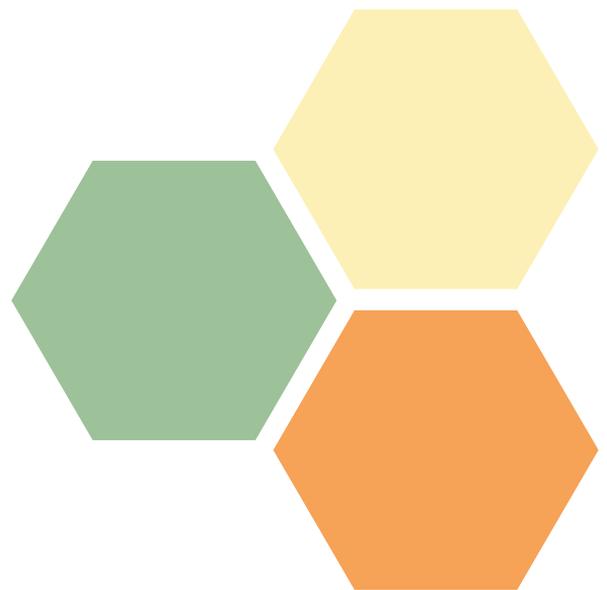


Un projet de l'association
romande **Pro Mente Sana**
pour le canton de Genève



COLLÈGE DE RÉTABLISSEMENT

Formation aux pouvoirs d'agir en santé psychique

2019-2021

Seule organisation nationale statutairement dédiée à la défense des intérêts et des droits des personnes souffrant de troubles psychiques, Pro Mente Sana est heureuse de pouvoir proposer en première suisse un projet-pilote genevois et romand de Collège de Rétablissement (Recovery College).

En collaboration avec notre riche réseau de partenaires associatifs, institutionnels et politiques, nous espérons faire vivre une expérience paradigmatique qui apporte des ressources nouvelles aux personnes concernées aussi bien qu'à la collectivité.

Nous n'avons jamais fini de nous former à notre métier d'humain, quelles que soient notre situation ou les difficultés auxquelles nous faisons face.

Dès que des personnes partageant un vécu commun se regroupent pour s'entraider et trouver ensemble des pouvoirs d'agir, une force émerge dans la communauté.

Le Collège de Rétablissement a pour vocation d'aider à cette émergence sur la base d'un principe simple : co-construire des formations utiles selon les demandes et besoins des personnes concernées, pour elles, avec elles et par elles.

La présente brochure décrit les spécificités de ce dispositif de formation basé sur le concept d'empowerment.

L'essentiel en bref

« Il y a un lien entre la santé et tous ces problèmes de vie que les gens portent en eux et pour lesquels ils cherchent une aide, une solution, sans savoir à qui s'adresser. »

Un monde où l'on pourrait vivre, ce serait, je pense, un monde où il y aurait un véritable contact entre les gens, où ils pourraient s'ouvrir les uns aux autres, et s'aider ainsi mutuellement à devenir eux-mêmes, authentiques. »

Dr Paul Tournier (1898 – 1986)

Médecin genevois

Initiateur du mouvement « Médecine de la Personne »

Co-fondateur de la Fondation suisse Pro Mente Sana

Le plus dur dans la souffrance psychique, c'est de se sentir diminué, démunis, isolé.

Collège de Rétablissement

Genève se caractérise par une prévalence élevée de troubles psychiques, en comparaison suisse et romande. Le réseau genevois d'aide et de soins en santé mentale est bien développé ; il ne répond toutefois que partiellement aux besoins des personnes concernées.

Le plus important pour une personne en difficulté est d'être reconnue et prise en considération dans ce qu'elle vit. De pouvoir se connecter aux autres. Et de trouver des pouvoirs d'agir et des stratégies concrètes pour améliorer sa situation.

Un Collège de Rétablissement (*Recovery College*) propose une offre de formations brèves portant sur le bien-être, la résilience et le rétablissement en santé mentale.

L'organisation du collège ainsi que les cours sont coproduits et coanimés par des pairs praticiens (des personnes qui ont vécu la maladie psychique et se sont formées, une fois suffisamment rétablies, dans un rôle d'expert par expérience) et des professionnels des domaines de l'aide et des soins.

Le projet

Porté par une équipe associant pairs praticiens en santé mentale et professionnels de l'association Pro Mente Sana, le collège proposera une offre de formation croissante : 16 cours dans 4 lieux différents entre janvier et août 2019 ; puis 24 cours dans 6 lieux entre septembre 2019 et juin 2020 ; enfin, 40 cours dans 8 lieux différents entre septembre 2020 et juin 2021.

Des rapports d'évaluation seront produits à la fin de chaque année scolaire, en collaboration avec nos experts référents (en psychologie, sciences de l'éducation et programmes de formation communautaires.)

La réalisation du projet se fera sous la supervision d'un comité de pilotage associant différentes personnalités du monde médico-social et académique. Il sera mis en lien avec les expériences similaires en cours dans les différents pays francophones et européens.

Une visibilité importante lui sera donnée sur internet, notamment par une plate-forme dédiée comprenant des offres de sensibilisation et de formations de base en ligne.

