Vingt ans

d'Expérience

Chères lectrices, chers lecteurs,

Il y a vingt ans, en 1999, à Genève, les dispositifs socio-médicaux contre la souffrance psychique étaient déjà nombreux, mais il semblait manquer une multiplicité d'associations de souffrants psychiques, à l'image des deux associations déjà existantes.

Des forces citoyennes faisaient le constat de la nécessaire lutte contre la maladie psychique (ou contre sa mauvaise prise en charge), mais aussi contre l'isolement et l'inactivité. Une lutte qui soit aussi portée par des souffrants psychiques eux-mêmes, comme part de leur engagement dans leur rétablissement.

L'association L'Expérience, ce fut au départ Corinne, Adrien et moi. Trois volontés de développer l'autonomie des souffrants psychiques, d'intégrer leurs forces et leurs faiblesses, de défendre leurs droits et intérêts, dans une association de pairs, de semblables.

Dans l'association, le lien social et l'activité semblaient permettre de lutter contre l'isolement et l'inactivité. Et la militance participe à la déstigmatisation.

Voici une compilation de nos archives depuis 1999, année de création de l'association. Tout n'est bien sûr pas repris, il s'agit d'une sélection. Vous pourrez y suivre le projet de L'Expérience, son évolution, ses liens interassociatifs, et ses prises de position politiques.

Tous ces textes, souvent du même auteur, ne racontent cependant pas exactement la vie de l'association, l'accueil, tous les liens entre les membres, comment se font les activités, la richesse des échanges dans la réunion hebdomadaire. Mais il s'agit du reflet de vingt ans de présence de L'Expérience, de commentaires et de réflexions sur les activités dans et hors de l'association.

Nous vous en souhaitons bonne lecture !

Pour L'Expérience,
Jean-Marc Allaman, président

1 – FONDATIONS

Pour l'autonomie des souffrants psychiques 9
LE PROJET DE L'EXPÉRIENCE
1999, Premier texte 12
Une utopie : De l'associatif en psychiatrie sociale 22
Mars 2008, les idées d'activités qui ont traversé l'Expérience 26
Objectifs / moyens pour fin 2001 28
Tracts et papillons 30
QUELQUES NOTES 37
Notes de l'Expérience, 2002 39
Notes et commentaire, 2004 40
Santé psychique à Genève, si j'te colle une droite… 42
Notes de septembre 2009 44
La représentation de JMA dans les réunions du réseau psy de Genève et de la Coraasp 45
PRÉSENTATIONS DE L'EXPÉRIENCE 49

2 – ACTIVITÉS

Fonctionnement de l'association 67
ATELIERS 69
EXPOSITIONS 77
PAROLES 99
Bulletin de l'Expérience no 3, 2002 101
Bulletin de l'Expérience no 4, 2002 112
Bulletin de l'Expérience no 5, 2003 115
Atelier écriture mai 2003 117
«sans liberté pas de consentir… » 118
Écritures 119
Sortie équestre, mars 2007 120
Avril 2010 123
Dire 124
Songe d'une journée de psychiatrie 128
Voyage au Québec 132

SOMMAIRE

Pour la soirée thématique «Le rétablissement en santé psychique», UOG 2004 134
Je revendiquais 136
Mosaïque 139
Textes inachevés 140
RAPPORTS D'ACTIVITÉ & TÉMOIGNAGES 145

3 – LIENS

L'Expérience parmi la diversité des structures consacrées à la santé mentale 207
INTERASSOCIATIF 209
PLATEFORME PSY GENÈVE / ROMANDIE 229
Commentaire sur «Approche sociale et communautaire de l'ergothérapie» 230
Utopies pour l'Arcade 84 232
Témoignage trouble psychique / association de souffrants psychiques 234
Témoignage Psyfor 236
Ma participation au groupe de pilotage du forum Grepsy 2010 238
Journées sociales à Belle-Idée 12 et 13 octobre 2000 242
Rencontres à Belle-Idée 2 décembre 2000 245
Pour une équipe mobile en psychiatrie communautaire 248
En suite de la prise de position sur le projet de lois sanitaires 250
Réflexion autour de la santé mentale, janvier 2001 254
Extraits du journal d'un philosophe 262
Lettre ouvert à la PSQ, décembre 2001 270
Interdiction de dériver 274
Prise de position sur le projet de quatre lois sanitaires à Genève 276
Prise de position sur le nouveau Droit de la protection de l'adulte 286
Besoins et attentes des souffrants psychiques, mars 2010 289
Matinée d'information et de réflexion sur la politique de handicap à Genève par le DEAS 290
Lettre ouverte aux professionnels du psychosocial ou l'été des deux malaises 292

1 FONDATIONS

POUR L'AUTONOMIE DES SOUFFRANTS PSYCHIQUES

1

FONDATIONS

En 1999, dans le restaurant du centre de jour Arcade 84, qui accueille à midi des souffrants psychiques et une clientèle diverse, gens du quartier ou habitués, je suis passé de table en table avec un texte de trois pages sur la constitution d'une éventuelle association. J'ai constaté que nous étions plusieurs à partager la même conviction. Pendant plusieurs semaines, j'ai discuté, amendé, puis rediscuté ce texte avec plus d'une centaine de personnes, et surtout Corinne et Adrien, les deux camarades avec qui allait se fonder notre association, baptisée L'Expérience.

Pourquoi s'appeler L'Expérience ? D'abord parce que c'est l'expérience de l'autonomie de souffrants psychiques réunis en association, l'expérience qui répond à la question de savoir jusqu'où peut-on aller, et que peut-on faire, sans assistance professionnelle médicale ou socio-culturelle.
Ensuite, c'est l'expérience de l'association, de la vie associative et des activités partagées en autogestion, comme outil de rétablissement de la personne.
Enfin, c'est l'expérience que chaque membre fait de son intégration dans l'association, avec ses projets. L'expérience du chemin personnel de chacun.

Nos premières réunions se tinrent dans nos appartements, chez l'un ou l'autre. Notre premier lieu où pratiquer nos activités fut dans des halles squattées. Et en 2003, la Ville de Genève mit à notre disposition un local de 100m2 au Lignon.

Depuis, nous y partageons la vie associative et des activités artistiques. Ensemble, nous discutons de la condition des souffrants psychiques, travaillons à la défense de leurs intérêts et de leurs droits et développons des moyens de sensibilisation du public.

JMA

LE PROJET DE L'EXPÉRIENCE

1999
Premier texte

ASSOCIATION

L'EXPÉRIENCE

Introduction

À Genève vivent plusieurs milliers de Personnes Psychiquement Troublées – PPT, sigle aisément repérable. Formant une minorité parmi d'autres, les PPT sont prises en charge – à défaut d'autres moyens – par les institutions de psychiatrie, qui les soignent et suivent ensuite l'évolution de leur maladie. Force est cependant de constater que notre société n'intègre pas encore la psychiatrie, même avec plus d'un siècle d'existence, et crée ainsi une marginalisation des PPT.

Face à cette situation d'exclusion, chaque PPT doit trouver le moyen de se réinsérer dans le tissu social. Démarche souvent individualiste – pour ne pas perdre ses forces… –, alors même que se réunir avec d'autres PPT serait certainement plus profitable.

Si quelques PPT, après leur maladie, ré-intègrent bien leur milieu socioprofessionnel – en cachant toutefois généralement leur état… – et vivent une vie plus ou moins normale – c'est difficile, mais on a aussi des exemples rassurants de docteurs en sciences ou de docteurs en psychiatrie souffrant de troubles psychiques et exerçant leur discipline, avec la satisfaction d'avoir, en quelque sorte, vaincu la «malédiction» de la maladie… –, des milliers d'autres sont invalidées et n'ont d'autre recours que

l'assurance-invalidité pour leur permettre de subsister.

Mais au-delà d'une seule subsistance, pour ceux que la maladie a privé de beaucoup, il est nécessaire d'exister, et nous devrons même déjà parler de leur quête obligée d'une nouvelle identité.

En regard d'un milieu socioprofessionnel qui ne leur correspond plus – et même si une agence tente la réinsertion de quelques-uns... –, s'est donc mis en place un réseau d'associations – amis, parents, assistants sociaux, professionnels du paramédical, etc. – qui permet de les aider dans certaines de leurs préoccupations, notamment dans celle d'être capable de travailler – n'oublions pas qu'ils sont en incapacité de gain… –, et donc de répondre à la norme sociale par excellence qu'est celle du travail : on les occupe ainsi à de petits travaux ou à des activités créatrices. Un grand pas a donc été fait, depuis quelques décennies, dans l'acquisition d'une certaine dignité et d'une certaine identité. Les associations existant actuellement sont ainsi un bon refuge pour la majorité des malades, permettant de combattre aussi l'isolement et la solitude – certaines personnes restant seules cependant avec la maladie –, même si la définition du malade en d'autres termes – être humain, citoyen, … – reste encore difficile à donner.

Portrait

En parlant d'eux, je m'oublie : et qui suis-je, moi ? Ce Moi comme entité qui m'identifie : ma formation est achevée, j'ai un métier que j'exerce – quand je peux… –, j'ai des relations affectives satisfaisantes – dans le couple, avec les amis, les parents –, je suis sociable, et la culture à laquelle j'appartiens authentifie les exigences de mon intellect. Mon appartenance – comme identité, … –, ma communication relationnelle, mon ambition – mon désir, mon espoir, ma projection dans l'avenir –, et mon engagement conduisent au souhait – profond – de ma réalisation, doublé de la nécessaire reconnaissance qui conforte la justesse de mon existence.

Ce tableau du Moi serait évidemment incomplet sans la part d'ombre et de doute où se trahit le juste et où j'accepte l'erreur. J'ai confiance en Moi, en ce que j'ai fait, en ce que je suis. C'est peut-être le Moi sans la maladie. Le Moi d'avant – … –. Et la maladie, elle, vient bouleverser cet équilibre parfois fragile, elle me renverse, elle me nie, elle m'appelle par mon nom : malade. Je perds toute confiance, toute capacité ; mon passé – ma formation, ma vie affective, mon appartenance culturelle, etc. – est balayé pour m'avoir conduit là – et le «travail» avec les psychiatres n'arrange rien, qui cherchent avec Moi les erreurs d'un passé qui ne devient plus que d'erreurs, sans retour possible de ce Moi d'avant, confiant

et entreprenant… Le goût de la perte – qui se développe presque avec plaisir, formant un complexe de médiocrité apprise et rassurante… – devient une seconde nature niant et occultant tout le gain d'une vie – à tel point que Moi aussi est perdu, et se perd et se résout aussi en réaction par le suicide… Comme certains peuvent le dire : j'ai tout raté, même mon suicide… J'ai aussi perdu face au suicide. Peut-être y aura-t-il toujours le gain de ma vie – je dois y penser –, je n'ai pas tout raté, tout perdu. Mais j'ai perdu l'amour, je n'ai plus de relations sexuelles, elle est partie car je n'étais pas Moi – une ambition, une responsabilité, une confiance en Moi, un avenir, une représentation, une identité, … –, mais malade.

L'insurmontable barrière est posée. Restait-il encore de la confiance en soi, elle s'amoindrit encore. Les amis – dont la présence n'est possible qu'en dehors de leur travail – se lassent aussi peut-être d'une relation où ils ne sont que soutien – bien que la relation d'assistance tienne bien pour certains – et où je ne partage rien – pas d'activités ou de relations intéressantes à faire partager. Je les perds aussi. Le travail est perdu, d'une peur de rechute, d'un comportement timoré, d'une inadéquation aux stress psycho-sociaux, ou d'un «mauvais» cursus. J'ai perdu le sens des responsabilités, d'abord parce que je n'ai plus rien envers quoi ou qui prendre une responsabilité, ensuite parce que le confort de ma médiocrité me

l'interdit. J'ai perdu mon esprit de décision, faute d'objet, et j'ai perdu la volonté d'une quelconque prise de risque – sinon je prends un risque avec la maladie elle-même… Le sens de la relation se perd, devenant souvent un sens unique où domine la plainte – la plainte comme mode de vie appris chez le psychiatre, lieu de la plainte par excellence, où l'on ne fait mine que de vous écouter, le partage n'étant pas thérapeutique… Je m'en rends compte, m'en culpabilise, et ma confiance en Moi s'en amoindrit encore. Je ne parle plus de Moi, de ma maladie, de ma vie, à personne, je vis dans l'isolement, dans le retrait. Je subsiste grâce à ma rente de l'assurance-invalidité, seul, sans activité, sans amour – saisissant tableau pour une réflexion sur le suicide, le sens de la vie, ou l'existence d'une raison de vivre : la vie est-elle raisonnable ?
J'ai finalement deux dettes :
– d'identité car je suis malade.
– sociale car je suis invalide.

Tous ne ressemblent pas à ce Moi tracé à gros traits, mais bon nombre peuvent s'y rapporter.

La médiocrité en question

Que peut-on faire pour des gens comme cela ? Des études leur laissent une bonne intelligence – et une formation honorable –, ainsi qu'une grande créativité – leur fonction de leurres rassurants ne devant cependant pas être négligée… –, laissant entrevoir des possibilités d'existence tout à fait raisonnables. Mais une question plus cruelle se pose aussi – ils se la posent, leurs conjoints se la posent avant de les quitter, leurs parents, leurs amis se la posent : peuvent-ils – encore – réussir leur vie ? On atteint aux questions des suicidés… La question implique bien sûr de considérer les normes sociales, de tenter de savoir où se reconnaît la personne, mais plus individuellement elle met en doute la capacité de se donner des objectifs – petits ou grands – et de les atteindre, de les réaliser. On aimera ainsi peut-être mieux parler de développement personnel, où l'identité – sa définition – et la confiance en soi deviennent les éléments moteurs d'un véritable avenir et d'une existence digne.
Mais n'est-on pas démuni face à ces gens tourmentés ? Que ce soit derrière la négation du suicide ou dans la dépression, on voit qu'ils ne tiennent que grâce aux seuls premiers plaisirs de manger et dormir – et encore c'est déjà beaucoup, mais c'est déjà ça –, sans s'en satisfaire cependant… Et la peur de la maladie – qui leur enlève le peu de bien-être et de bonheur qui leur reste ou qu'ils ont réussi à conserver – les retient d'aller au-delà d'un nombre restreint de centres d'intérêt. Ainsi, et sans que leur intelligence soit mise en cause – il s'agirait bien plutôt d'émotion… –, ils font l'apprentissage de la médiocrité. Justifiant cet état, un psychiatre parlera volontiers

de principe de réalité, une formule aimable permettant de neutraliser désir et volonté – trop de désir, trop de volonté conduiraient à la maladie ? Peut-il y avoir «trop» de désir et de volonté, n'y a-t-il pas d'espoir ?

Vivant ainsi dans le retrait d'une relative médiocrité, où subsistent malgré tout désir et volonté – guidant à une satisfaction, à une réalisation, à une paix, à une sérénité, à un repos de l'âme opposé à une mélancolie coutumière… : au plaisir en somme… –, ils ressurgissent peu à peu à leur vie, et ce moteur essentiel qu'est le plaisir les attache, malgré leur frilosité – cette frilosité des gens qui ont beaucoup perdu, répondant à leur besoin de «sécurité» et de «confort» –, à un objet – manger, dormir,... –, et à un autre, et à d'autres sujets de satisfaction encore.

Mise en lumière de la problématique actuelle

Il est vrai qu'on a peine à nous tirer de cette médiocrité, de cette frilosité, de cette sorte de timidité, même en nous offrant, comme le font quelques associations en notre faveur, des occupations, rémunérées ou non, où nous pouvons nous impliquer – où nous pouvons tout au moins essayer de répondre, même partiellement, aux impératifs sociaux de notre temps… –, et visant – aussi parce que nous le demandons… – à notre intégration sociale, par le travail. Ne sommes-nous donc pas intégrés ou encore notre image sociale

ne peut-elle vraiment pas se former, reste-t-elle volontairement floue ? Au travers de ce flou, cependant, nous distinguons que nous pouvons partager quelque chose, un cadre, des collègues, nous recollons – pour ne pas dire : nous adhérons – à une réalité, à une normalité sociale : nous avons une «existence», «une identité».

