CONCLUSION

Nos activités et nos projets futurs demandent un travail considérable. Bien que les membres du Comité ne manquent pas d'énergie et d'envie de les mener à bien, nous espérons pouvoir compter sur la collaboration de tous les membres de l'association, du moins sur leur soutien moral.

Nous tenons à remercier chaleureusement les membres qui cotisent et qui participent à nos activités, ceux qui cotisent par solidarité sans rien recevoir en retour, les membres du comité et toutes les personnes qui s'engagent pour que l'AETOC se développe. Nous remercions aussi particulièrement Madame Ariane Zinder, psychologue à l'Association Pro Mente Sana, Madame Silvia Parraga, psychologue au Biceps, qui soutiennent notre association et contribuent à la faire connaître, Madame Louissette Burkhardt qui nous apprend la comptabilité et vérifie nos comptes, et Madame Isabelle Frutiger, notre deuxième vérificatrice des comptes.

COMPTE DE RÉSULTAT AU 31.12.2008

RECETTES

Cotisations	1055.00
Cotisations de soutien	30.00
Cotisations d'associations	50.00
Produits divers	580.60
Intérêts créanciers poste	0.40
TOTAL	1716.00

DÉPENSES

Amortissements	121.00
Location de salles	586.00
Achats eau, biscuits etc.	20.60
Téléphone	497.65
Affranchissements	534.00
Site Internet	17.00
Cotisations à associations	110.00
Frais divers	10.00
Fournitures de bureau	260.90
Publicité journaux + divers	60.00
Impressions	99.70
Frais de poste	37.80
TOTAL	2354.65

Perte nette au 31.12.2008	-638.65
----------------------------------	----------------

BILAN DE CLÔTURE AU 31.12.2008

ACTIFS

Installations	242.00
Compte postal	657.40
Caisse	123.55
TOTAL	1022.95

PASSIFS

Compte privé présidente	1344.05
Passifs transitoires	258.00
Excédent de recettes	77.63
Fortune	-18.08
Perte nette au 31.12.2008	-638.65
TOTAL	1022.95

AETOC - Association d'entraide
de personnes souffrant de
troubles obsessionnels-compulsifs

15, rue des Savoises
CH-1205 Genève
Tél. : 022 320 37 73
E-mail : aetoc@bluewin.ch
Site Internet : www.aetoc.ch