Notre but est de faire la démonstration en trois ans à Genève de l'utilité sociale et de l'économicité d'un Collège de Rétablissement, de sorte que les financements publics prennent le relais et en assurent la pérennité.

Il est prévu que se crée, en parallèle et dès 2019, une expérience similaire dans les autres cantons romands, dans le cadre d'un projet indépendant.

Moment et opportunité

Notre projet veut apporter des réponses aux besoins des personnes psychologiquement fragilisées en mettant à profit l'existence d'un groupe de pairs praticiens déjà formés et prêts à intervenir.

L'utilité de leur travail été démontrée, à tel point que leur inclusion dans les structures d'aide et de soins est aujourd'hui recommandée par l'Organisation mondiale de la santé.

Pourtant, l'ouverture de places de travail peine à se réaliser, pour des raisons principalement administratives et idéologiques. Le délai prévisible pour que ces obstacles soient surmontés est de l'ordre de trois à cinq ans.

Suivre des cours au sein d'un *Recovery College* a montré une efficacité tant sur la santé psychique que sur le plan relationnel et social (sentiment de mieux se connecter aux autres, d'avoir un meilleur recul sur sa propre histoire et des perspectives d'avenir plus larges).

Par la richesse et la diversité de ses structures institutionnelles et communautaires, le canton de Genève constitue un terrain d'implantation privilégié pour une expérience de *Recovery College*. L'association Pro Mente Sana dispose, quant à elle, des connaissances, de l'expertise et des savoir-faire nécessaires pour porter un tel projet.

Sa réalisation constituera une expérience à valeur paradigmatique, à l'échelle d'une collectivité de taille moyenne (500 000 habitants), susceptible de faire référence.

Avec pour bénéfices attendus d'apporter soutien, réconfort et empowerment, à une population pré-tériorisée et en souffrance.

La cause
la plus fréquente
d'invalidité
(46% de tous les rentiers AI)

La santé mentale en chiffres

1^{re} cause
de handicap dans
le monde à l'horizon

2020

1/3

du fardeau des maladies
en termes de coûts

jusqu'à
50%

des congés
de maladie
chronique

En Suisse, plus de
18 milliards de CHF/an
(coûts économiques globaux)

3^e
cause de décès
dans le monde

10 à 20
années de vie
de moins en moyenne

73%

des coûts
sont indirects

La dépression
au 1^{er} rang des maladies
au niveau mondial
en 2030

1/4 pers.
affecté par une
maladie mentale

Moins de
10%
du budget de la santé

1'400'000

Personnes touchées en Suisse

En Suisse,
3 personnes meurent
chaque jour par suicide,
soit 4 fois plus
que par accident de la route

Les pairs praticiens en santé mentale

Pro Mente Sana est l'organisation nationale de référence pour la formation des pairs praticiens.

En Romandie, nous avons mis sur pied deux volées de formation certifiante, en 2014 et 2017, en collaboration avec la CORAASP (faitière romande des associations privées d'accueil et d'action en santé psychique) et l'École d'études sociales et pédagogiques de Lausanne.

Nous avons également soutenu la création de l'association Re-pairs, réseau romand des pairs praticiens en santé mentale, partenaire privilégié du projet.

L'apport particulier des pairs praticiens peut être résumé en trois éléments :

- 1 Donner de l'espoir en montrant qu'il est possible d'évoluer de la position de malade ou victime à celle d'acteur de son propre parcours.
- 2 Le partage de stratégies, à partir de l'expérience vécue, pour gérer les difficultés de santé et dans la vie quotidienne.
- 3 La relation privilégiée avec le patient, caractérisée par la confiance, l'acceptation, la compréhension et l'empathie.

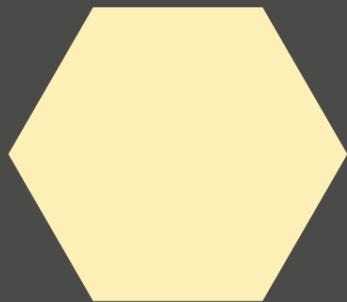
« Les pairs praticiens sont précieux à travers leur propre expérience pour des cours aux usagers, par exemple sur les outils du rétablissement ou pour développer des stratégies personnelles de gestion de la santé ou des contraintes sociales. »