L'identification du malade, notre identification, est logique : un malade a des besoins dans le moment de sa maladie, il ne vit que dans le présent du combat de sa maladie, lorsque vous le visitez, vous lui demandez ce dont il a besoin… Notre maladie à nous, nous suit toujours : n'avons-nous donc toujours que des besoins ? Il est temps d'imaginer qu'on puisse vivre en combattant constamment la maladie et que nos possibilités, nos désirs, nos élans, ne sont pas toujours remis à un hypothétique avenir, mais sont bien présents comme éléments moteurs vers un avenir, de malade, oui, qui est le nôtre, mais où besoin et soin jouxtent le développement harmonieux de la personne. Identifiés comme malades avec nos besoins – non nos possibilités, nos désirs, nos élans,... –, des professionnels socio-médicaux, des parents, des amis, tentent de nous aider, de nous soigner. Cela crée aussi un côté d'infantilisation – et cela peut se remarquer aisément dans certains de nos comportements… –, où nous ne pouvons rien faire pour nous-mêmes, où l'assistance appelle l'assistance… Le statut d'assisté nous place, de facto, dans un état de sujétion, qui néanmoins conforte la justesse de notre médiocrité.

L'alternative

Pour certains d'entre nous, le temps est venu de s'interroger sur la nécessité de notre intégration, sur celle de notre réponse aux impératifs sociaux, sur les aléas de l'assistance – tant au plan de la personnalité individuelle qu'au plan de l'image sociale qui s'en dégage. Nous sommes différents, vivons ainsi différemment, dans notre espace socio-économique, soucieux de nos prises en charge et de nos responsabilités, en créant une association où importe notre qualité de vie, sa définition. Pour nous, le combat de la maladie, dans les termes qui la définissent, et au travers de l'association, est un combat pour la vie. Nous n'acceptons pas la maladie, nous-mêmes, mais en la faisant accepter, par l'action, à d'autres, nous l'accepterons, comme part non péjorante d'une identité acquise par cette action, par cette association.

L'alternative que nous proposons ainsi à une psychiatrie incapable d'offrir des solutions et à des structures d'assistance insatisfaisantes, est la création d'une association, par nous et pour nous – qui se ressemble s'assemble… : narcissisme, premier pas d'une identité. L'association c'est une volonté, des gens, un lieu. Une volonté d'en finir avec la théorie

du malheur et du mal-être, d'en finir avec la médiocrité, une volonté de créer un avenir – par l'activité, l'échange, la rencontre… –, de créer une identité, une humanité dont la culture – au sens large du terme – exprime sa différence, ses choix de vie et sa qualité de vie, une volonté d'être un authentique partenaire social. Le choix d'une vie associative constitue pour nous, par notre engagement, l'outil d'une responsabilité retrouvée ; c'est un premier pas important, dans un lieu sans encadrement, où les activités vont aussi s'articuler autour des compétences de chacun – souvent masquées par la maladie – discutées à chaque fois en différentes possibilités offertes par la structure. Dans ce lieu, de vie, l'action de chacun, tant dans l'activité que dans les actes du quotidien et dans les relations humaines, concourra à établir un équilibre dans sa vie, et aussi sa vie affective, des semblables – et qui se ressemble s'assemble… – offrant une tolérance plus grande face à la maladie, ou autrement dit ne font pas une maladie de la maladie. Libre de trouver l'âme sœur et d'éprouver la sensualité exacerbée que l'on prête à beaucoup.

L'association L'Expérience

Pour formuler notre projet, nous nous appuyons grandement sur l'expérience de l'association Arcade 84 et sur l'expérience de l'Agis (Association genevoise d'insertion sociale), grandes sœurs de notre association,

qui règlent un modèle d'association fondé sur un plus grand partenariat entre les individus, sur un lieu où les enjeux socio-économiques sont pensés différemment, émargeant essentiellement à une réflexion sur la qualité de la vie – mais que peut donc bien être la qualité de la vie d'un malade, pensons aux sidéens, aux cancéreux ; aux handicapés, à nous, etc. –, où les facteurs psychosociaux sont volontairement éludés – c'est l'être humain qui prime –, leurs conséquences néfastes – les stress psychosociaux – dans les relations humaines du lieu étant gérés à leur survenue, et où notre identité, active, affective, culturelle, trouve un début de définition juste, en partage aussi – quoique difficilement… – avec d'autres personnes au sein du bistrot.

Inspirés par la structure de l'Arcade 84 et assurés par ailleurs de son soutien – statutaire –, pleinement conscient également des difficultés auxquelles nous devrons faire face, nous fondons ici l'association L'Expérience qui, au sein de sa structure, se veut un outil permettant à ces membres d'établir une réflexion et une action adaptées à leur désir de développement personnel, dans le respect des compétences de chacun et visant à définir une identité particulière qui permette de restaurer une confiance en eux. Si ce but s'avérait impossible à réaliser avec certaines personnes, leur orientation vers d'autres structures serait envisagée.

Le point central du projet est l'existence d'un bistrot, à l'exemple de l'Arcade 84, d'une surface – cuisine comprise – d'une centaine de m2, lieu ouvert à tous, qui ordonnerait le temps de la vie de l'ensemble de notre réalisation, soit une ouverture journalière de 10 h à 18 h, sauf le vendredi et le samedi où l'ouverture irait jusqu'à 23 h. L'ouverture le soir nous semble indispensable afin de pouvoir présenter des travaux artistiques – du karaoké à la musique, en passant par des lectures, etc. –, et aussi pour permettre aux membres de venir le soir en ce lieu, les gens et la culture que l'on rencontre le soir étant différents de ceux qui existent la journée…

Pour l'activité des ateliers nous prévoyons un espace d'environ 200 m2.

L'association L'Expérience fera partie du Regroupement des Associations Privées (RAP ; une demande est en cours).

L'association L'Expérience repose essentiellement sur la gestion d'un lieu de vie, inscrit dans le paysage urbain, par l'ensemble de ses membres. L'engagement d'un membre se fait par simple cooptation. Sa structure est simple : un comité de gestion est lié par des réunions – à quinzaine – aux membres intéressés à différents objets et applique les décisions prises en commun ; une assemblée générale tous les 3 mois permet de réorienter, au besoin, les objectifs de l'association et de corriger, s'il le faut, l'image so-

ciale qu'elle propose ; le comité est élu pour une année.
Les ateliers proposés devront être discutés avec les membres, qu'ils soient participants ou intervenants, en fonction de compétences et de désirs personnels, et de la place et du matériel disponibles : des membres du comité peuvent déjà proposer des activités : lecture, écriture, répétitoires de cours, infographisme, cuisine – ensemble du service du bistrot –, moulage, sculpture. Sur la semaine, cela représente déjà de l'activité pour une quinzaine de personnes – avec le temps qu'elles veulent consacrer à leur activité –, et le but de l'association est de développer, avec de nouveaux venus, cette perspective.

L'association L'Expérience existe statutairement – les statuts se trouvent ci-joint – par votation en assemblée générale constitutive, son comité a été nommé, son président, sa secrétaire et son trésorier ont été élus, et la recherche d'un lieu et de subventions a été décidée.

Pour l'association L'Expérience,
septembre 1999
Le président : Jean-Marc Allaman

Ce à quoi vous avez échappé :

Les intellectuels sont souvent ceux qui se sont
assez longtemps pris pour des intellectuels.
Moi, y'a des trous.

Conscience nouvelle dans un rythme de vie et une fierté d'appartenance, respect de celui qui agit, existence par l'activité, reconnaissance et proposition d'image sociale.

La maladie, parce qu'elle m'a déjà coûté plus d'une
relation sentimentale, me retient d'en avoir une nouvelle
je m'associe à un(e) semblable comme
«qui se ressemble s'assemble».

Compliance comme obéissance tendent à l'infantilisation, couplées au sentiment d'infériorité dû à un jugement du soi malade et dans la négation de soi résultant d'une opposition naturelle au tableau clinique ; tout ceci permet d'ébaucher la théorie du malheur.

Trop d'enthousiasme nuit…

Une existence niée s'appuie sur l'essentiel
(dans le cœur ?)

A-t-on le droit de se plaindre ?

A-t-on le droit d'agir
au nom de l'identité que nous créons ?

Doit-on supporter
et résister au monde de la violence ?

Recomposition de sa vie (repartir à zéro…).

La maladie impose de nouvelles normes / un sens au passé, aux compétences, à la confiance en soi, dans son passé (même vide ou presque) et dans sa projection vers l'avenir (même pauvre…)

En psychiatrie : relation patients-corps-médical :
droit de soins ou droit de sévices (comme autrefois les électrochocs, la lobotomie, les chocs à l'insuline,etc.)

05.01.05 – 10.01.05

UNE UTOPIE : DE L'ASSOCIATIF EN PSYCHIATRIE SOCIALE

L'idée mérite que l'on souligne son développement. En effet, une association-école, en autogestion avec 50% de (ex-)patients minimum, en psychiatrie sociale pourrait répondre à nombre de questions insolubles aujourd'hui. Rien que l'association en soi, et peut-être aussi la promotion d'associations, même à courte durée d'existence, est déjà une expérience psychosociale d'importance. C'est l'associatif, la vie associative, un premier trait de l'association.

Il s'agit avant tout de définir le ou les besoins qui motivent l'association. Chacun exprime son analyse de la situation, formant constat des raisons d'exister de l'association, et menant par une force commune à dégager des moyens conceptuels de remédier aux troubles constatés. Ceci définit les buts ou objectifs visés par l'association, et généralement consignés en tête des statuts écrits de l'association. Ensuite se définissent les actions de l'association et leur organisation, les premières étant souvent d'inscrire la nouvelle raison sociale à une adresse physique et dans un cadre économique favorable.
Pour ce qui nous occupe, le lieu s'obtiendrait auprès de la psychiatrie sociale, et les moyens économiques auprès des départements de la santé des communes, des cantons, de la confédération.

En psychiatrie, les besoins du patient peuvent être résumés à sa vie courante dans l'institution, à son activité (de production dirons-nous),

et à son existence sociale dans ce contexte, comprenant toutes les relations à autrui, aussi bien patient que soignant ou que personne «externe».
Les difficultés sont souvent d'ordre relationnel, elles résident aussi dans la trop grande pauvreté des moyens donnés aux patients (et je ne parle pas forcément ici d'argent…), et le pouvoir de négociation du patient sur les différents aspects de sa vie institutionnelle est trop mince.

Hors des griffes de la psychiatrie, le statut passif de patient n'existe plus, c'est pourquoi je préfère, en et hors de la psychiatrie, le statut actif de souffrant psychique, même si la souffrance est une action qui devrait être vue comme une transformation (ou un processus de transformation).

Il y a statut actif si il y a qualification, celle de souffrant psychique ne serait qu'un premier état.

Même si on a été victime de violence en l'ignorant, même si on rejette sans le comprendre le trouble psychique qui s'en est suivi, le plus difficile reste la psychiatrisation, non parce qu'elle est sensée faire prendre conscience des problèmes d'une vie à résoudre, mais parce qu'elle fait prendre conscience, à tort, du déclassement social, de l'absence de qualité, de l'incompétence, y compris dans des domaines de compétences bien réels, de l'incapacité, de l'invalidité, de l'irraison, de la folie. La confiance en soi, et en autrui, disparaît.

La psychiatrisation d'une personne, par un sentiment d'incompétence qui se traduit par la perte de confiance en soi, par des comportements incertains (lire le doute du vrai ou du faux pour chaque geste, chaque parole), par la diminution de la sociabilité, entraîne la chute de son statut, pour le statut passif de patient. On voit bien là ce qui peut faire la différence entre un patient somatique et un patient psychique. Dans son temps d'hospitalisation, un patient somatique sait bien qu'il garde son statut social, qu'il ne le quitte pas vraiment, au contraire du patient psychique.
L'essentiel de la discussion est là, sur la nécessaire définition du statut des psychiatrisés, et un statut actif à la définition duquel la personne prend part.

Il y a statut actif si il y a qualification, au sens de reconnaissance, et il y a qualification si il y a expérience.

C'est quoi l'expérience ? C'est d'être au monde et d'y essayer ce qu'il a de bon à nous apporter…

La psychiatrie communautaire est un monde, une somme d'expériences, qu'une association-école pourrait proposer à l'expérimentation, permettant de développer des parts actives au rétablissement de la personne dans un statut social acceptable et cohérent. La psychiatrie contraint et enferme à fin d'éducation, donc l'association ne pourrait que l'aider à remplir cette mission…

L'association-école, autogérée et respectueuse de l'autodétermination de chacun, offrirait un choix d'expériences comportementales (orales, gestuelles, ou intellectuelles), ou relationnelles, ou d'activités concrètes, par le geste avec la matière. L'inscription au sein de l'association constitue l'expérience de la vie associative elle-même, ou expérience psychosociale.
En exemple, il y a les groupes de paroles ou de réflexion, les activités créatrices, l'expérimentation de modèles psychosociaux, tels les labyrinthes ou les réflexes pavloviens, etc., tirés d'observations scientifiques sur les humains, les animaux, les plantes, par des biologistes, des psychologues, des kinésiologues,etc., et il y a même aussi le bénéfice des apports comportementaux du théâtre.
Il pourrait y avoir des espace d'incitation à l'auto-analyse, et des moyens prévus pour celle-ci.
On ajouterait à l'analyse thérapeutique ce qui lui manque, à savoir l'espace de la valorisation de soi, dans l'histoire, la mémoire, les compétences.

L'individu veut être son propre maître, s'organiser de manière autonome, et cela n'est pas différent pour un souffrant psychique. Sa souffrance est son domaine.
Toujours il espérera se guérir, il le désirera, et il pourra choisir d'apprendre pour cela.
Plutôt en autodidacte, autonome.
Lui proposer ainsi, en psychiatrie sociale,

une école de l'expérience, telle l'association proposée, devrait rencontrer ses intérêts, c'est-à-dire de pouvoir expérimenter de manière autonome des processus ou scénarios psycho-socio-actifs.

L'association-école pourra délivrer des attestations d'expériences faites, donnant même des crédits dans le cadre d'une formation modulaire plus large, pouvant passer par les différentes ressources en santé psychique ou par les écoles du canton, chacune permettant de faire un certain nombre de crédits pour une formation qualifiant enfin le souffrant psychique avec un métier, un titre, un statut.

Les espaces de revendication, de défense, de négociation, ne sont pas oublier.

Une coordination devra être mise en place entre l'association-école et la psychiatrie sociale institutionnelle, et l'association-école devra être reliée de manière cohérente avec les ressources en santé psychique du territoire.

Jean-Marc Allaman

Mars 2008

Les idées d'activités qui ont traversé L'Expérience

Lecture
Ecriture
Café-biologie
Fabrication de papier à la cuve
Maquettes
Modelage-sculpture
Dessin
Peinture
Photographie noir/blanc
Informatique utilisateur/multimédia
Fabrication de jeux de société
Petite mécanique
Peinture sur T-Shirts
Cuisine
Bricolage
Espace détente
Photographie numérique
Terre-céramique
Fabrication de lampes
Broderie
Art-déco

Actuellement :

Photographie noir/blanc
Photographie numérique
Maquette

Et bientôt :

Initiation au vitrail Tiffany

Depuis 1999, une trentaine de personnes environ ont tenté de s'installer avec une activité au sein de l'association.
Quelques-unes sont toujours membres actifs de l'association, alors que d'autres ont pu se trouver d'autres intérêts, un atelier, une école, etc.
Actuellement nous sommes 6 membres actifs.

Clarissa

Robert

ASSOCIATION L'EXPERIENCE

Usine MottattoM
Av. Giuseppe MOTTA 20
1202 GENEVE
Tél.:022/774.07.04 M.Allaman

Genève, le 27 novembre 2000

OBJECTIFS/MOYENS POUR FIN 2001

Membres : 20 personnes
Mise en place : 8 activités dans le lieu de l'association 1 à l'Arcade
1 cuisine équipée
1 table 180 x 80 cm pour place dessin
1 table 180 x 80 cm pour place informatique
1 table 180 x 80 cm pour place modélisme
1 table 180 x 80 cm pour place poupées/lecture/écriture
1 table 180 x 80 cm pour place sculpture (voir Françoise)
1 place photo à l'Arcade

Estimation de fréquentation du lieu

- 1 place : 2 heures par personne par semaine
- 34 places pour 10 personnes par semaine soit environ 3,5 places par personne par semaine ce qui donne la possibilité de 7 h d'activité par personne par semaine

Description des activités, coûts et recettes estimés

		coûts	recettes
1	cuisine (1000 repas par année pour 8 personnes)	8'000.00	10'000.00
2	dessin et peinture (3 places)	1'200.00	500.00
3	informatique (5 places)	1'200.00	400.00
4	lecture (5 places)	150.00	00.00
5	modélisme (3 places)	600.00	600.00
6	poupées (3 places)	600.00	800.00
7	sculpture - terre (5 places)	1'500.00	1'000.00
8	écriture (5 places)	150.00	00.00
9	photos (Arcade)	1'500.00	1'200.00
		14'900.00	**14'500.00**

Subventions

- Demande de subvention : Fr. 15'000.00
- Possibilités : remboursement ou investissement ou répartition,
  soit : produit des ventes en retour
  soit : report du reste des subventions à l'année suivante
  soit : répartition des produits de vente entre les membres.