Source : Liliane Sticher et Charles Bonsack, Rev Med Suisse 2017; 13: 1614-6

Contexte

- Il y a actuellement 29 pairs praticiens en santé mentale certifiés en Suisse romande, dont 8 à Genève.
- La Convention relative aux droits des personnes handicapées des Nations-Unies ainsi que les directives de l'OMS requièrent la participation active des usagers aux structures d'accueil et de soins. Diverses études scientifiques attestent de l'impact favorable de ce dispositif sur leur santé.
- L'Organisation mondiale de la santé, dans son programme « Quality Rights », demande que les personnes usagères des services puissent accéder à des opportunités d'emploi et de formation.
- La Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne reconnaît « le droit des personnes handicapées à l'autonomie, à l'intégration sociale et professionnelle et à la participation à la vie de la communauté » (article 26).
- La Constitution fédérale suisse interdit les discriminations sur la base d'« une déficience corporelle, mentale ou psychique » (article 8). L'article 112b donne mandat à la Confédération d'encourager l'intégration des personnes invalides par des prestations en espèces et en nature, chargeant les cantons d'encourager cette intégration.
- La Loi fédérale sur les institutions destinées à promouvoir l'intégration des personnes invalides (LIPPI) pose le principe que chaque canton garantit que les personnes invalides ont à leur disposition des institutions répondant adéquatement à leurs besoins (article 2).
- La Constitution de la République et canton de Genève fixe comme principe que l'État favorise l'accès à la formation (article 195) ainsi que l'intégration économique et sociale des personnes en situation de handicap (article 209).
- La déstigmatisation des personnes souffrant de troubles psychiques figure en premier dans les recommandations du rapport Santé psychique en Suisse (OFSP, 2016).

Problèmes et solutions



*Le vrai problème, c'est le mépris.
« Ne me méprisez pas, prenez-moi
au sérieux. » C'est le fond de toutes
les revendications. Prenez-moi au sérieux,
quand même je ne suis pas un universitaire,
quand bien même je ne suis qu'un ouvrier, quand
bien même je suis un Noir, quand même je suis un
colonisé, quand même je suis une femme, quand même
je suis un retraité, quand même je ne suis qu'un petit
bambin. La revendication n'est pas d'égalité,
mais de dignité, d'être pris au sérieux, d'être
reconnu comme interlocuteur valable, non
seulement dans une discussion mais
dans un dialogue.*

Dr Paul Tournier



*Le rétablissement est un processus foncièrement personnel
et unique qui vise à changer ses attitudes, ses valeurs, ses
sentiments, ses objectifs, ses aptitudes et ses rôles. C'est un
moyen de vivre une vie satisfaisante, remplie d'espoir et productive
malgré les limites résultant de la maladie. Le rétablissement va
de pair avec la découverte d'un nouveau sens et d'un nouveau
but à sa vie, à mesure qu'on réussit à surmonter les effets
catastrophiques de la maladie mentale ...*



Bill Anthony
Pionnier du mouvement du rétablissement

Les dommages associés : incapacitation, stigmatisation et déprivation

Depuis plus de cinquante ans, nous savons qu'à la souffrance propre des troubles psychiques s'associent différentes conséquences psycho-sociales tout aussi problématiques.

La perte des compétences et des pouvoirs d'agir met dans une position de vulnérabilité, souvent de gêne ou de honte. Elle impose un rythme différent et des limites nouvelles. Un peu comme quand on est blessé, qu'on se met à boiter ou qu'on a besoin de béquilles pour se déplacer. Nous perdons alors en mobilité aussi bien qu'en capacité de synchroniser nos mouvements avec ceux des autres.

La souffrance psychique fait encore peur. On évite souvent d'en parler, comme il arrive qu'on porte des jugements hâtifs pour se rassurer en attribuant à la personne concernée un rôle ou une responsabilité erronée dans ce qui lui arrive.

La personne concernée fait l'expérience qu'on la traite différemment, parfois de manière évidente, parfois plus subtilement. Elle se trouve vite cataloguée, prise de haut, infantilisée ou plainte avec un zeste de pitié.

La personne étant atteinte dans sa capacité de faire face à ses responsabilités et aux contraintes du quotidien, les tracasseries administratives ou légalistes tendent à s'accumuler. La santé somatique se péjore souvent elle aussi.

Perte d'emploi et/ou du logement, dépendance à des ressources d'aide sociale et de soins s'ensuivent couramment. L'entourage prend souvent ses distances, des relations se distendent ou se rompent, et il devient de plus en plus difficile pour la personne de continuer à s'investir dans ses cercles de sociabilité.

Avec pour résultat une progressive déprivation occupationnelle, relationnelle et sociale.

Cette spirale d'échec est difficile à inverser. Et elle est même parfois aggravée par les dispositifs socio-sanitaires qui, sans y prendre garde, disqualifient un peu plus la personne.

C'est sur la base de ces constats, et de ce qui permet à des personnes en difficulté de cheminer vers le mieux, qu'est née l'idée des *Collèges de Rétablissement*.

La stigmatisation

La stigmatisation est un phénomène social, basé sur la discrimination d'un individu ou d'un sous-groupe d'individus par un groupe dominant ou majoritaire. Il touche non seulement les patients psychiques mais également leurs proches, leurs enfants, et parfois les soignants qui s'en occupent. Il nuit à l'implantation de stratégies de prévention, induit des réactions dépressives, une perte d'estime de soi ainsi qu'une détérioration de la qualité de vie chez les personnes concernées.

Ce terme décrit la mise à l'écart d'une personne pour ses différences qui sont considérées comme contraires aux normes de la société. Le stigma est un attribut profondément disqualifiant, qui fait passer le sujet d'une personne complète et normale à une personne détériorée et diminuée, et qui finalement le réduit à ce label (un toxicomane, un schizophrène, un obèse, etc.). Non seulement le stigma conduit la société à rejeter l'individu stigmatisé, mais lui-même tend à se considérer comme discrédité et indésirable, par le biais du phénomène d'autostigmatisation.

Source : Nicole Bichsel & Philippe Conus in Rev Med Suisse 2017; volume 13. 478-481

1 Étiqueter

Mécanisme

L'individu est distingué sur la base de certaines différences superficielles.

Stratégie

Clarifier, expliquer, approfondir les connaissances/informations au sujet de la maladie, et dissiper les préjugés infondés.

2 Stéréotyper

Mécanisme

On attribue à l'individu portant ces différences certains défauts ou certaines caractéristiques générales.

Stratégie

Ne pas confondre personne et maladie (par exemple parler d'un patient atteint de schizophrénie plutôt qu'un « schizophrène »).

Relever les ressources et les valeurs des patients.

3 Séparer

Mécanisme

Sur la base de ces différences, on définit un groupe qui se situe en marge de la société en générale, on sépare « eux » de « nous ».

Stratégie

Insérer le patient dans la communauté.

4 Discriminer

Mécanisme

Sur cette base, les individus appartenant à ce groupe sont rejetés et discriminés.

Stratégie

Séparer soins et contrôle social.

5 Perte de pouvoir

Mécanisme

En conséquence de ce rejet et de cette discrimination, les personnes appartenant à ce sous-groupe se voient privées de leur pouvoir social.

Stratégie

Constituer des groupes de pression, des associations de proches et/ou de patients.

Le courant du rétablissement en santé mentale (*recovery*)

Le concept de rétablissement trouve son origine dans des mouvements d'usagers des années 1980 et 1990, qui prônaient la reprise du pouvoir d'agir (*empowerment*) et la défense des droits (*advocacy*).

Il désigne un processus par lequel une personne atteinte dans sa santé psychique prend appui sur une ensemble de ressources intérieures et extérieures pour regagner de la stabilité, du pouvoir d'agir et de l'autonomie.

Le courant du rétablissement se situe à la convergence de plusieurs concepts : apprentissage de l'autonomie, autogestion, droits des personnes handicapées, inclusion sociale et réadaptation.

Le rétablissement ne survient pas dans l'isolement. Il est étroitement associé à l'inclusion sociale et à la capacité d'assumer des rôles sociaux significatifs et satisfaisants dans la communauté. Le travail, les études ou l'implication dans une activité bénévole sont de bons moyens de tisser des liens avec sa communauté et de bâtir sa vie, en développant une estime de soi positive.

Le rétablissement n'implique pas forcément la disparition des troubles psychiques.

Il consiste à rendre sa vie intéressante et satisfaisante, en se concentrant sur ses forces et son bien-être, en présence ou non de symptômes de maladie. Il s'agit de se confronter à sa maladie, de faire le deuil de certains projets d'existence et des images de soi qu'elle a d'abord brisées, de surmonter l'autostigmatisation, d'apprendre à vivre avec sa propre vulnérabilité et enfin de développer de nouvelles manières de vivre et de nouvelles perspectives.

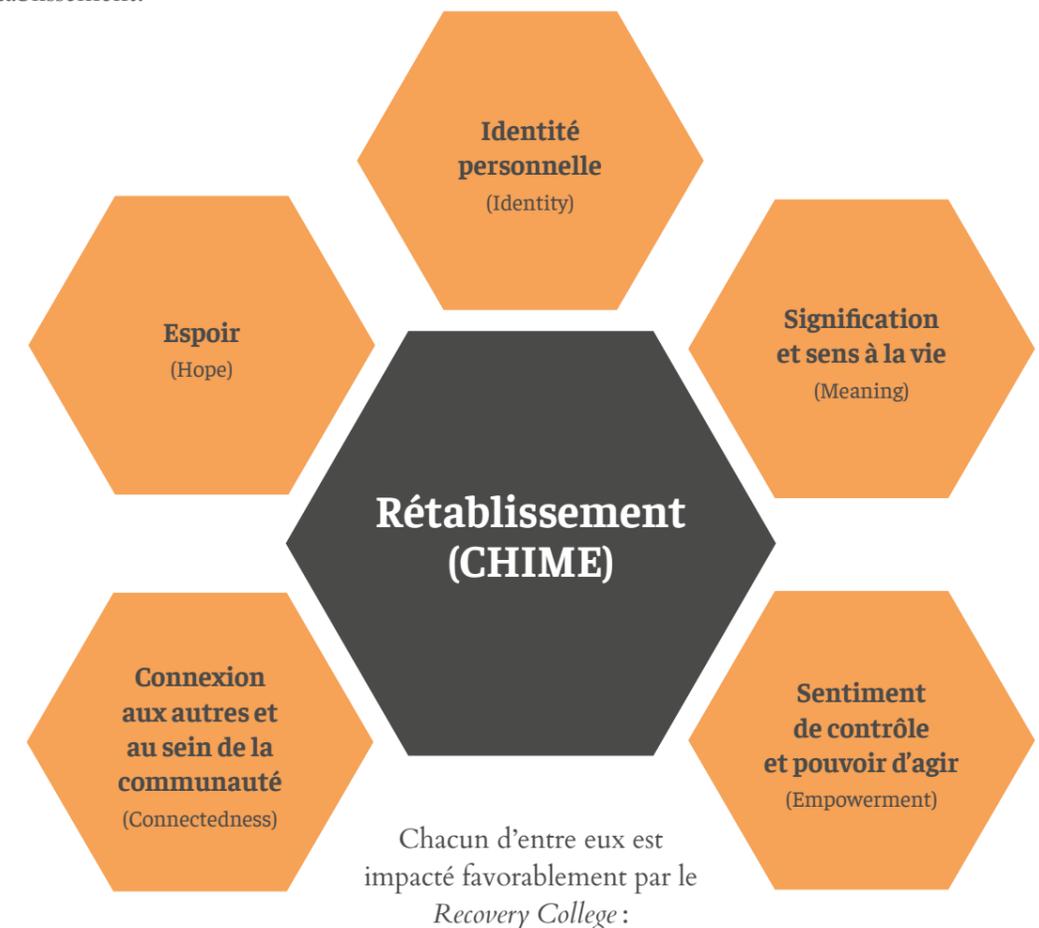
Le but du parcours de rétablissement n'est donc pas forcément de vivre sans symptômes, mais de se sentir bien avec soi-même, les autres et dans la société.