Souscriptions

- Marie-Helène prépare une ébauche qu'elle soumettra à Jean-Marc.

Fichier d'adresses

- Il a été demandé aux membres de fournir leurs coordonnées.

Convocation à l'assemblée générale

- La prochaine assemblée devrait avoir lieu le 22 décembre 00 à 16 h 00 à MottattoM (bistrot le Crépuscule), selon la disponibilité de chacun
- Karin attend confirmation pour envoyer les convocations.
- Planning des réunions 2001 à établir.

Bulletin d'information

- Jean-Marc se charge d'établir un bulletin d'information bimestriel sur l'évolution de l'association dès le mois de janvier 2001.

Permanence actuelle

- du lundi au mercredi : Jean-Marc
- du jeudi au vendredi : Marie-Hélène
- dans l'attente d'une troisième personne
- Jean-Marc aura un natel dès le mois de janvier 2001.

Inscriptions et cotisations

- Les inscription se font au moment de la 1ère rencontre
- Préparer bulletins d'inscription.
- Récupérer cotisations.
- Demander des bulletins de versement à la banque.

Membres du comité

- Élire 3 membres du comité

Procès verbaux

- Marie-Hélène scripte
- Karin dactylo + envois

ASSOCIATION L'EXPERIENCE

Usine Mottattom
Av. Guiseppe Motta 20
1202 Genève
Tél. 022 555 55 55

tract

Votre souffrance a un nom ?

Votre psychisme est mis à mal ?

Votre identité est morcelée ?

Votre vie quotidienne est difficile ?

Vous voulez rassembler les morceaux de vous-même ?

Vous voulez ramener l'usage de votre vie au présent ?

Vous voulez dire 'non' a une image faussée de vous-même ?

Vous voulez tenter l'expérience de la vie associative ?

Vous voulez rejoindre des semblables dans leur association, dans le lieu de vie qu'eux seuls savent faire vivre ?

Si vous voulez vous engager dans l'Association L'Expérience, elle vous apportera certainement des éléments utiles à votre vie.
Une solitude rompue, par la rencontre, l'écoute, et le partage avec d'autres membres.
Une plus grande indépendance, grâce à l'autogestion de l'association, et au travers de l'accomplissement au quotidien de l'activité de votre choix.
Elle vous donnera un certain sens des responsabilités, déjà dans votre engagement en temps que membre et jusque dans votre activité en son sein.
Vous n'y mettrez que l'énergie que vous désirez y mettre.
Avec vous l'association sera ce rythme, ce ressourcement, que l'on se donne.
Vos compétences, trop souvent masquées par une situation difficile, pourront ressurgir au travers des moyens de l'association, là où ne compte que votre présence et vos actes simples du quotidien.
Avec votre projet ou en intégrant le projet d'autrui, c'est votre désir qui guidera aussi l'élan commun qu'est l'Association L'Expérience.

Rejoignez-nous !

Salut !

ASSOCIATION L'EXPERIENCE

24.01.01

Association

L'Expérience réunit des **souffrants psychiques** et des **amis,** tous bénévoles.

L'Expérience est un lieu où exercer son **autonomie**, en réalisant son propre projet d'**activité** ou en adhérant à un atelier.

L'Expérience est une association **autogérée** où chacun a sa voix.

L'Expérience, c'est **être ensemble**, c'est rompre avec la solitude, c'est bénéficier de toutes les ressources de l'**entraide** et de la **solidarité**.

Bienvenue !

Ch. de Château-Bloch 19 | 1219 Le Lignon
022 797 31 67 | l.experience@bluewin.ch
Bus : 7, arrêt Cité Lignon | 27, arrêt Barde
Permanence : mercredi de 14h à 17h30

L'Expérience

pour l'autonomie des souffrants psychiques

avec le soutien de la Ville de Genève et de la Loterie Romande

Association

L'Expérience

Pour l'autonomie des souffrants psychiques

Chemin de Château-Bloch 19 (1er étage)
1219 Le Lignon
022 797 31 67
l.experience@bluewin.ch

Bus 9 arrêt Barde (20' de la gare Cornavin)
Bus 7 arrêt Cité Lignon

Bus 51 arrêt Barde.
Bus 28 arrêt Château-Bloch.

www.l-experience-association.ch
www.facebook.com/AssociationExperience

Nos heures d'ouverture et de permanence téléphonique sont :
Le lundi, le mercredi et le vendredi de 14h à 17h30.

N'hésitez pas à venir nous trouver
pour tout renseignement
.

Cotisation :
Membre actif, CHF 30.-/an
Membre de soutien, dés CHF 30.-/an
Postfinance IBAN CH25 0900 0000 1428 1105 0

Avec l'appui de
la Ville de Genève
Département de
la Cohésion Sociale
et de la Solidarité

L'Expérience est membre de la
Coraasp
Coordination Romande des Associations d'Action pour la Santé Psychique

L'association L'Expérience a été créée en 1999. Elle est autogérée par ses membres actifs, des souffrants psychiques et des amis.
Elle est un lieu qui permet l'exercice de l'autonomie de ses membres.
L'Expérience veut favoriser l'expression culturelle et artistique de ses membres.

C'est un lieu de rencontres, d'entraide et d'activités, dans lequel vous pourrez avoir une activité en atelier. Quelques activités possibles sont la photographie, le vitrail Tiffany, les jeux de société, le dessin, la peinture, la céramique, la bande dessinée, la gravure.

Venez discuter pour que l'on voie quel serait votre projet avec nous !

Et devenez membre de L'Expérience, participez à sa réunion de gestion hebdomadaire du mercredi !

L'Expérience vous tente ? Bienvenue !

Inauguration des locaux de l'Expérience à MottattoM en 2000

Installation dans nos nouveaux locaux du Lignon en 2003

QUELQUES NOTES

Dès ses débuts, L'Expérience a produit un certain nombre de notes.
Elles n'ont pas toutes eu vocation utile, mais reflètent, tout au moins subjectivement, un état de l'association.
En voici un florilège.

2002

NOTES DE L'EXPERIENCE

En reprenant l'ensemble des notions qui ont pu traverser l'Association L'Expérience jusqu'à présent, il en apparaît un certain nombre qui toutes semblent pouvoir se relier entre elles.

Mais d'abord, et quoi qu'on en pense, « malade mental » n'est pas un statut social.

La notion de statut social de l'homme se fonde d'abord sur la dignité, sans laquelle il ne peut y avoir d'existence sociale.

Dans la dignité se développe l'identité, identité à usage social, puisque l'identité est aussi ce que l'on donne à voir de soi aux autres, comme on présente sa carte d'identité au douanier. Identité de soi et de la représentation de soi. Le piège serait de s'enfermer dans la seule représentation de soi. On pourrait caractériser l'identité par un degré d'autonomie et un degré d'indépendance. Il est un paradoxe que j'ai noté, c'est-à-dire que ce n'est qu'une fois autonome et indépendant (essentiellement par la formation) que la société intègre l'individu. Et si une fois il sort de cette intégration, alors il est peu de chemins pour regagner une nouvelle autonomie et une nouvelle indépendance.

On comprend certainement mieux alors qu'il puisse exister une vraie dépendance à l'assistance.

La responsabilité vient compléter l'exercice du statut social de l'homme, dans le sens où la capacité de réponse implique forcément soi et autrui. A un niveau d'organisation plus important, nous pourrons aussi parler de citoyenneté.

La qualité de la vie (et que peut être la qualité de la vie d'un malade) se définira, elle, au travers de tous les aspects cités ci-avant.

Et tout ce travail ne peut se faire que contre l'exclusion.
Là où les exclus ont peur des structures, car des structures les ont exclus.
Là où les exclus, et tous les autres, se doivent de revoir le réflexe social d'exclusion de la maladie mentale et des malades, vers leur acceptation.

L'image sociale se forme, offrant une visibilité sociale aux autres, définie par une vie sociale, une vie culturelle, etc.

L'Expérience devrait être là pour faciliter l'autonomie et l'indépendance de ses membres (souffrants psychiques ou autres) au moyen d'"outils-de-la-réalité", tels que la démocratie, l'association, un lieu, des activités (manuelles, intellectuelles, culturelles).
Ou plus simplement par la vie associative et l'activité, cette dernière quelque part sur l'axe de l'activité humaine allant de son fondement du début de l'histoire de l'humanité au travail tel qu'on l'entend dans notre modernité.

Par l'activité se développeraient l'autonomie et l'indépendance qui conduisent, par le geste et la production, à une vraie visibilité sociale.

L'Expérience permettrait de modifier l'image sociale de ses membres, leur statut, par l'élaboration d'une culture et la défense d'une qualité de vie.

L'Expérience autoriserait une socialisation là où elle fait défaut.

Elle permettrait de retrouver la confiance sociale (confiance en soi, en autrui).

Pour le Forum, pour le Grepsy, pour les rencontres de Belle-Idée 18.8.04

Notes et commentaires

18.7.04 Erratum : Dans ma dernière lettre 'En suite de ….', pour la donnée statistique sur les besoins associatifs à Genève, il faudrait bien plus d'une centaine de nouvelles associations (pour 20 à 80 membres chacune), plutôt que la seule cinquantaine mentionnée…

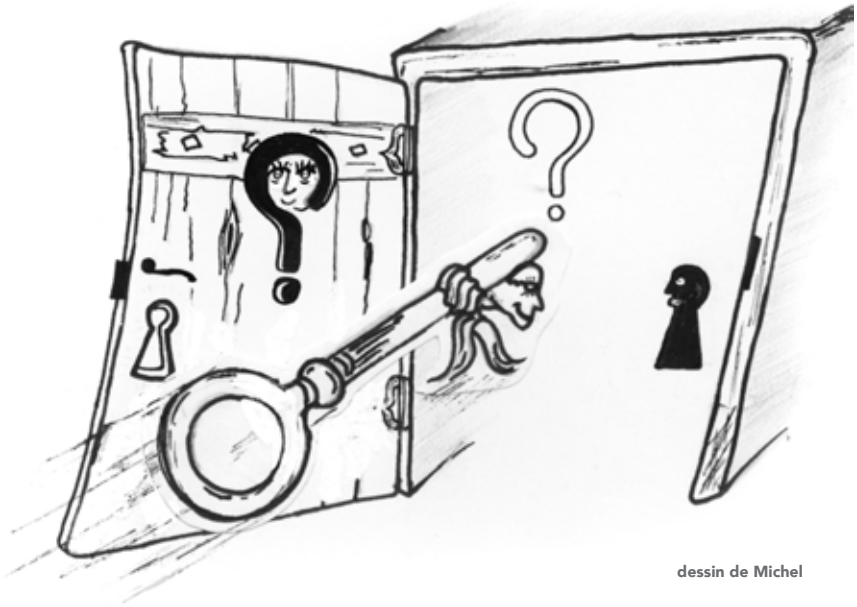
10.7.04 Nous nous interrogeons sur notre objectif, peut-être notre enjeu éthique, est-ce le patient, le souffrant, la souffrance elle-même ? Conserver l'indépendance de la personne c'est ne pas la prendre pour cible, pour objectif et enjeu de réflexion, notre objet peut ainsi être la souffrance, dans sa réduction, son intégration, sa communication, en bref dans des phénomènes de relation.
Pour les médecins, il est cohérent de replacer le patient au centre de leurs préoccupations, d'effectuer un recentrage professionnel et éthique, mais pour d'autres catégories de population, cela n'est pas toujours vrai, il existe une dynamique sociale où le souffrant est une personne autonome, indépendante d'un système (médical ici). Au centre la souffrance, son reliement.
Réduire la souffrance, ce peut être rejoindre (joindre à nouveau) les malades, les souffrants, les exclus, c'est combattre ensemble (ensemble social) les maladies, c'est la solidarité. Si les ensembles sont disjoints, on travaillera à réduire leurs écarts, on les solidarisera…
La souffrance dit et signifie, elle peut faire évoluer la société, être une de ses intelligences !
Dans le guérir, ou quelque autre mot équivalent, résident de multiples dimensions, médicale, sociale, soi, etc.
00.0.00 Le but éthique du Grepsy pourrait être de transformer la souffrance en créativité, où le souffrant reste libre, et libre de choisir ce qu'il en fait.
23.7.04 Pour revenir à ma réflexion sur la formalisation du Grepsy, je crois à la valeur de l'engagement associatif, qui n'a lieu qu'en une structure associative formelle. On oublie peut-être trop quelles sont les difficultés de certains d'avoir et de garder une motivation suffisante à la poursuite de leur engagement. L'engagement formel peut pallier à cette difficulté…

9.2.04 A Genève, l'ensemble proches-personnes-concernées est représenté par six associations (au moins), Le Relais pour les parents, Le Biceps pour les enfants, et Atb, Reev, Parole, L'Expérience, pour les personnes concernées. Manque une représentation des conjoints ou compagnes-compagnons…
16.7.04 L'Expérience est prête à défendre une association de conjoints de souffrants psychiques, dont le nom pourrait être 'L'As de Cœur'…
L'association Le Relais aurait-elle déjà une section pour proches-conjoints de souffrants psychiques ? La Maison de Laura de Marc Schwartz existe-t-elle toujours et pourrait-elle fonctionner en ce sens ?
21.7.04 La chance de Genève, à l'opposé du Québec, est de pouvoir créer une association en santé psychique avec des professionnels de psychiatrie (privée ou publique), des souffrants psychiques, et des proches de souffrants psychiques (parents, conjoints, enfants).

19.7.04 L'Expérience mène une mission d'enseignement depuis trois ans à l'IES, pour des étudiants de troisième année, avec le conseil aux futurs travailleurs sociaux de pouvoir faciliter et de pouvoir participer à la création de structures associatives.
Cela pourrait-il être mis en parallèle avec de futures missions d'enseignement auprès des HUG-BI ?

20.7.04 Un Forum des associations de souffrants psychiques pour la rencontre des associations et de leurs membres, pour l'échange d'information, pour la coordination de projets, pour la représentation dans les différentes ressources en santé psychique.
Dans le Forum des associations de souffrants psychiques, les sujets suivants pourraient être abordés :

- le module d'enseignement pour les HUG-BI
- l'association tripartite à Belle-Idée
- un bulletin collectif du Forum
- la présence des associations de souffrants psychiques à Belle-Idée



dessin de Michel

Essai Santé psychique à Genève, si j'te colle une droite…

J'ai passé avec succès mon bizutage intellectuel ces dernières années, histoire de boucher mes trous d'inculture. Une politique qui aujourd'hui défend le professionnalisme tous azimuts. Le corporatisme et l'économie de marché sont deux sociétés écrans derrière lesquels on croit aujourd'hui encore pouvoir exploiter la souffrance dans l'indifférence, on irait même jusqu'à la développer. Mais heureusement, la collectivité met un frein à ce phénomène en limitant sa contribution à la santé. Quitte à voter pour ceux qui ont mis en place cette pression. Le prix de l'insensibilité, le prix d'une anesthésie sociale. Plus de malades, plus de maladies, c'est le remède économique souverain, toujours plus. Caste dirigeante, quel est ta profession ? Ta politique professionnaliste, corporatiste et libéraliste, va, je l'espère à présent, rendre le marché de la santé plus efficient, sans augmenter le coût mutuel, et faire que les souffrants, par leur expérience de la souffrance, développent avec toi l'efficience de soins, sur fond de négociations serrées, et sur l'obtention de vrais moyens pour ses représentants associatifs. La cohérence du système de soins genevois ne reposera pas sans les solutions des concernés.