Le rétablissement concerne aussi les maladies psychiques considérées comme graves.

Le mouvement *recovery* a été fondé par des personnes qui souffraient d'une maladie psychiatrique et qui se sont rétablies. La plupart d'entre elles avaient été diagnostiquées « schizophrènes » ou souffrant d'un trouble affectif sévère (dépression ou trouble bipolaire). Il est donc aussi possible de se rétablir de ces maladies psychiques considérées comme graves et, longtemps à tort, comme incurables.

Les déterminants du rétablissement

Fondé sur l'analyse des données de 124 études, le modèle « CHIME » (Slade et al; 2012) identifie les cinq principaux déterminants des processus de rétablissement.



- 1 **La connexion** par l'inscription groupale au sein du collège ainsi que la relation aux pairs et aux autres étudiants.
- 2 **L'espoir** d'une amélioration et d'une meilleure aptitude à faire face aux difficultés de vie au contact de personnes qui sont elles-mêmes passées par là.
- 3 La reconfiguration de **l'identité personnelle** d'une manière qui ne se limite pas à la difficulté ou à la maladie, et inclut les potentiels existants ou à développer.
- 4 La re-visitation de son **vécu** (et du **sens** qu'il est possible de lui donner) dans le partage avec d'autres.
- 5 Le développement de **pouvoirs d'agir** (par la transmission de ressources, stratégies et outils pragmatiques et concrets.)

Le Projet

*« Qu'est-ce qui aide les gens ?
Certainement pas nos conseils. Ce qui aide
les gens, c'est la rencontre de personnes qui
parlent réellement de leurs souffrances, de leurs
difficultés, de leurs obstacles, de leurs refus,
de leurs fuites. Il faut d'abord permettre aux
patients de s'exprimer, de s'extérioriser. C'est en
s'extériorisant qu'on se libère. »*



Dr Paul Tournier

Les caractéristiques d'un Collège de Rétablissement

Son objectif principal est d'offrir un espace éducatif à des personnes vivant ou ayant vécu des difficultés psychiques, ainsi qu'à leurs proches, aux professionnels et au grand public. Il propose des cours portant sur différents aspects de la santé psychique et de la vie au sein de la communauté.

- Son approche se veut explicitement pédagogique et non thérapeutique. La vie avec la souffrance psychique est objet d'apprentissage, non pas maladie à soigner ou problème à éliminer. Cet aspect est très fortement mis en avant comme principe régissant toutes les actions du Collège de Rétablissement.
- Un Collège de Rétablissement peut facilement être mis en place dans toute institution disposant d'une salle de classe (tables et chaises, tableau, ordinateur). Du moment où une institution héberge une offre de cours, elle constitue un lieu faisant partie du *Recovery College*.
- Ce cadre permet en particulier de sortir les personnes concernées du statut et du rôle de « patient » ou d'« assisté ». Elles deviennent « étudiants », suivant une formation créée à leur intention sur la base de connaissances et d'une pédagogie solides.
- En proposant une offre de cours ouverts à toute la population, le Collège de Rétablissement poursuit un objectif sociétal, qui est de changer la perception qu'a la population de la souffrance psychique ainsi que le rapport entre professionnels et personnes concernées. Et de transmettre par l'expérience la conviction qu'il est possible d'acquiescer et de développer au contact des autres des capacités d'agir nouvelles.

Les Collèges de Rétablissement aujourd'hui

Conçu en 2008 et créé en 2009, le premier *Recovery College* est né à Londres, dans un pays où les soins de jour en santé mentale sont fortement réduits. Le modèle s'est rapidement propagé sur tout le territoire britannique, ainsi qu'en Irlande, Europe de l'Ouest, Scandinavie, Hong Kong, Japon, Australie, Canada, France, etc.

On compte actuellement une centaine de *Recovery Colleges* à travers le monde. Ainsi que différents forums d'échanges internationaux comme l'*Empowerment College* à Brême ou l'*International Mental Health Collaborating Network*.