Le mot d'ordre est professionnalisme. A l'exemple des textes sur la 5e révision de l'AI, plus de professionnalisme et plus de professionnels assurent un meilleur entourage du patient (= au centre…), avec des passerelles pour sa formation et son emploi, ce qui est une revendication des associations le représentant. Le professionnalisme est un savoir-faire et une organisation, sa pertinence est mise aujourd'hui à l'épreuve de l'efficacité, épreuve où le bénévolat associatif, avec son propre savoir-faire et sa propre organisation, est un autre membre de l'équation, et la solution de ce problème semble passer par une saine concurrence entre toutes ces différentes compétences, les unes étant salariées, les autres pas.
Un besoin des souffrants psychiques est l'acquisition de compétences, sociales ou de formation, et la recherche d'autonomie. Les associations et les groupes d'entraide peuvent favoriser ce mouvement.
Mais la question d'une qualification possible pour les membres d'associations reste posée. Professionnaliser l'associatif, en commençant par sa qualification, va être très difficile…
La pertinence associative repose aussi sur la réponse que l'association peut apporter à la personne qui y vient, avec ses besoins, ses désirs, ses possibilités, en quête du respect de son autonomie, dans l'espoir du dialogue constructif et de la négociation, pour réaliser un projet, remplir un objectif, rencontrer l'autre. Dans l'esprit de cette qualité humaine qu'est la solidarité.
Le savoir-faire et l'organisation développés dans les associations ne sont pas encore calculés en termes d'économies sur le budget de la santé, mais si ils l'étaient, on pourrait envisager un retour, financier ou autre, pour soutenir l'action des associations.

Dans le monde politique et économique actuel, les revendications associatives restent la comptabilisation économique du travail bénévole, le soutien de la solidarité, le développement des mouvements d'entraide, le respect de l'autonomie acquise par l'activité, par la reconnaissance, par la qualification (pour un emploi sur le marché du travail).

La politique actuelle, anticipative dans son examen passé des ressources en santé psychique à Genève, devrait permettre aux associations existantes de continuer leurs activités, puisqu'elles font désormais partie du patrimoine social de Genève. L'émergence de nouvelles associations sera par contre difficile. L'économie partenariale nécessite en effet des instances parfaitement individualisées, et non en cours d'élaboration.
Entre politique et économie, les vaches sont aujourd'hui bien gardées.
Réduire le budget de l'Etat n'est pas chose aisée, mais pourra-t-on encore débattre démocratiquement des postes à diminuer ? Peu de crainte pour le budget de la santé, les

enjeux économiques y sont clairement définis depuis longtemps. Et proposer des restrictions budgétaires serait utiliser déloyalement les armes de l'adversaire.

La politique d'aujourd'hui verra les entreprises sociales défendre leurs acquis, autorisera les innovations négociables sur le marché de la santé, après qualification, quitte à même convertir les réfractaires à la langue de bois…

Le réflexe social dans une société de la réussite obligatoire où on ne sait plus où est le plaisir, réflexe aussi véhiculé par la psychiatrie, fut-elle sociale, de considérer qu'une victime fera à son tour des victimes (ex. : un enfant battu battra ses propres enfants, une personne violée violera, etc.), par mimésis éducative ou identitaire, sans tenir compte des possibilités de contradiction et de non-violence, justifiant de l'exclure par (mesure de) prévention, et ainsi, par prévention, on soigne des délinquants potentiels, non la souffrance et la personne qui la porte, non la maladie et le malade, mais le déjà hors-la-loi.
Par cette prévention on en vient à criminaliser avant crime, on gâche a priori l'image sociale du souffrant et de la souffrance, pourquoi, pour prévenir la reproduction d'un crime original, pour prévenir les 'bêtises' de l'état du malade ?
Ce que la psychiatrie soigne ainsi est la société (malade ?), non la personne. Cela est absurde, et on ose espérer qu'en plaçant le patient au centre (de l'attention médicale), la psychiatrie aura plus de soins pour la personne, non pour la société ?

Décryptez, s'il vous plait, la phrase suivante : nous vivons une société dominée par le stress. Le pouvoir de stresser permet en effet une domination sur son sujet, par le stress. Dans le discours pour la prévention, il convient d'y prêter attention, de bien discerner le stress au savoir, tout savoir, tout connaître, qui suis-je pour prétendre cela ?, il n'y aurait que savoir de prévention, plus de recherche, de découverte, d'inconnues.
Deux discours, deux politiques, deux préventions se heurtent : une prévention négative (-), qui est imposée, qui est un stress, la condition du risque de l'ignorance (du 'savoir préventif') et de la possible conséquence néfaste de ce qu'on ignore. Apprendre par la culture de la peur de ce qu'on ne connaît pas. Une prévention positive (+), condition alternative à la prévention négative (-), dit qu'il existe des moyens et du temps (…) de revenir de conséquences du risque de l'ignorance. L'existence de L'Expérience va dans le sens de cette réintégration. Et on apprend là, on sait là ce qu'on veut, ce qu'on choisit, sans être imposé, sans stress.
Prévenu ou curieux, sans doute encore tous deux, je sais et j'ignore, tout à la fois, et je distingue les étendues respectives, avec humilité. Limiter par la prévention les risques que l'on connaît…
Les politiques se rejoignent ?

J'ai autour de moi un microenvironnement, d'environ 150 personnes d'après certaines études, passant par ma famille, mes amis, mes connaissances, etc. Telle constellation se trouve prise dans un macroenvironnement, le plus souvent économique, et quelles relations entretiennent ces deux mondes ? Il se peut que le dernier veuille entraîner le premier dans sa configuration, à moins que celui-ci fasse résistance, mais c'est à tout le moins dans leur interaction que se constitue l'environnement proprement dit. Et l'alternance politique est inévitable, le conservatisme permettra, certes par résistance, l'émergence de nouvelles dynamiques de recherche, qui avec le progrès s'épuiseront, etc.

Jean-Marc Allaman, 25.7.04-19.8.04

Septembre 2009 :

Nous sommes un groupe de personnes souffrantes psychiques et d'amis. Comme le commun des mortels, nous cherchons notre part de bonheur. Celle-ci passe par un réseau de relations sociales, connaissances, amitiés, amours, elle s'oppose à l'isolement, et elle passe par une activité de son choix tenant compte de ses possibilités, elle s'oppose au désœuvrement.

L'Expérience, c'est tenter par l'association de recréer les conditions de l'émergence de cette part de bonheur.

Elle personnes rencontres, échanges, activité

Socialisation Ce que nous apportons

Dynamique trois points

Politique / Economie

Demande soutien politique et économique / « édifice » social à continuer

La représentation de JMA dans les réunions du réseau psy de Genève et de la Coraasp

Je me suis rendu aux réunions avec l'institution psychiatrique, le département d'Etat genevois de psychiatrie, les HUG-Belle-Idée.

Je me suis rendu aux réunions de Psyfor, ensemble d'associations présentant une plateforme de cours et de témoignages pour les professionnels et les futurs professionnels du social et du médical.

Je me suis rendu aux plénières Grepsy, et je fais partie du comité de cette association désirant mettre en contact, sur Genève, une majorité d'organismes œuvrant dans le domaine de la santé psychique.

Je me suis rendu aux réunions de la commission de politique sociale de notre faîtière romande Coraasp.

Je me suis rendu à des réunions avec des membres d'associations de pairs.

Je me suis rendu à d'autres rendez-vous de réseau genevois et romand de la santé psychique.

Je me suis déplacé, excentré par rapport à des intérêts plus directs, plus proches de notre projet L'Expérience.

Je ne regrette pas l'humanité, les rencontres, si petites soient-elles, elles entraînent leur lot de plaisir, des sourires.

Difficile de parler avec l'institution psychiatrique, elle est égocentrée, et l'alternative n'est pas son fort, elle veut être une science exacte, comment lui dire que nous sommes là avec nos pauvres solutions ? Nous nous voyons pour tenter de combler le fossé des nantis de l'intellect psychique et des pauvres spécimens que nous sommes. Comment ne pas se sentir démunis et ne pas vouloir abandonner une place si peu enviable ?

Psyfor, c'est notre seule association qui réunisse les quatre associations de pairs et l'association de proches à Genève. Elle nous aide, par la publicité qu'elle nous fait auprès des professionnels et des futurs professionnels du social et du médical, mais l'atonie de ses forces ne permet actuellement que peu de choses. Quelques forces des associations membres seraient bienvenues pour atteindre des objectifs audacieux, déstigmatisation, sensibilisation, promotion, que s'est fixés ce groupe.

Le Grepsy, cette plateforme d'un grand nombre d'associations d'action en santé psychique à Genève, cherche ses marques, entre projets existants, possiblement en difficulté, et nouveaux projets, sorte de carte de visite d'une association débutante. Les forces sont sollicitées, l'avenir semble se trouver entre prise en compte du passif des associations participantes et volonté d'innovation.

La Coraasp, où plus précisément sa commission de politique sociale, me parait claire et évidente, malgré la difficulté que j'y sens d'intégrer la discussion et de dire un avis pertinent. Le système politique suisse n'est pas pour moi un sujet d'excellence, et cette 6e révision de l'AI qui nous mène à hue et à dia, je deviens en quelque sorte, avec nombre de mes camarades, étranger ou réfractaire aux sujets de politique sociale. Je continuerai de venir à nos réunions. En souhaitant pouvoir simplifier l'idée politique !

Les rencontres avec les pairs ont été peu nombreuses cette année. Sans compter bien sûr les réunions de plus grand groupes (Psyfor, Grepsy, etc.) où nous nous retrouvons volontiers, mais peut-être que plus d'échanges seraient souhaitables entre associations de pairs. Mme Krummenacher, du REEV, m'appelle de temps en temps à l'Expérience. A midi, souvent, je croise Carmen de l'Aetoc, autour d'un repas à l'Arcade 84. Je croise Philippe, de Co-errance. Et avec ATB&D, nous essayons des formules d'échange, pour sortir L'Expérience de ses difficultés d'effectif.

Pour tous les rendez-vous où je me suis rendu sont nées des rencontres, avec parfois une parole claire s'exprimant, avec parfois un silence gêné, ou le sentiment d'incompétence, le trac bêtement.

Les mots écrits sont pour moi un ersatz nécessaire à des paroles dites. Je fréquente depuis 13 ans la plateforme psy à Genève et en Romandie, mais j'ai toujours autant de peine à dire en paroles ce que je suis et là où j'en suis.

Puissent ces mots écrits faire écho.

Salut !

Jean-Marc Allaman

PRÉSENTATIONS DE L'EXPÉRIENCE

Au cours du temps, nous avons formulé et reformulé plusieurs fois la manière de présenter notre association.
Ajustements de trajectoire dans le maintien du cap…

AVRIL 2000

Association L'Expérience

Nous sommes des Personnes Psychiquement Troublées (PPT). Nous formons l'association L'Expérience afin de générer, au travers de nos activités et de notre engagement, une image positive de nous-mêmes et du monde dans lequel nous vivons. Nous sommes au bénéfice d'assurances sociales et nous pouvons compter sur le revenu de nos activités. Nos ateliers (y compris le bistrot) permettent à chacun de trouver la place de son choix.

L'association L'Expérience est structurée selon ses statuts (en annexe).

En son temps, nous demanderons aux autorités (Ville, Canton et État de Genève) un lieu dans la ville et des autorisations spéciales pour l'exploitation du bistrot et les heures d'ouverture le soir, le vendredi et le samedi. Un premier lieu existe, où notre expérience peut commencer à fournir des preuves de son utilité, et où s'élaborent nos premiers ateliers.

Le projet est issu d'une réflexion vieille d'une année sur l'engagement des PPT dans des structures alternatives de la psychiatrie et du déficit de responsabilisation des PPT, constaté par eux-mêmes. On peut considérer que la réflexion est vieille de plus de quelques années.

JMA

SEPTEMBRE 2000

Association L'Expérience

Dans nos régions, la vie associative au service des personnes psychiquement troublées (PPT) est un phénomène nouveau du paysage des ressources de la psychiatrie et de ses alternatives.

Nous, quelques PPT, avons créé un lieu de vie, d'activités, d'échanges et de rencontre. Unir nos forces autour d'une image sociale en mutation, d'une identité à reformuler, nous entraîne sur le chemin de l'exercice d'un véritable droit citoyen. Dans nos ateliers, les compétences de chacun trouvent le lieu de leur action, la contrainte et l'exigence jouant comme éléments de motivation internes et non comme résultante de pressions externes.
Dans l'acceptation de la différence à vivre, le combat de nos maladies, l'avenir se profile comme un

engagement à défendre l'identité d'une culture, une qualité de vie, issue de notre activité, née de notre association.

L'association l'Expérience est structurée selon ses statuts (en annexe).

La réflexion ébauchée ici et née voilà un peu plus d'une année (et dont les premiers éléments se trouvent dans le texte qui suit) se veut d'être une ouverture au dialogue et au développement d'un partenariat véritable dans le respect de la différence.

JMA

POUR DOSSIER MOTTATTOM NOVEMBRE 2000

L'association L'Expérience réunit une majorité de gens ayant des difficultés d'ordre psychique. Trop longtemps maintenus dans un rôle de second plan, nous montrons aujourd'hui notre véritable dimension. La structure associative, l'autogestion, nous identifie autrement : notre projet est un projet de vie, une indépendance où se retrouve notre responsabilité. Le concret de nos activités, comme la gestion pratique du lieu de vie qu'est l'association, sont générateurs de ce mieux-être dont nous avons tant besoin. Au travers des moyens de l'association, notre projet ou notre participation au projet d'autrui permet la résurgence de compétences trop souvent et trop longtemps minimisées et négligées. Une véritable vie sociale se fait jour, un partage d'égal à égal, un ressourcement. L'association L'Expérience, c'est un autre art de vivre.

NOVEMBRE 2001

Association L'Expérience

Je souffre. Je suis convaincu de souffrir.
En suivant Coué et sa méthode, qu'en serait-il si je me disais : je suis heureux…

Lorsque vous dites ou faites quelque chose, c'est forcement juste à priori. Les personnes psychiquement troublées, elles, sont dans l'indistinction du juste et du faux, dans leur dire et dans leur faire.

L'association L'Expérience a pour but la création et l'autogestion par des personnes psychiquement troublées (PPT)d'un lieu de vie, d'activités, de rencontres, d'échanges. Elle réunit une majorité d'au moins deux tiers de PPT. Elle compte à ce jour 4 membres actifs dont un n'est pas une PPT. Une dizaine de membres potentiels devrait nous rejoindre bientôt. Le comité, normalement constitué de 3 personnes au minimum, est provisoirement réduit à une personne. Une quinzaine de personnes sont devenues membres de soutien de l'association, et leur aide précieuse nous donne actuellement les moyens d'exister.

Le budget très réduit de l'année 2001 est d'environ CHF 3'000.00, couvert par les dons et les cotisations.

Nous devrions résider dans un local de 70 m2 environ dans l'usine MottattoM, dont le collectif de gestion nous a cédé l'usage en contrepartie d'un loyer et d'une participation à la gestion collective. Reçu en avril 2000, nous avons fait dans ce local des travaux d'aménagement, qui ont conduit à son inauguration en septembre 2000. Malheureusement, sans possibilité de chauffage, l'hiver 00-01 n'y a permis aucune activité, et lorsque les beaux jours revinrent, un incendie rendit à son tour les lieux impraticables, et ceci pour de longs mois. Un retour (très virtuel pour l'heure) est envisagé pour le printemps 2002.

Les activités se sont ainsi surtout déroulées à l'Arcade 84 (avec l'accord de MM Schuler et Riesen) et comprenaient les prémisses d'un atelier de lecture, d'un atelier d'écriture, et d'un café biologie. Le comité a tenu réunion toutes les deux semaines. Un bulletin a été créé. Une dizaine d'ateliers sont en préparation pour l'éventuelle réintégration du lieu.

On a pu voir l'association L'Expérience en représentation auprès de la psychiatrie genevoise, auprès du psy-trialogue mis sur pied par Pro Mente Sana, auprès de la Planification Sanitaire Qualitative mandatée par l'Etat de Genève, et auprès de MottattoM. Quelques rencontres avec d'autres associations ont eu lieu.
Au travers du lieu.
Nous défendons une identité active.
Nous créons une structure identifiante.
Nous engageons un projet de vie.
Nous exerçons l'autonomie et la responsabilité.
Nous voulons du concret, que l'activité nous y mène.
Nous générons une vie sociale et une culture.

Vous avez un message : puissiez-vous nous donner ce qui garantira notre autonomie…

25 FÉVRIER 2004

Présentation de L'Expérience

Lorsque vous dites ou faites quelque chose, c'est forcément juste à priori sur le moment. Les troublés psychiques peuvent être, eux, dans l'indistinction du juste et du faux pour eux, dans leur dire ou dans leur faire.

L'Expérience compte aujourd'hui une dizaine d'associés fréquentant régulièrement le lieu, huit conseillers consultatifs et une vingtaine de donateurs.

La Loterie Romande a fait un don conséquent à l'association. La ville de Genève nous octroie gratuitement le lieu au Lignon, inauguré en septembre dernier.