L'Organisation mondiale de la santé recommande dans son programme « Quality Rights » le développement de *Recovery Colleges* en tant que ressources communautaires ; ainsi que l'adoption de la philosophie du rétablissement comme référence principale des politiques socio-sanitaires.

Les 8 principes au cœur d'un Recovery College

1

Co-production : son programme est décidé par une communauté de personnes intéressées qui connaît la réalité locale et le public cible.

Le contenu des cours est co-construit en petit groupe à partir de l'identification, par un public spécifique (usagers, proches, soignants, responsables d'associations, travailleurs sociaux, enseignants, citoyens, etc.) de ses besoins ou de ses désirs de formation.

Chaque cours est animé par un duo composé d'un professionnel et d'un pair praticien en santé mentale.

2

Principes du rétablissement : toutes les étapes du processus (construction de l'offre ; conception des cours ; animation des cours) respectent les principes du rétablissement (valorisation des savoirs, ressources et compétences de chacun ; focus sur les perspectives d'amélioration et les pouvoirs d'agir ; attention à la qualité des relations ; pédagogie participative).

3

Inclusivité : les formations offertes sont ouvertes à tous. Le Collège de Rétablissement combine dans son offre des modules de cours « tout public » (par exemple : affirmation de soi, alimentation saine à petit budget, gestion des émotions, passer un entretien d'embauche, etc.) et des modules spécifiques (comme vivre avec un conjoint bipolaire, gérer sa médication, vivre en entendant des voix, etc.).

4

École : les participants choisissent leur programme et objectifs de formation. Leur choix de cours ne dépend pas de leur diagnostic, mais est accompagné par un mentor, ou coach (qui peut aussi être un pair).

5

Autonomie : chaque participant choisit son programme avec l'aide d'un mentor. Avant son inscription au premier cours, le participant doit donc rencontrer une personne qui l'aide à définir ses besoins et ses objectifs de rétablissement et/ou de vie.

6

Lieu physique de base : un *Recovery College* doit être rapidement identifié par tous les participants comme un espace d'apprentissage et de formation (salle de classe).

7

Pas un substitut : les cours d'un *Recovery College* ne sont pas un substitut aux thérapies. Ils n'ont pas de fonction soignante explicite.

8

Une formation en soi : le *Recovery College* ne se substitue pas aux écoles reconnues, étatiques ou privées, proposant un programme d'études officiel et aboutissant à un certificat de fin d'études reconnu comme tel.

Objectifs

- ✓ Encourager les apprenants à trouver leurs propres solutions en lien avec la souffrance psychique.
- ✓ Stimuler le partage de savoir-faire, de stratégies et de compétences pour gérer les difficultés (coping-skills).
- ✓ Lutter contre la stigmatisation et l'autostigmatisation.
- ✓ Favoriser l'inclusion sociale.
- ✓ Pour les personnes souffrant de troubles psychiques : vivre l'expérience de s'éprouver personne, étudiant et citoyen à part entière.
- ✓ Donner aux pairs praticiens des opportunités de travailler et d'apporter leur expertise.
- ✓ Renforcer le sentiment de pouvoir d'agir des personnes concernées au sein de la société : travailler avec les acteurs de proximité et les professionnels, participer à un service de formation unique à forte utilité sociale, promouvoir et faciliter la collaboration, contribuer à l'inclusion sociale, etc.
- ✓ Faire évoluer les représentations des professionnels et du grand public au sujet des perspectives de rétablissement des personnes souffrant de troubles psychiques.
- ✓ Favoriser des pratiques professionnelles plus empathiques et relationnelles.
- ✓ Promouvoir le bien-être psychique et prévenir les problèmes de santé mentale.

Décision conjointe **Prendre soin de son humeur**
Créer un groupe de soutien Tirer profit des consultations avec mon médecin
Ma vulnérabilité comme soignant **La défense des droits**
Faire face à Noël Découvrir la bienveillance envers soi-même
L'affirmation de soi Se fixer des buts
Recherche d'emploi et plan d'action **Un nouveau regard sur le bien-être**
Explorer ce qui marche pour moi Prendre part à des réunions
Comprendre les addictions
Lire pour se rétablir
Gérer sa médication
Bien-être
Vivre avec des douleurs chroniques
Vaincre la discrimination et les stigmas **Prendre soin de moi**
Mon plan de rétablissement personnel Participer à une association
La connexion Corps/Esprit **Comprendre la colère**
Pratiques orientées rétablissement pour le personnel administratif Spiritualité et bien-être
Me dévoiler ou non Explorer mes espoirs et mes rêves
Humeur et alimentation Vivre avec la fatigue
Raconter mon histoire Outils pour l'anxiété et l'estime de soi
Collaboration et co-production **Se découvrir**
Ma voix mon choix Atelier CV Passer un entretien d'embauche

Exemples de cours dispensés au sein de Recovery Colleges à travers le monde

Être là pour les autres

Me comprendre et te comprendre

Faire valoir mes droits

Alors vous voulez devenir formateur?!

Acteurs et partenaires

- **Association romande Pro Mente Sana** (www.promentesana.org)
Organisme principal, porteur du projet, responsable de sa mise en œuvre, de l'engagement des pairs praticiens, de l'animation des séances de co-construction des cours du Collège de Rétablissement et de l'évaluation.
- **Re-pairs** (www.re-pairs.ch)
Association représentant les intérêts des pairs praticiens en santé mentale. Partenaire principal du projet.
- **GREPSY** (www.grepsy.ch)
Groupement genevois d'échange et de réflexion en santé psychique. Collectif d'associations, partenaire privilégié dans la recherche de lieux et la co-construction des offres de formation.
- **Partenaires institutionnels et associatifs** (Département de psychiatrie des HUG, EPI, Hospice Général, Fondation Trajets, groupes d'entraide, associations, etc.), lieux d'hébergement possibles des cours du Collège de Rétablissement.
- **imROC** (www.imroc.org)
Institut pour le développement des ressources communautaires en rétablissement, Nottingham, dirigé par Mme Julia Repper, créatrice des *Recovery Colleges*.
- **Organisation mondiale de la santé** (www.oms.int/santementale)
Centre de ressources mondial pour l'amélioration de la qualité et des droits en santé mentale et aide sociale, Genève.
- **CORAASP** (www.coraasp.ch)
Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique.
- **ÉÉSP** (École d'études sociales et pédagogiques) de Lausanne, partenaire pédagogique de la formation des pairs praticiens.
- **Autorités cantonales sanitaires et sociales** (départements et directions).
- **Réseau institutionnel et autres associations** (espaces communautaires et socioculturels, lieux d'hébergement, ONGs).
- **Intéressés à l'un ou l'autre titre:**
 - Personnes en difficulté psychique
 - Professionnels du réseau socio-sanitaire
 - Proches et membres de l'entourage de personnes en difficulté psychique
 - Tout citoyen intéressé par la santé mentale

Activités, calendrier et indicateurs

Le projet est conçu en trois phases :

janvier 2019 - août 2019
(8 mois)

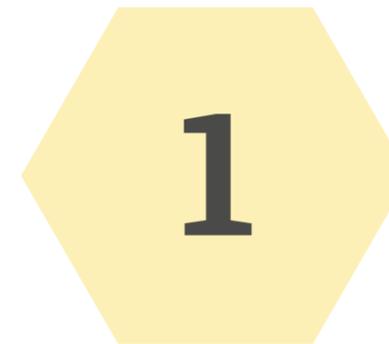
Démarrer le projet, concevoir le matériel pédagogique, former les pairs praticiens à cette nouvelle fonction, dispenser une première offre de formations, réaliser une évaluation initiale et adapter le projet.

septembre 2019 - août 2020
(12 mois)

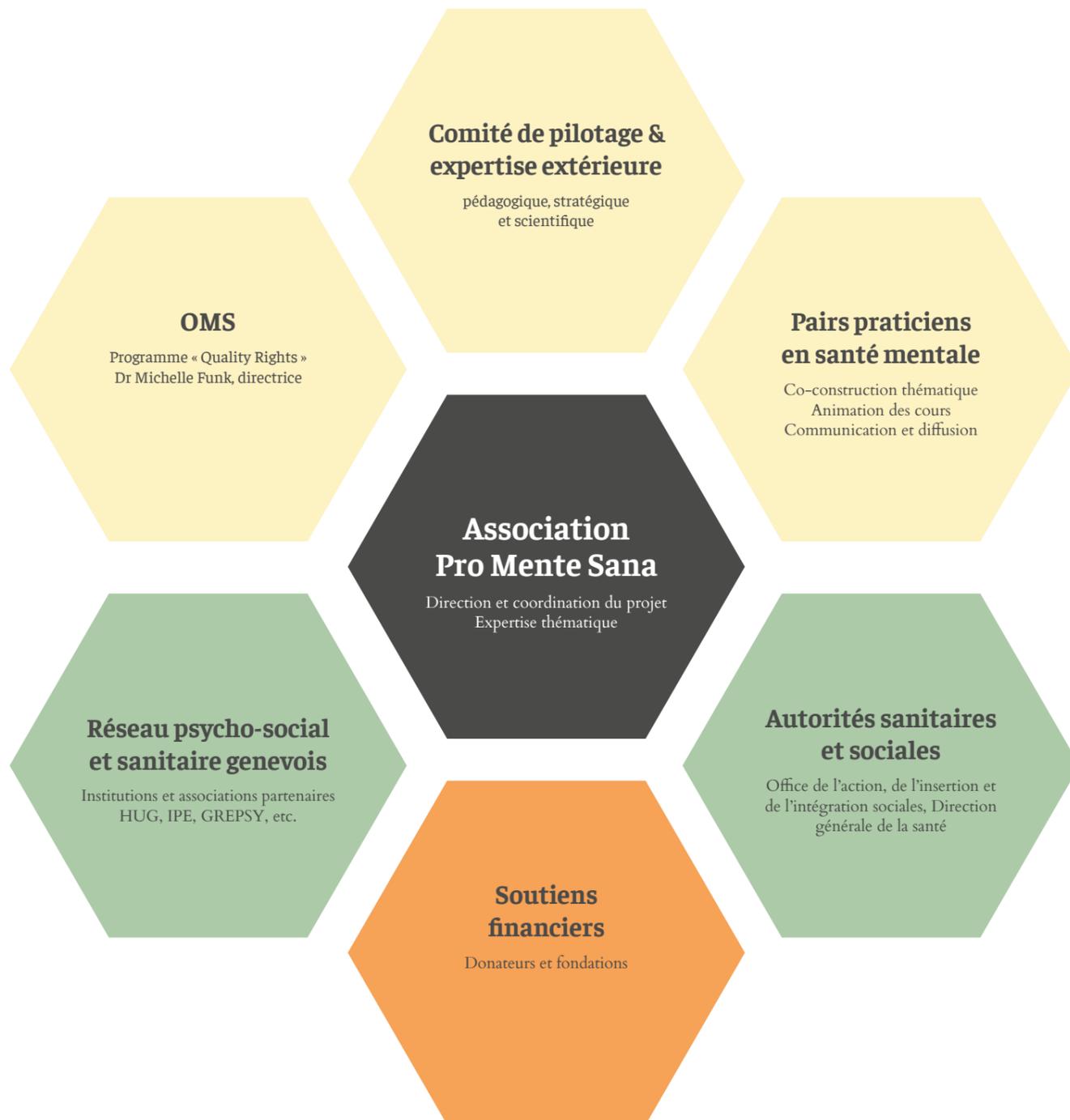
Développer l'offre de formation dans les institutions à Genève ; communiquer et échanger au sein du réseau international des *Recovery Colleges* ; soutenir le démarrage d'un projet vaudois (autonome et disposant d'un financement indépendant), réaliser une évaluation intermédiaire.