Le but de L'Expérience est la création et l'autogestion par des souffrants psychiques d'un lieu de vie, d'activités, de rencontres, d'échanges.
Les activités actuellement prévues et en place sont la photo, la cuisine, l'informatique, la peinture, les jeux de société, la mécanique vélomoteur, la musique, la détente et culture, l'accueil et l'administration, le bulletin.

Autogestion, une réunion par semaine.
Une Assemblée Associative chaque trimestre.
Une Assemblée Générale par an.
L'Expérience est représentée à divers niveaux des structures sociales du canton de Genève.
Elle développe un groupe d'action militante.

Jean-Marc Allaman

21 JUIN 2006

Pour Rapport d'activité de L'Expérience

C'est l'été. J'écris encore. Je change les mots.
Tu voulais une définition de notre association L'Expérience. Tu veux que sa présentation s'ordonne simplement. Bien.

L'association existe parce qu'elle est faite de plusieurs personnes qui unissent leurs efforts dans un même sens. Le choix que nous avons fait est l'autonomisation, ou une certaine liberté, de chaque associé par son activité d'atelier, avec la pratique de l'associativité de chacun, ce qui n'est pas contradictoire, plutôt complémentaire, comme il faut sans doute plusieurs outils pour fabriquer un objet, une réalité… Nous sommes un groupe d'artisans en devenir, réuni en un même lieu.

Nous nous adressons à toute population se trouvant dans la précarité psychosociale, gênée par la souffrance psychique.

Nous défendons le droit à l'activité, nous voulons exercer l'activité de notre choix. L'activité est une expression propre de chacun, nous défendons ainsi un droit à l'expression de la personne.

Nous formons une intégration sociale en soi, voulue et autonome, et même si des associés peuvent rayonner de l'association vers une formation ou un emploi, nous ne sommes pas un maillon d'une chaîne d'intégration ou rien qu'un lieu de passage, nous sommes une association en soi d'artisans.

Médicalement, nous jouons un rôle dans la prévention tertiaire, en prévenant des rechutes et des ré-hospitalisations, grâce à l'autonomisation et à l'associativité de la personne dans le groupe.

Nous estimons remplir un besoin social et être utile, et nous désirons continuer d'avoir le soutien des autorités, pour poursuivre notre action. Merci à la Ville de Genève qui nous loge, et à la Loterie Romande pour son soutien matériel.

Et pour l'avenir, pour ceux qui vont venir, sachons garder à L'Expérience une structure simple et accessible.

Jean-Marc Allaman

SEPTEMBRE 2006

Association

L'Expérience

Solidarité Psychosociale

Association autogérée par des souffrants psychiques, ouverte à tous, dont le but est de permettre la réalisation d'un projet d'activité ou la participation à un atelier existant, en partageant l'entraide dans une ambiance sympathique et stimulante.

rue de Château-Bloch 19 1219 Le Lignon 022/797 31 67 l.experience@bluewin.ch

OCTOBRE 2009

L'Expérience réunit des souffrants psychiques et des amis. En 2009 elle compte une douzaine de membres actifs et une trentaine de membres de soutien. Son but est l'exercice et le développement de l'autonomie de ses membres actifs, et leur socialisation. Au sein d'un contexte relationnel associatif et avec une activité créatrice ou récréative. L'Expérience vise à une intégration sociale, à l'expression d'une culture, en bref au développement d'une visibilité sociale des souffrants psychiques. Elle défend la place citoyenne du souffrant psychique, aussi en défendant ses droits dans le contexte social et médical. La dynamique de l'association repose sur trois éléments, la relation sociale associative d'entraide et de partage de compétences, l'activité créatrice ou récréative, et l'autogestion collective de l'association. Elle permet à la personne de se sentir engagée pour elle-même et pour le devenir commun que représente l'association. Le début d'une définition de l'autonomie, qui se différencie de l'autarcie. L'autonomie, comme l'ensemble des relations de soi et de ses ressources.
L'Expérience est en lutte contre l'isolement social, par l'offre d'une vie collective, elle est en lutte contre le désœuvrement, par l'offre d'activité créatrice ou récréative.

L'Expérience existe depuis 1999 à Genève, et elle a vu passer une quarantaine de membres actifs, chacun avec son projet d'activité à inscrire dans le cadre de l'association. Chaque atelier a duré plus ou moins longtemps en fonction des circonstances de vie de chacun. Quelques exemples d'ateliers qui ont existé : écriture, lecture, peinture, dessin, terre, bougies, bois, bricolage, lampes, décoration de meubles, informatique utilisateur, photographie, café-biologie, etc. Jusqu'en 2007, il n'existait pas de programme d'activités proposé par L'Expérience, chacun venait avec son projet pour inscrire son atelier libre dans l'espace de l'association. En 2007, un animateur bénévole a proposé un atelier de traitement d'image par ordinateur auquel quelques personnes ont pu adhérer, et en 2008 et 2009 ce sont quatre ateliers que des animateurs bénévoles ont proposés à L'Expérience, chacun une après-midi par semaine, un atelier vitrail Tiffany, un atelier maquettes, un atelier jeux de société, et un atelier photographie. En 2009, un cours de communication non-violente est aussi donné par un bénévole, une heure par semaine. Et il existe aussi encore des ateliers libres, terre, dessin, peinture, etc. L'exposition du travail effectué en atelier, pour autant qu'elle puisse se faire, est bien sûr aussi importante pour une reconnaissance sociale de l'activité, pour donner à la personne cette visibilité sociale que l'on cherche, en plus de la visibilité sociale au sein de l'association. Quelques expositions ont été menées à bien depuis 1999, une de photos à L'Expérience, une de peintures à L'Usine, et une de photos dans trois endroits, à la Maison de Quartier d'Aïre-Le Lignon, à l'association Parole, à Plainpalais, et à la Maison des Associations, à Plainpalais.

L'Expérience est née en 1999, par l'association de trois personnes souffrantes psychiques, désireuses de s'émanciper de l'aide des professionnels socio-médicaux. Ce mouvement, parti de rencontres à l'association Arcade 84, a été soutenu par MM. Riesen Alain et Schuler Roger, de cette même association, ainsi que par Mme Baraz Mireille, de l'association AGIS.
En 1999 et 2000, L'Expérience se retrouvait chez l'un ou l'autre de ses membres, ou à l'Arcade 84, et débutait ses premières activités.
En 2000, L'Expérience a pu s'installer dans le squat, qui deviendra un contrat de confiance, de Mottattom, à l'avenue Giuseppe Motta. L'Expérience y est restée jusqu'à fin 2001, mais sans jamais avoir pu pratiquer ses activités dans le local. D'abord il y eut la rénovation du lieu à faire, puis le défaut de chauffage qui rendait le lieu impraticable en hiver, et au printemps 2001 un incendie est survenu, hypothéquant pour de longs mois les activités de tout Mottattom. C'est dans ce contexte de difficultés que L'Expérience a quitté Mottattom, pour se retrouver sur des tables du bistrot de l'Arcade 84 pour poursuivre des activités simples.
En avril 2003, suite aux démarches de l'association pour obtenir un local, la Ville de Genève a mis à disposition de celle-ci un local de 100 m2 au Lignon dans la commune de Vernier. En septembre 2003, suite à une demande, la Loterie Romande a fait un important don à l'association pour les dépenses de matériel, d'aménagement ou d'ateliers, et ce don aura permis de payer le matériel jusqu'en 2009.

De 2003 à 2008, le budget annuel de l'association était de l'ordre de 30'000.- CHF, couvert grâce à des subventions de la Ville de Genève, grâce au don de la Loterie Romande, et grâce au soutien financier des membres passifs. Depuis 2008, la Ville de Vernier soutient également l'association.

Le fonctionnement de l'association est basé sur le bénévolat de tous les membres et intervenants, sauf exceptions ponctuelles. Les heures d'ouverture du local sont, pour le moment, les lundis, mercredis, et vendredis, de 14h à 17h30, avec l'accueil le mercredi après-midi. La gestion de l'association est tenue par son comité, ouvert à tout membre actif, dans une réunion à quinzaine le mercredi de 17h30 à 19h. Le local est disponible toute la semaine pour les membres actifs qui ont une clé.

Les membres passifs, ou membres de soutien, peuvent jouer trois rôles pour l'association, celui du soutien financier, celui de conseiller, ou celui d'animateur. L'Arcade 84, MM. Riesen Alain et Schuler Roger, par exemple, nous aident de leurs conseils depuis le début de l'association en 1999. En 2007, un membre de soutien est venu animer l'atelier de traitement d'image par ordinateur. Et il y aurait encore d'autres exemples…

Depuis 1999, l'association L'Expérience collabore avec des groupements et institutions dans le domaine sanitaire et social. En 2008, elle a adhéré à l'association faîtière CORAASP (COordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique), pour le soutien de ses intérêts, pour une meilleure information en santé psychique et en travail social, et pour développer des collaborations et des projets avec d'autres associations au niveau romand.
L'association L'Expérience tient aussi à être partenaire des professionnels des domaines médical et social, par l'exemple d'un vécu citoyen, d'une culture, en toute autonomie, par la volonté d'être une structure complémentaire d'autonomisation de la personne, et par le désir d'une réflexion et de conseils partagés.

L'offre de l'association L'Expérience, c'est être ensemble, être solidaire, c'est une vie collective pour lutter contre l'isolement social, ce sont des espaces de création ou un programme d'activités pour lutter contre le désœuvrement, c'est l'entraide et le partage de compétences, pour une intégration sociale, pour un mieux-être.

Et L'Expérience est un terrain d'essai, d'expérience, qui peut mener à la formation ou à l'emploi. Après quatre ans dans l'association, une des membres actifs a suivi une formation en école de couture d'une durée de deux ans et l'a brillamment réussie !

L'Expérience
Jean-Marc Allaman
octobre 2009

NOVEMBRE 2009

La lettre qui suit est un brouillon qui aurait pu être envoyé aux différents destinataires ci-après, mais ne l'a pas été.

Aux conseillers d'Etat genevois des départements : DES, DSE, DIP, DF.

Aux conseillers administratifs de la ville de Genève.

Aux partis politiques : PS, Verts, PDC, PLR, AdG, Solidarités.

A sept personnalités politiques genevoises.

Au directeur des HUG et à deux professeurs des HUG-BI.

Madame la politicienne, Monsieur le politicien, Monsieur le Professeur, Monsieur le Directeur

Voici une brève présentation de l'association L'Expérience, qui réunit des souffrants psychiques et des amis, destinée à vous sensibiliser à l'entreprise citoyenne autonome d'une population fragile. Avant tout, l'argument économique majeur est que le mieux-être généré par le cadre de l'association et des activités qu'elle offre induit un recours moins fréquent aux ressources de la médecine et constitue donc une économie dans les budgets publics.
On voit aussi que le social épaule la médecine, ici la psychiatrie.

L'association L'Expérience, entièrement bénévole, travaille à l'autonomie de la personne, à sa socialisation par les relations qu'elle peut nouer et par l'activité qu'elle peut mener.
L'association L'Expérience est autogérée et chacun y a sa voix.
L'association L'Expérience c'est être ensemble, sortir de l'isolement, et bénéficier de toutes les ressources de l'entraide et de la solidarité.
L'association L'Expérience peut être une source de mieux-être dans la rencontre, l'échange, et dans les activités proposées.
L'association L'Expérience veut favoriser l'expression et la culture de ses membres.
Elle existe depuis 1999.
Elle réunit une douzaine de membres actifs et une trentaine de membres passifs, ou membres de soutien.
Son local et ses ateliers au Lignon/Genève occupe une surface de 100 m2.
Son budget annuel est de près de 30'000.- CHF, couvert par la Ville de Genève, la Ville de Vernier, la Loterie Romande, et par des dons privés.
Elle est engagée dans le travail de réseau des institutions et associations genevoises et romandes d'actions en santé psychiques.

Une présentation plus détaillée est jointe à cette lettre, ainsi que notre papillon publicitaire. Une lettre de soutien de la CORAASP (Coordination Romande d'Associations d'Actions en Santé Psychique), association faîtière romande dont nous sommes membre, est également jointe.
Notre attente et notre besoin sont d'être reconnu et défendu dans notre existence et de pouvoir poursuivre cette aventure de l'association L'Expérience qui dure depuis dix ans, et dans ce sens nous vous

demandons de bien vouloir soutenir notre initiative citoyenne, au travers d'une lettre de soutien, par exemple, ou de tout autre moyen à votre disposition.
Nous vous remercions d'avance de votre geste de solidarité et nous vous adressons, Madame la politicienne, Monsieur le politicien, nos meilleures salutations.

Pour L'Expérience :
Daniel-André WIDMER
Jean-Marc ALLAMAN

Copie à CORAASP

NB : une lettre similaire est adressée à plusieurs partis politiques, et à plusieurs personnalités politiques ou médicales.

MARS 2010

Association L'Expérience
19, rue de Château-Bloch - 1219 Le Lignon
Tél. 022 797 31 67
Email : l.experience@bluewin.ch

Permanence d'accueil les mercredis de 14h à 17h.

L'Association L'Expérience a été créée en 1999 par 3 personnes souffrant de troubles psychiques. C'est un lieu mis à la disposition des «souffrants psychiques» pour leur permettre de sortir du cursus psychiatrique, de sortir de la «relation de soin» et d'entrer dans d'autres types de liens et d'expériences.

Cette association autogérée souhaite permettre aux personnes de créer un projet et de s'investir dans l'associatif. C'est un lieu indépendant de culture et de création visant la pratique et l'apprentissage de l'autonomie. Les personnes peuvent s'entraider afin de retrouver une indépendance.

Ce lieu de vie est un terrain d'expérimentation et d'évolution personnelle, sans encadre-ment médical ni socioprofessionnel ; où le quotidien, dans la vie associative et par l'organisation ou la participation à des activités en ateliers, permet de développer une identité distincte privilégiant le sentiment de dignité, la confiance en soi et en autrui et l'engagement.

La participation à la vie de l'association peut se faire, entre autres, dans les domaines de la réflexion, la création, le militantisme pour les droits des patients :
créer ou participer à des ateliers
- Atelier vitrail
- Atelier photo
- Jeux de Société
- Cours de communication non-violente

- Repas hebdomadaire du mercredi

s'investir dans le Comité d'autogestion
- Réunion hebdomadaire d'autogestion
- Administration
- Recherches de fonds
- Participation aux rencontres avec les institutions et les associations œuvrant dans le domaine des troubles psychiques

Chaque personne concernée peut devenir membre par cooptation avec le comité, la cotisation est de 20.-CHF/an. Ce lieu est aussi ouvert aux personnes ne souffrant pas de troubles psychiques.

AVRIL 2010

Présentation de L'Expérience / Forum du Grepsy 2010

Bonjour,

Je m'appelle Jean-Marc Allaman, j'ai 46 ans, je suis un ancien souffrant psychique, je suis rentier AI, et j'ai trois formations, une maturité scientifique, un CFC de laborant en biologie, et une formation de comédien et de metteur en scène. Je suis membre cofondateur, président et animateur bénévole de l'association L'Expérience, et, depuis peu, je suis membre cofondateur de l'association Grepsy, dont je suis devenu un des deux coprésident
C'est en 1999, avec deux autres camarades souffrants psychiques, que j'ai co-fondé l'association L'Expérience. Comme nous n'avions pas ou peu d'expérience associative, nous avons appelé l'association L'Expérience, pour dire l'essai, l'expérience dont on ne connait pas le résultat, d'une association comme outil de mieux-être psychique et social.
L'association L'Expérience réunit des souffrants psychiques et des amis. Elle revendique l'autonomie, pour elle et pour ses membres, comme un moyen de l'autodétermination, du libre choix, de la liberté, de la part de bonheur enfin à laquelle chacun a droit. Elle est un lieu, entre pairs, où retravailler sa confiance, où développer des amitiés.

L'Expérience a ses locaux au Lignon, depuis avril 2003, mis à disposition gratuitement par la Ville de Genève.
Quelqu'un qui s'intéresse à L'Expérience et vient à sa permanence d'accueil du mercredi de 14h à 17h, sera accueilli par un des membres, qui commencera par lui faire visiter les lieux. Une boisson sera offerte. Puis, le fonctionnement de l'association lui sera présenté, l'autogestion. Ensuite, une discussion s'engagera pour connaître l'attente du nouvel arrivant, pour une activité, pour savoir si il a un projet personnel à inscrire dans L'Expérience, ou si il préfère participer à un atelier existant tenu par un membre actif animateur bénévole. Une demande d'adhésion sera remplie, et elle passera en comité pour être acceptée.

En plus de dix ans d'activité, de nombreux ateliers ont pu exister, avec des durées variables. Les activités actuelles sont le vitrail Tiffany, la photo, les jeux de société, un cours de communication non-violente, la céramique, la peinture, le dessin, la couture. A quoi s'ajoute le rendez-vous hebdomadaire de la réunion d'autogestion.
L'organisation d'expositions permet de montrer les œuvres créées dans les ateliers, une expo photos de L'Expérience se trouve justement dans le couloir à côté. Une expo collective a été organisée pour les dix ans de L'Expérience, le 30 octobre 2009. Un succès !

Je me souviens des nombreuses discussions à l'Arcade 84 et ailleurs qui ont conduit à la naissance de L'Expérience, en 1999. Nous voulions nous émanciper de l'assistance, défendre la possibilité de l'autonomie. Nous avons été soutenu par Alain Riesen et Roger Schuler de l'Arcade 84, par Mireille Baraz de l'AGIS, et par bien d'autres.
En 2000 et 2001, L'Expérience a fait partie du collectif Mottattom, nous avons inauguré un premier local d'environ 70 m2, mais nous n'avons pas pu y avoir d'activité, à cause du froid l'hiver, et à cause d'un incendie au printemps 2001. Nous avons quitté le collectif à la fin de l'automne 2001.
En 2002-2003, des activités de lecture et d'écriture ont pu être tenues sur des tables du bistrot de l'Arcade 84.
En avril 2003, nous avons eu la joie d'obtenir le local de 100 m2 au Lignon, dans lequel peuvent se dérouler toutes nos activités.
Et en septembre 2003, la Loterie Romande nous fait un don qui permettra de couvrir les frais de matériel et de fournitures des ateliers jusqu'en 2010.
Ce sont la Ville de Genève, la Loterie Romande, la Ville de Vernier et nos membres qui soutiennent financièrement L'Expérience.
L'Expérience est présente dans le réseau genevois et romand des associations d'action en santé psychique, en tant que partenaire et collaboratrice. Elle est membre depuis 2008 de la faîtière CORAASP, Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique. Elle milite pour les droits des souffrants psychiques.

Le but de L'Expérience est l'exercice et le développement de l'autonomie de la personne, et la socialisation par les liens de la vie associative et par l'activité.
Sa dynamique repose sur la relation sociale d'entraide et de partage de compétences, sur l'activité, et sur l'autogestion collective par les membres actifs.
Il s'agit d'une intégration culturelle et citoyenne, qui devrait permettre une meilleure visibilité sociale des souffrants psychiques.

Merci.

Jean-Marc Allaman
21 avril 10

SEPTEMBRE 2017

Brève description de l'association L'Expérience

L'Expérience est une petite structure associative fondée en 1999, et qui réside dans son local du Lignon depuis 2003. L'association réunit des souffrants psychiques et des amis, comptant une dizaine de membres actifs et une trentaine de membres de soutien.

Elle fonctionne en autogestion avec les membres actifs, tous bénévoles, qui prennent part à la gouvernance participative de l'association. Un budget de 30'000.- CHF par an environ permet de poursuivre l'action inscrite dans ses buts.

Son offre psychosociale s'articule autour de la notion d'autonomie, développée dans l'exercice du lien social (l'association), ou dans la pratique d'une activité artistique, et qui peut également être mise au service de la défense des droits des patients psychiques.
Notre association semble permettre une diminution des rechutes de maladie psychique, et représente ainsi un élément important de prévention tertiaire en santé mentale.

L'Expérience participe au réseau des ressources en santé mentale à Genève et en Romandie, notamment en étant membre de la faîtière CORAASP (Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique).

Pour plus d'information, vous trouverez en annexe notre dernier rapport d'activité 2016.

Jean-Marc Allaman
président
21 septembre 2017

MAI 2018

Présentation de L'Expérience

L'Expérience est une petite structure associative fondée en 1999, et qui réside dans son local du Lignon depuis 2003. L'association réunit des souffrants psychiques et des amis, comptant une dizaine de membres actifs et une trentaine de membres de soutien.

Elle fonctionne en autogestion avec les membres actifs, tous bénévoles, qui prennent part à la gouvernance participative de l'association. Un budget de 30'000.- CHF par an environ permet de poursuivre l'action inscrite dans ses buts.

Son offre psychosociale s'articule autour de la notion d'autonomie, développée dans l'exercice du lien social, ou dans la pratique d'une activité artistique, et qui peut également être mise au service de la

défense des droits des patients psychiques.

Notre association semble permettre une diminution des rechutes de maladie psychique, et représente ainsi un élément important de prévention tertiaire en santé mentale.
L'Expérience participe au réseau des ressources en santé mentale à Genève et en Romandie, notamment en étant membre de la faîtière CORAASP (Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique).

La déclinaison des activités s'établit autour de l'acquisition d'une certaine expertise, et donc d'une certaine autonomie. Il s'agit de gérer son lien interpersonnel, gérer la participation associative, gérer son activité d'atelier, échanger autour d'une problématique dans un groupe de parole, participer à des réunions, donner son avis, prendre exemple sur des problèmes réglés ensemble, participer à des projets communs (exposition, forum, journal, site internet, etc.), participer à la défense de ses droits.

On dira que l'expertise n'est pas au-delà de l'autonomie, mais en-deça, les moyens d'arriver à l'autonomie, comme si l'expertise n'était pas celle de ce que font mes dix doigts, mais celle de comment mes dix doigts le font.

Le modèle L'Expérience est celui de l'association comme vecteur de soin, au travers d'une interaction entre la gestion individuelle et la gestion commune, par l'apprentissage, en réunion hebdomadaire et au long de la gestion associative, des processus de projets, de devis, de demandes de fonds, de factures et d'administration en général.

La validité d'un modèle tel L'Expérience réside, pour une structure avec peu de mouvement de membres, dans la stabilité sociale qu'offre le phénomène association, une sorte de famille bis.
Le lien social et l'activité d'atelier forment une prévention tertiaire en santé mentale, les rechutes de maladie psychique sont moins nombreuses, le groupe entretient l'espoir du rétablissement.
L'autogestion et l'autonomie acquise redonnent à la personne des compétences d'auto-organisation, dans son administration personnelle ou dans ses projets créatifs.
L'association, les projets communs entretiennent la solidarité.

Jean-Marc Allaman / 14.05.2018

ACTIVITÉ 2

Fonctionnement de l'association

L'entraide, le partage de compétences, l'autogestion, sont les ressources d'organisation, de fonctionnement et d'action de l'association.
L'action sociale de L'Expérience s'appuie sur des prestations encore informelles, dans les domaines de la coordination, de l'administration, de l'animation, de la gestion de projets et de création, de la réalisation d'événements, de la gestion financière, de la représentation et communication, etc.
Le collectif en autogestion se partage tout de l'association, du structurel à la production, tout est prestation, chaque geste est au service de soi et des autres, de l'entraide globale.

Le collectif autogéré permet de se retrouver entre semblables, entre pairs, et de partager un pouvoir citoyen. Entre souffrants psychiques, comme autrui a aussi son expérience de la souffrance, la confiance sera plus facile, certaines explications n'auront pas à être données, il y aura une compréhension implicite.

Le collectif permet l'exercice et le développement de l'autonomie de chacun, une socialisation où les liens sociaux peuvent être des liens d'amitiés. Il est un lieu d'exercice de son pouvoir : il y a une participation décisionnelle de chacun sur tous les aspects de l'existence du groupe.
Le collectif, par l'expérience de chacun, permet une forme de développement personnel et une intégration où son histoire se mêle à celle des pairs dans une aventure commune.

La solidarité et l'entraide y jouent un rôle primordial. Le lien social, par l'écoute, par l'échange, par le partage, crée les conditions nécessaires à l'émergence du projet de la personne, autre élément essentiel de son intégration, qu'il s'agisse de tout un projet de vie ou de projets plus modestes.
Le sens de l'existence et la richesse d'un collectif se trouve dans la composition qu'il peut faire, avec ses membres, de ces éléments dans leur contexte, développant une vie collective, vie sociale peut-on dire, accompagnée par des activités résultant des projets.

Les personnes souffrantes psychiques en collectif gagnent en autonomie, en dignité, en intégration, en pouvoir d'agir, en responsabilité, en motivation, en engagement, en développement personnel, en liberté.

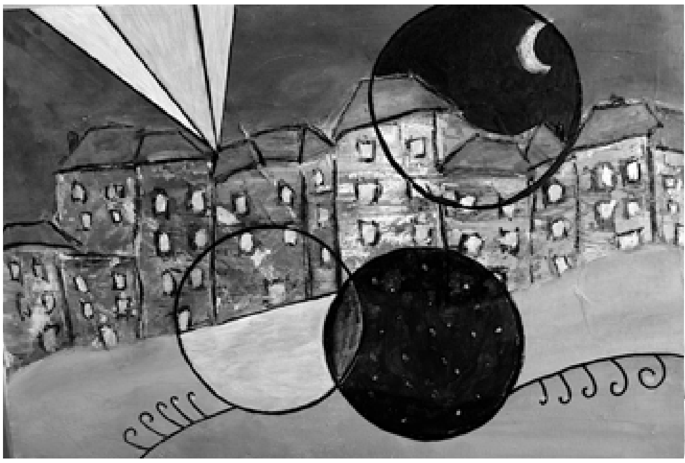
Et en participant au mieux-être de la personne souffrante psychique, le collectif représente une prévention dite tertiaire en santé mentale, qui permet d'éviter des rechutes de décompensation de trouble psychique. Un collectif de souffrants psychiques, toutes celles et tous ceux qui le constituent, participent du rétablissement en santé mentale.

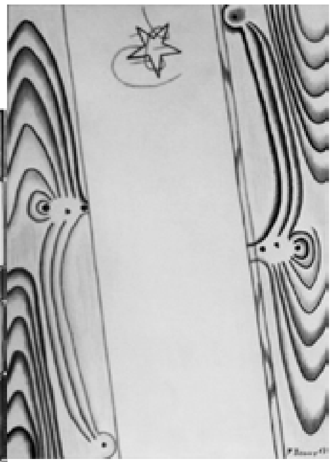
ACTIVITÉ

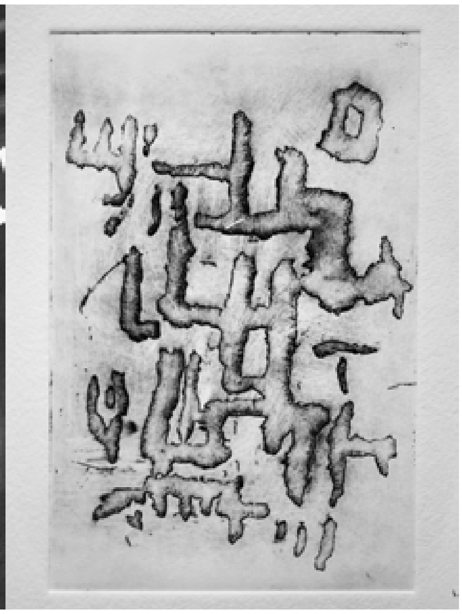
ATELIERS

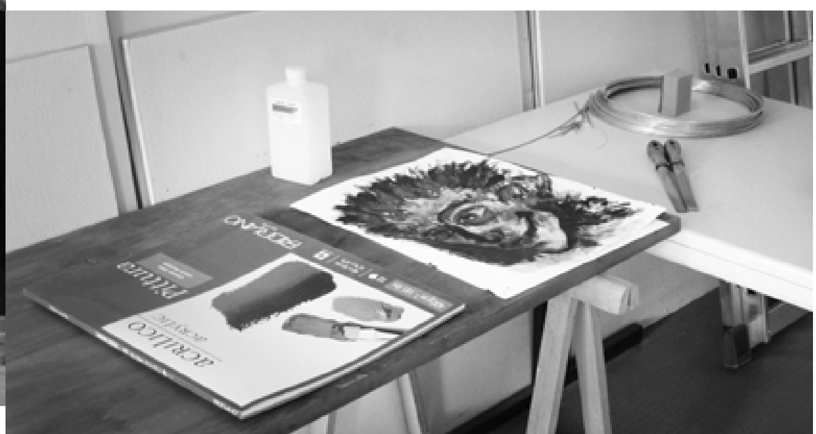
L'Expérience se veut vivier d'activités créatrices autonomes. Le nouvel adhérent peut vouloir réaliser un projet personnel ou participer à un atelier existant

Voici en images quelques-uns de nos ateliers et quelques œuvres produites



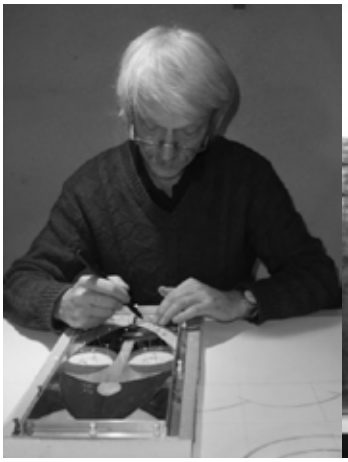


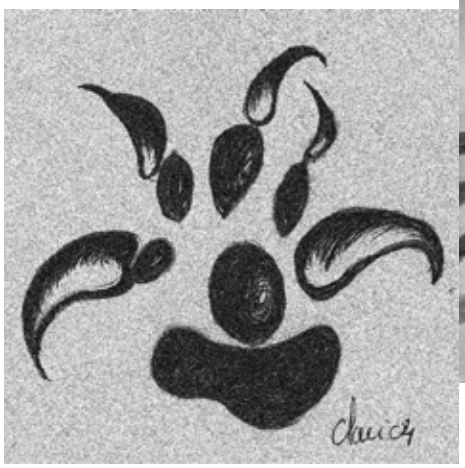




Page de gauche :
Astrid, Jean-Marc, Florian
une sortie de l'atelier
photo, Astrid, Luis,
une sortie de l'atelier
photo, atelier peinture

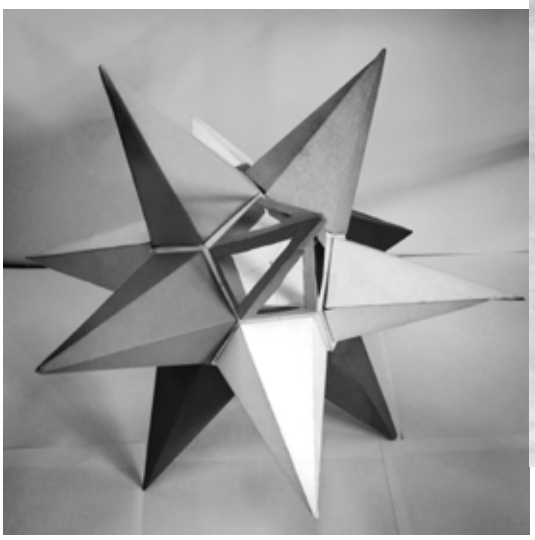
Sur cette page :
Nicolas,
Jean-Marc, Clarissa,
Daniel-André, Nicolas