septembre 2020 - août 2021
(12 mois)

Poursuivre et consolider le projet à Genève ; faire connaître les résultats intermédiaires et concrétiser un modèle de financement durable ; partager nos expériences avec les projets de Collèges de Rétablissement dans les autres cantons romands ; réaliser une évaluation finale et diffuser ses conclusions.



Organigramme



Pourquoi Genève ?

- Le canton de Genève se caractérise par la vitalité et la densité de son réseau psychosocial, particulièrement associatif. Les pouvoirs publics et les institutions affichent une volonté de travailler en partenariat avec elles, afin de dynamiser les ressources de santé, de sociabilité et d'insertion communautaires.
- Depuis les années 1970, Genève s'est distinguée par l'intensité des activités de militance, de débat d'idées et de propositions novatrices en santé mentale.
- Le Pr Gaston Garone (longtemps vice-président de la fondation suisse Pro Mente Sana), dirige alors un centre psychosocial dans la cité et soutient la création de la toute première association dédiée à l'accueil des personnes malades psychiques (Gaspard de la Rive, devenue entretemps l'Association Parole).
- Un réseau riche et diversifié de structures associatives, sans équivalent en Suisse, se crée, entre autres sous l'impulsion de M. Alain Riesen, fondateur d'Arcade 84 et premier employé romand de Pro Mente Sana.
- Une trace encore plus ancienne peut être trouvée chez le Dr Paul Tournier, médecin genevois à l'origine de Pro Mente Sana et fondateur du mouvement « Médecine de la personne », dont plusieurs citations figurent au sein de ce dossier.
- Nous entendons à travers ce projet honorer cette part d'histoire de Genève ayant contribué aux progrès des pratiques médico-sociales.

Pourquoi Pro Mente Sana ?

- Depuis sa fondation, il y a 40 ans, et le début de ses activités à Genève en 1982, Pro Mente Sana constitue l'organisation nationale de référence dans la défense des intérêts et des droits des personnes souffrant de troubles psychiques et promotion de la santé mentale dans notre pays. La Fondation suisse est basée à Zürich, l'association romande à Genève et une antenne existe au Tessin.
- Pro Mente Sana est la seule association dévouée statutairement et exclusivement à la défense des intérêts et des droits des personnes souffrant de troubles psychiques.
- Elle dispose d'une crédibilité importante, reconnue comme principal partenaire en santé mentale par les associations et institutions genevoises (Forum ouvert organisé par la Direction générale de la santé en 2015).
- L'association romande est basée à Genève, canton avec lequel elle entretient des relations privilégiées et qui lui attribue différentes tâches d'utilité publique.
- Elle promeut depuis son origine les valeurs portées aujourd'hui par le courant du rétablissement, de l'*advocacy* (défense des droits) et de l'*empowerment*.

Association romande
PRO MENTE SANA

Rue des Vollandes 40
CH - 1207 Genève
T: 0840 0000 60
F: 022 718 78 49
info@promentesana.org

www.promentesana.org

Ce projet est rendu possible grâce au généreux soutien de l'Organe genevois de répartition des bénéfices de la Loterie romande ainsi que d'une fondation privée genevoise.



COLLÈGE DE RÉTABLISSMENT

© Association Romande Pro Mente Sana - 2019
Graphisme: Brian Cuttaz - Swink Studio
Avec nos remerciements à Mme Anne Leroy pour ses précieuses corrections.