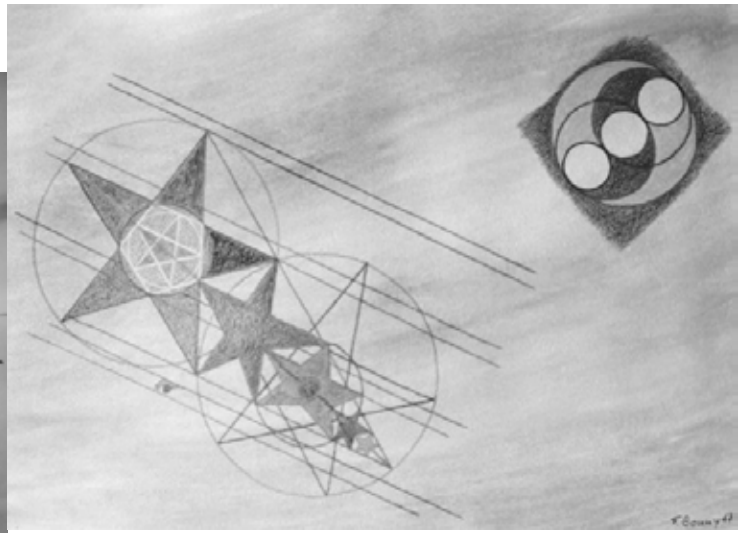




Page de gauche :
Robert, Jean-Marc, Robert
Clarissa, Florian,
Nicolas, Sabine

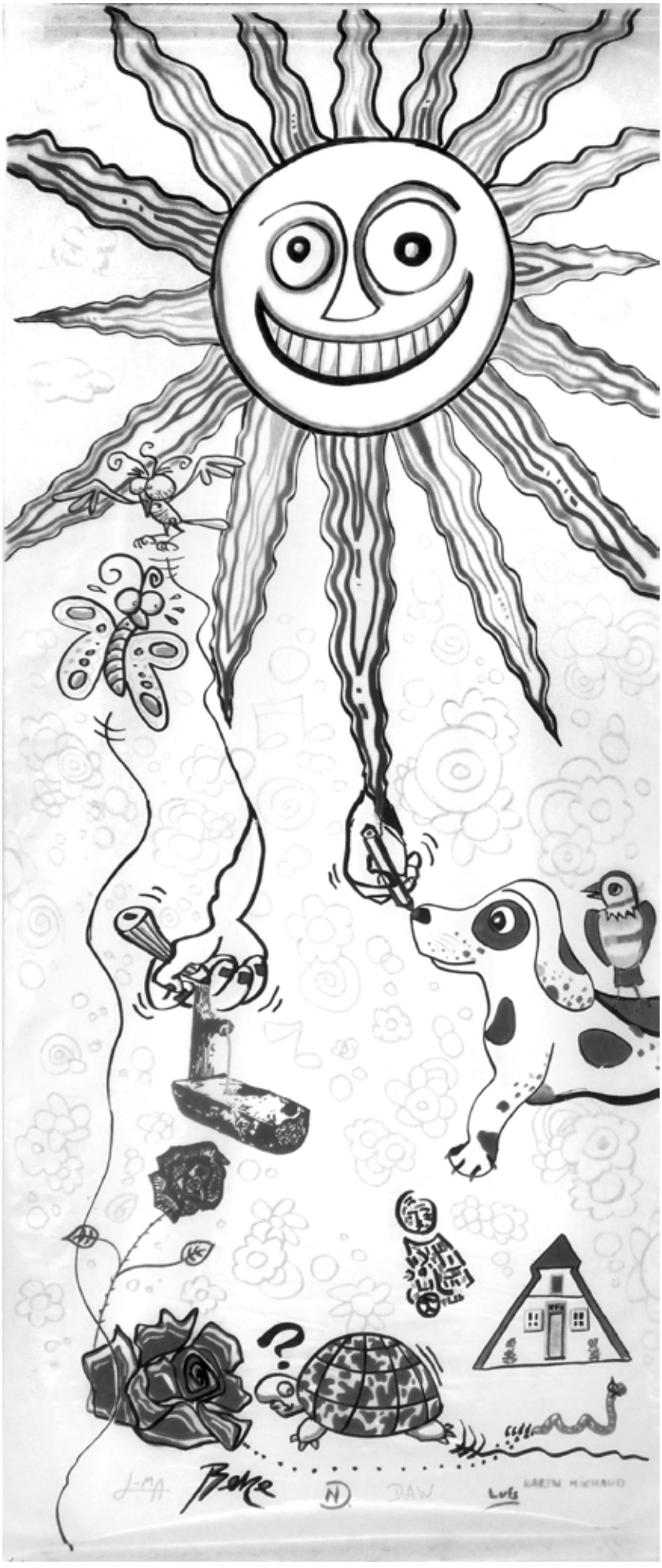
Cette page :
Luis, Daniel-André, Robert
Robert, Florian





Page de gauche :
Julie, Clarissa (et Georges)
Daniel-André, Florian
Robert, Luis

Cette page :
œuvre collective



EXPOSITIONS

L'activité dans les ateliers est déjà une source de satisfaction(s) : chacun y crée et y tisse des liens sociaux. Mais les œuvres réalisées peuvent aussi être exposées, procurant ainsi un degré de satisfaction supplémentaire par la reconnaissance publique

Voici une brève évocation de quelques-unes de nos expositions depuis 1999

INVITATION

POUR L'INAUGURATION DE SON LOCAL AU LIGNON

L'**ASSOCIATION L'EXPERIENCE**

A LE PLAISIR DE VOUS INVITER A UN APERO

LE VENDREDI 26 SEPTEMBRE 2003 dés 18 H 00

Rue Château-Bloch 19
1219 Le Lignon
bus 7 arrêt Le Lignon
bus 27 arrêt Barde

Pour nous permettre de nous organiser, merci de nous informer de votre venue, en indiquant le nombre de personnes, jusqu'au vendredi 19 septembre 2003, par téléphone au 022/797.31.67 (répondeur) ou par e-mail l.experience@bluewin.ch

Association L'Expérience

INVITATION

5ème anniversaire de
L'Association l'Expérience

Dédié aux conseillers et aux donateurs.

Le samedi 16 octobre 2004

1er étage de la rue Château-Bloch 19 au Lignon

16h00-17h30 : Le Dr Auguste Chinet, conseiller de L'Expérience, engagera une discussion collective autour de *« Pourquoi peut-on parler d'anthropologie du fœtus ? »*

17h30-21h00 : Repas et expo collective (avec le groupe photo Arcade 84)

21h00-22h00 : Lectures (poèmes, textes divers)

✂----------

TALON REPONSE

Repas : Oui ☐ Non ☐

Nom : _____

Nombre de personnes : _____

SVP : Réponse jusqu'au 1er octobre

Peinture et lecture de Clarissa
Lecture de Jean-Marc, peinture de Clarissa
Peinture d'auteur anonyme

Association
L'Expérience
Solidarité Psychosociale

Genève le 2.11.05

L'association fait sa soirée Portes Ouvertes ...

Le vendredi 16 décembre dès 17 h00

Vous êtes donc invités à découvrir ou redécouvrir L'Expérience.

Nous vous rappelons que notre association est active et recherche des personnes motivées pour créer un atelier, défendre notre mode de fonctionnement, ou participer à des ateliers déjà existants.
Un atelier promenades proposé par un membre recherche des marcheurs.
Et un atelier théâtre est possible, mais il manque du monde, alors a vos costumes !!!

Pour nous répondre favorablement a l'invitation écrivez-nous par mail, poste ou avec un message sur le répondeur en mentionnant combien vous serez.

Au plaisir de vous revoir.

A bientôt...

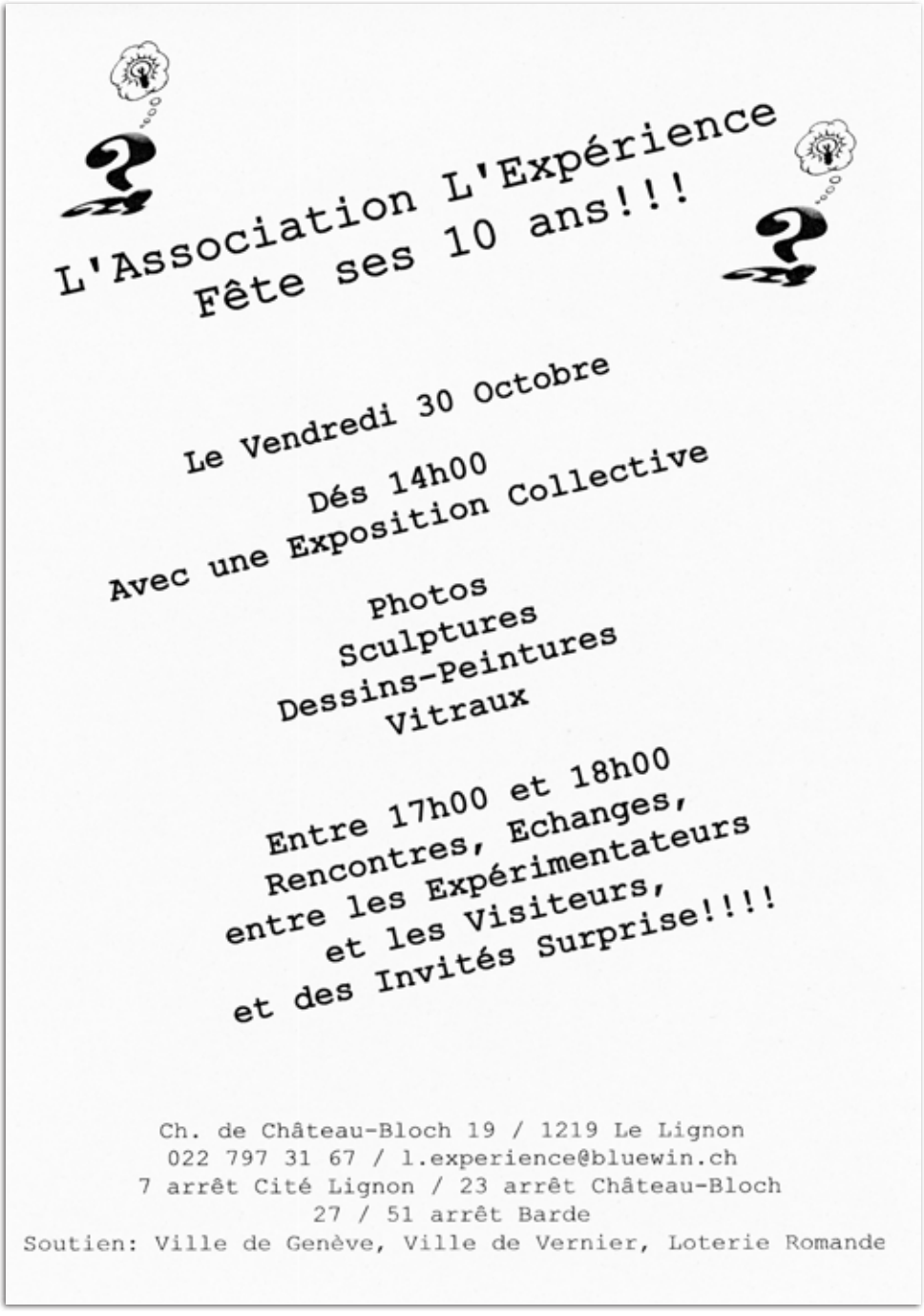
L'Expérience

rue de Château-Bloch 19 1219 Le Lignon 022/797 31 67 l.experience@bluewin.ch

2006, exposition collective :

Personnage en papier mâché de Clarissa
Photos exposées et diaporama de Jean-Marc

2009


L'Association L'Expérience
Fête ses 10 ans!!!
Le Vendredi 30 Octobre
Dés 14h00
Avec une Exposition Collective
Photos
Sculptures
Dessins-Peintures
Vitraux
Entre 17h00 et 18h00
Rencontres, Echanges,
entre les Expérimentateurs
et les Visiteurs,
et des Invités Surprise!!!!
Ch. de Château-Bloch 19 / 1219 Le Lignon
022 797 31 67 / l.experience@bluewin.ch
7 arrêt Cité Lignon / 23 arrêt Château-Bloch
27 / 51 arrêt Barde
Soutien: Ville de Genève, Ville de Vernier, Loterie Romande

V I T R A U X

Présentés par
l'association L'Expérience

V E R N I S S A G E
Le lundi 9 mars 09 à 11h

À L'ARCADE 84

Rue Schaub 3 – 1202 Genève

Exposition du 9 mars au 3 avril 09
lundi-vendredi de 8h30 à 16h30

Artistes :
Jean-Marc Allaman
Robert Cundy
Nicolas Dalmas
Daniel-André Widmer

Photo de Peinture « Vitrail bleu »
pastel à l'huile Luis Vazquez

C R E A T I O N S

Présentées par « L'Expérience »

V E R N I S S A G E

Le Vendredi 10 JUIN à 18H00

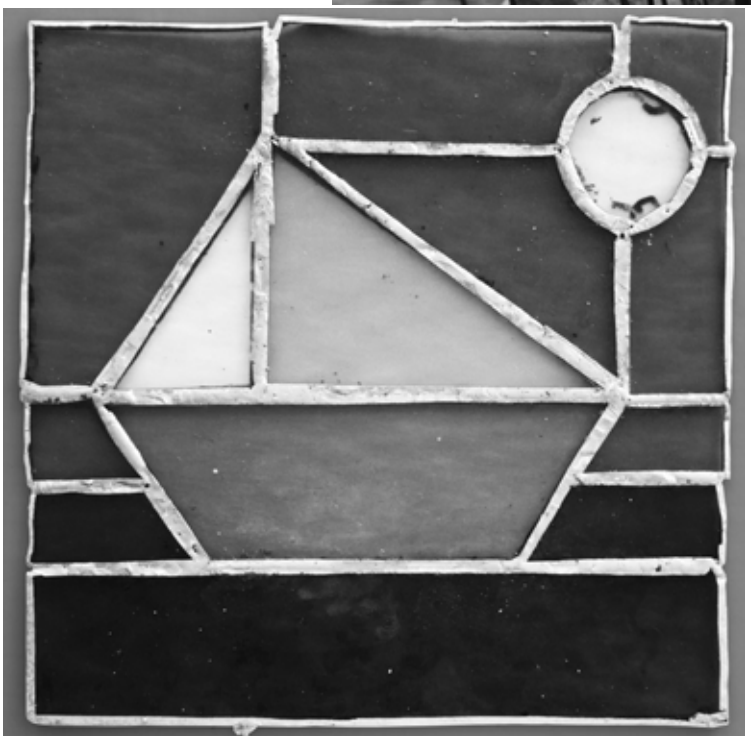
Ateliers Vivants: Dessin-Peinture / Vitrail / Communication non violente

Maison de Quartier des Libellules
1, Ch. de Château-Bloch
1219 Le Lignon
Bus 27 arrêt S.I.G.

Exposition
de dessins, peintures, photos, céramiques, vitraux, jeux

Du 11 au 17 juin, selon :
Samedi 11 juin et Mardi 14 juin
ouvert avec présence de L'Expérience de 14h.00 à 18h.00

Mercredi 15 juin, Jeudi 16 juin et Vendredi 17 juin
ouvert de 14h.00 à 20h.00 avec présence de L'Expérience de 17h à 19h



Œuvres de Nicolas, Jean-Marc, Paul-Rémi

SEPTEMBRE 2013 :

À l'occasion de la Fête du village de Vernier, Nicolas a réalisé le Clown Experio, grand personnage ambassadeur de notre association qui regardait les visiteurs avec bienveillance du haut de ses trois mètres cinquante.

← **Nicolas et Daniel-André installent Experio**

→ **Luis, Daniel-André, Experio**

EXPOSITION

L'Expérience Association

EXPO 2014 Collective

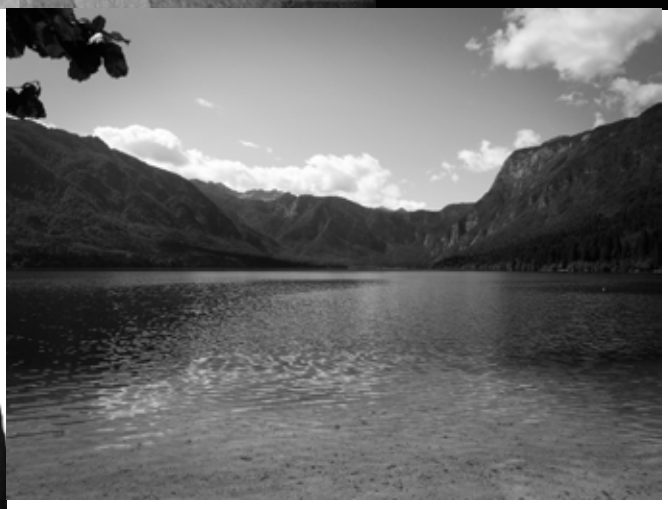
À LA MAISON DE QUARTIER DES LIBELLULES

CHEMIN CHÂTEAU BLOCH No 1
1219 LE LIGNON
Tél. : 022-796-12-64

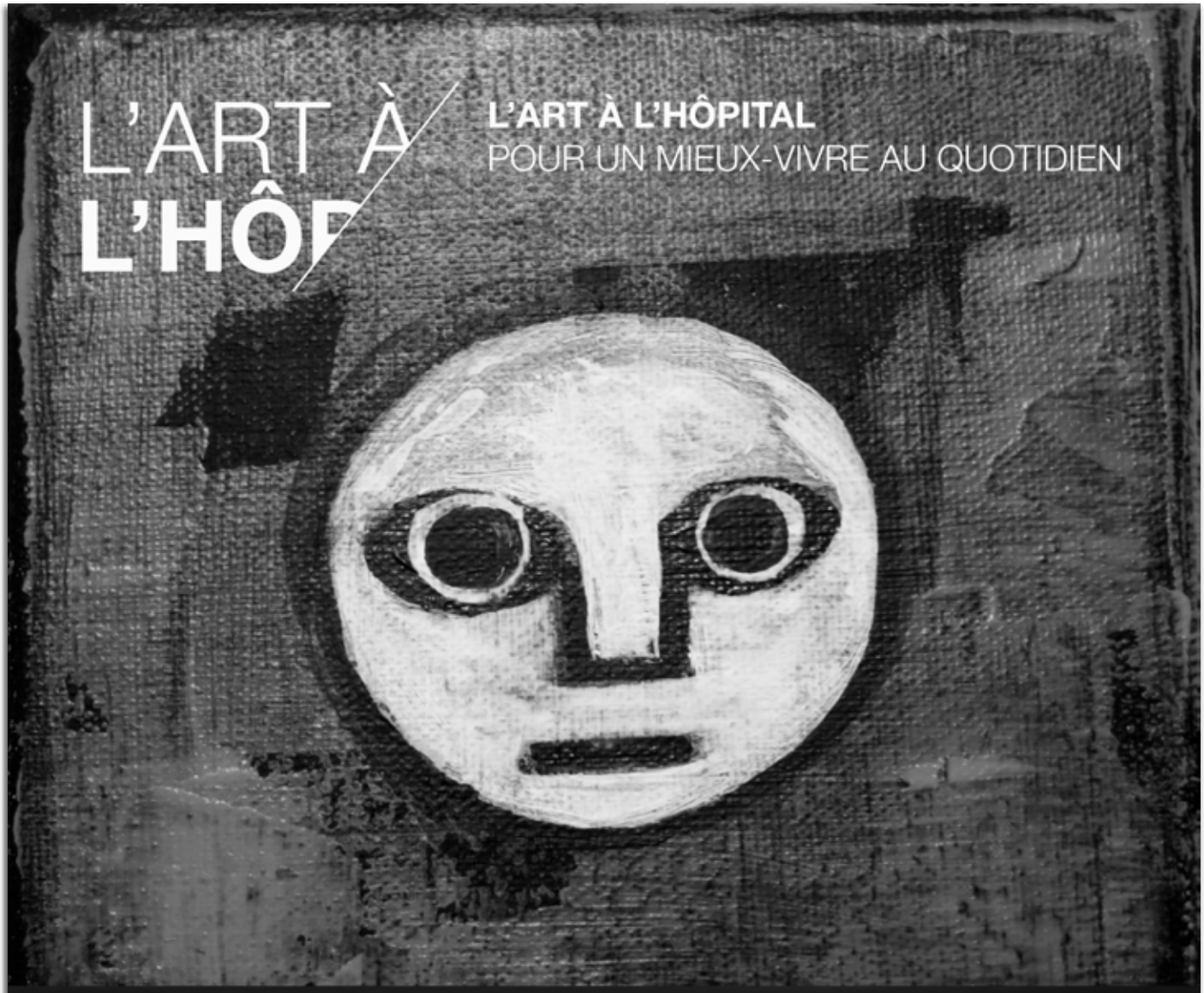
Vernissage le mercredi 24 septembre à 18h30
Exposition du 25 Septembre au 7 Octobre 2014
Lundi, Mardi et Jeudi de 14h00 à 18h00
Mercredi et Vendredi de 14h00 à 20h00

BUS TPG 9 et 51 Arrêts : Usine à Gaz ou SIG Lignon

maison de quartier des Libellules



Œuvres de
Julie, Jean-Marc,
Daniel-André,
Robert,
Karen



ASSOCIATION L'EXPÉRIENCE
L'art en folie

Exposition du 8 février au 26 février 2016
Vernissage vendredi 5 février 2016 dès 17h

Espace Abraham Joly - Domaine de Belle-Idée
Ch. du Petit-Bel-Air 2 - 1225 Chêne-Bourg

Affaires culturelles des HUG - www.arthug.ch

HUG Hôpitaux Universitaires Genève

Œuvres de Nicolas, Karen et Astrid

Vernissage le 15 mars 2018 dès 18h30

Exposition du 15 mars au 30 avril 2018

LE CHANT DES SIGNES

Luis Vazquez Carreja

François Udry

Nicolas Dalmas

CLAIR BOIS REGARDS CROISÉS
Espace d'exposition & bar à café

Espace Regards Croisés
108B rue de Carouge / 1205 Genève
022 322 85 72 / regards.croises@clairbois.ch
Lun - Ven 7h45-12h00 et 13h-17h45

Œuvres de Luis et Nicolas

ASSOCIATION
L'EXPÉRIENCE
20 ANS !
EXPOSITION COLLECTIVE
Du 17 au 22 septembre
ESPACE RUINE
Rue des Vollandes 15
Vernissage mardi 17 septembre, 17h
mercredi et jeudi : 14h - 19h
vendredi et samedi : 14h - 20h
dimanche : 12h - 15h et
finissage avec lectures et verrée
organisation :
Association L'Expérience
pour l'autonomie des souffrants psychiques
Association L'Expérience
Ch. du Château-Bloch 19
1219 Le Lignon
l.experiencedbluewin.ch
AVEC LE SOUTIEN DE LA VILLE DE GENÈVE
Commune de Meinier
Et le soutien d'organismes privés

PAROLES

Voici trois des cinq bulletins publiés par l'Expérience dans ses premières années. Suivis de textes provenant d'ateliers d'écriture, en vers ou en prose et, enfin, quelques textes traitant de différents sujets autour de la santé mentale

Bulletin de l'Association L'EXPERIENCE

Mars 2002
Numéro 3

Dans ce bulletin

1 le point sur l'année 2001

2 projets 2002

3 merci
divers

4 textes avant le 12.07.01
vrai

5 méfiance
un bienfait

6 textes du 19.07.01
à côté

7 textes du 26.07.01
amour

8 textes du 06.08.01
métaphore et poésie

9 textes du 16.08.01
vert

10 textes du 23.08.01
appel à la beauté

11 textes du 30.08.01
jalousie

Association L'EXPÉRIENCE
Poste restante
1211 Genève 16 Grand-Pré
☎ 079/348.80.77

Le point sur l'année 2001 écoulée

Karin

Le dernier bulletin de l'association, écrit par Marie-Hélène, retraçait les activités du mois de janvier au mois d'avril 2001. Me voilà , sans grande conviction, chargée de prendre la suite.

Événements et activité de L'expérience de mai à décembre 2001

Nous voici à la fin du mois d'avril, lorsque les beaux jours nous permettent, armés de gants et écharpes aux cous, de réintégrer notre local à l'usine MottattoM.

Marie-Hélène et Jean-Marc continuent assidûment leur atelier de lecture.
Entre-temps un atelier d'écriture voit le jour. Y participent : Marie-Hélène, Jean-Marc et Adrian.
Ces deux derniers, mâles entreprenants mettent sur pied un café biologie.
Avec Marie-Hélène (ne voulant pas être en reste) nous nous rencontrons début mai, afin d'organiser un atelier d'approche des médecines douces.

Là dessus, nous passons un bon week-end, heureux de pouvoir nous investir dans nos nouvelles activités.

Le lundi nous apprenons que l'usine vient de brûler. Notre local, notre matériel recouverts de suie, n'ont pas été touché par le feu.
Bilan de l'incendie : plus d'eau, plus d'électricité et interdiction de réintégrer le lieu.

S'en suivent des réunions avec la fédération MottattoM.
Marie-Hélène, fatiguée, démissionne. Adrian, lui, décide de suspendre momentanément ses activités.

Nous mettons donc les ateliers entre parenthèses, sauf l'écriture, qui continue jusqu'au début du mois de septembre avec Jean-Marc et Clarissa, nouvelle venue dans l'association.

Je vois Marie-Hélène ce mois de septembre, à l'Arcade 84. Elle va bien et je crois qu'elle trouve son chemin, je le crois à son sourire et son beau regard vert qui pétille. Ce même jour, assis en compagnie d'Adrian, nous échangeons quelques mots avant que les activités de la fête de quartier ne viennent l'occuper. Puis « d'accord, d'accord, bisous, salut et à bientôt » Je ne le reverrai plus.

J'apprends son décès quelques semaines plus tard.

A bientôt Adrian……..…….

L'association n'a plus d'activité depuis le mois de septembre.

Mis à part le courrier, une permanence le mercredi à l'Arcade 84 et le présent bulletin.

C'est à la fin de l'année, après avoir participé à pratiquement toutes les réunions de la fédération de MottattoM, que Jean-Marc, lassé d'avoir à assumer l'existence de l'association et les problèmes de MottattoM, décide de mettre un terme à notre présence au sein de la fédération.

Nous nous trouvons donc, fin 2001, sans lieu et presque sans activité.

Projets pour 2002

Sans domicile fixe, nous avons décidé de développer notre bulletin.

Les autres activités dépendent pour la plupart, de l'occupation d'un lieu.

Voilà donc en ce début d'année, le bulletin nouveau, l'activité principale de l'association, en attendant de trouver son fief.

Développement du bulletin

Nous aimerions que les membres actifs de notre association qui ne peuvent mettre en place leur atelier faute de lieu, participe à l'élaboration du bulletin.
Nous projetons de développer des sujets qui nous intéressent et de vous les soumettre. N'hésitez pas à nous communiquer vos réflexions, point de vue, etc. Il y aura également des textes libres comme ceux que nous vous présentons ici.

Rencontres

Fin mars 2001, suite à l'aimable invitation de Diana Dilmann, Marie-Hélène et Jean-Marc ont pu présenter une lecture de textes de Corinna Bille, au sein de l'association **ATB équilibre**.

ATB équilibre est une association d'entraide pour les personnes souffrant de maniaco-dépression.

Jean-Marc participe activement aux réunions de la **Planification Sanitaire Qualitative** genevoise, axe santé mentale lancée par le DASS/Etat de Genève, pour qui il a écrit quelques textes.

(…)

Pour la continuation de ce bulletin, j'espère vivement que les membres de l'association voudront bien le prendre en mains que l'on puisse se dire avec certitude « à bientôt. »

Si cela se fait, le prochain bulletin devrait sortir dans le courant du mois de mai. Quant au rapport d'activité, il vous sera livré au mois de juillet.

Voilà, je vous laisse en compagnie des textes nés de l'atelier d'écriture, écrits de Jean-Marc et Clarissa.

souvenir du mois de septembre 2000
Inauguration du local de l'Expérience à MottattoM

photo Michel Oberson

MERCI

AUX MEMBRES DE SOUTIEN DE L'EXPERIENCE

Un grand merci à tous pour votre attention et votre générosité.

L'équipe de l'Expérience

L'EXPERIENCE recherche un lieu

Nous remercions d'avance toute personne susceptible de nous aider dans nos recherches.
Nous n'avons pas un gros budget pour le moment.
Nous pourrons difficilement mettre plus de CHF 200.00 pour 25 m2 ou plus, par mois.
Tél. 079/348.80.77

Pour nous soutenir

Ou pour continuer de nous soutenir dans notre action

Si vous désirez nous soutenir financièrement un bulletin de versement est annexé au présent bulletin

DANS LES PAGES QUI SUIVENT

L'ATELIER D'ECRITURE
de
JUILLET à AOÛT 2001

TEXTES
DE JEAN-MARC ET CLARISSA

Les premiers jets de Jean-Marc sont suivis du texte remanié.
Clarissa nous livre, pour la plupart, ses textes remaniés.

Vos commentaires, appréciations sur ces textes

Seront les bienvenus et transmis aux auteurs.

avant le 12.07.01

écriture automatique

vrai
le vrai rêve d'eve éveille le ver vert en verre vert
très vrai mais ouvert près du riz vert et ravi
de laver le rêve éveillé de la vrai Eve lèvres
entrouvertes vidées de transparence, verre vidé en
gorgées de rire, au visage coloré verdi, face de
ver au rêve ensommeillé.

Jean-Marc

12.07.01

écriture automatique

méfiance
un point acquis à ta superbe prix
du lourd passé que tu ne dépasses lui
submergeant en réalité l'affreuse perte du
sens de toi-même perdu mille fois au
coin de ta rue fidèle au lieu de l'exploit
de ton esprit critique insatisfait dans ce
repli du temps qui t'accueille comme
naguère jeux de mots écrits ici sans fin

Le point acquis à ta superbe est ce prix
du lourd passé que tu ne dépasses, qui
submerge en réalité cette affreuse perte du sens
de toi-même. Perdu mille fois au coin de ta
rue et fidèle au lieu des exploits de ton
esprit critique, tu demeures insatisfait dans
ce repli du temps qui t'accueille toujours
comme naguère dans le pli des mots les
jeux de mots accolés en écriture encore
ici sans fin. Méfiance encore. Tu écris.

parole bienfaisante
Bonté acquise à force de mots,
paroles déguisées en mots de douceur,
caresse à l'oreille de l'autre brute,
ton œuvre spatiale sculptant l'indomptable de l'être de l'autre,
bonté sans fond où se puise cette raison de vivre
dans l'éventuel changement, la révolution douce,
le lit du futur à ton image, qui es-tu, toute bonté,
ce nouveau dieu de l'athée, ce nouveau dieu ce mot incroyable.

un bienfait
Bonté acquise à force de mots, paroles
déguisées en mots de douceur, tu caresses
l'oreille de l'autre brute de ton œuvre
sculptant l'indomptable de l'être, bonté
sans fond où se puise ta vie dans
l'éventuel changement, révolution douce, lit
du futur à ton image, qui es-tu, toute
bonté, nouveau dieu de l'athée, nouveau dieu,
mot incroyable.

Jean-Marc

19.07.01

Ecriture libre

A côté

A côté tout juste du geste de scier en petits tronçons, le tic du doigt cherchant
la surface tissée à gratter, l'impatience se trahit, à côté somme toute
plein d'envieuse vérité, d'un visage couvert de tics, d'un masque de conventions
empruntées, tics sans lien, le geste délié, le bruit de la scie aux oreilles, réalité
cachée en l'action, le tic à l'action, le tic à l'attaque, pâle imitateur de sa
vie à venir, tic en geste, à côté du geste, double inacceptable de l'uniforme
conscience, de la convention de l'unique, un à un, non mosaïque puzzle, pièce rapportée.

Juste à côté de son geste de scier en petits tronçons le maigre tronc, tic d'un
doigt fouraillant le tissu de son vêtement, l'impatience est trahie, à côté somme toute
plein d'envieuse vérité, visage couvert de tics, ces masques de conventions empruntées,
tics sans liens, geste délié; le bruit de la scie aux oreilles, réalité cachée
en l'action, le tic est à l'action, le tic à l'attaque; il est le pâle imitateur de sa vie à venir,
tic en geste, à côté du geste; il est le double inacceptable de l'uniforme
conscience, de la convention de l'unique; il est un à un, non mosaïque puzzle,
pièce rapportée.

Jean-Marc

A côté

A côté de toi, j'ai l'impression d'être asphyxiée,
j'ai l'impression que tu disparais, comme l'eau
filtrée comme l'eau qui m'agace, comme un filtre
laissant le chemin à part, ne traitant pas
l'eau, comme si rien n'était libre en
revanche je t'aime et pense souvent à toi,
je regrette parfois les choses que tu fais,
les choses malandreuses que tu projettes,
je t'aime et tu me manques, près de
toi ne sont les choses que tu dis qui
me passionnent, le temps me manque pour
te dire toutes ces choses, j'ai envie d'être
heureuse mais à côté de ce que tu dis
je ne fais rien d'autre, que penser
est-il façon de punir, est-il un
temps que tu me comprennes, après tous
tes mensonges j'endure l'envie de toi
et toi au-dessus à côté de moi
tu m'infliges un sacré souvenir.

Clarissa

26.07.01

amour

Amour murmure au coin de la rue. Murs alentour, mutants d'hier habillés de mues, murs cornus poussant la roue des âmes, âmes vives de murs habités, striés de tours, détour obligé de peines d'âmes, murs obliques où se jouent des reflets de la mare, courage en poche, bruits sourds de la marche entravée des esclaves, ailés du coin, inconnus encore contraints d'habiter ces murs ce coin derrière dans l'ombre, ton ombre, amour

L'amour murmure au coin de cette rue. Les murs alentour, mutants d'hier habillés de mues, les murs cornus poussent la roue des âmes vives les habitant, murs striés de tours. Détour obligé de peines de ces âmes, les murs obliques se jouent de leurs reflets dans la mare, et courage en poche, accompagnés des bruits sourds de la marche entravée des esclaves, les ailés du coin, inconnus encore contraints d'habiter ces murs, ce coin derrière dans l'ombre, ton ombre, amour, cherchent encore le nom de la rue, ton nom.

Jean-Marc

amour

Je me sens lourd, l'amour meurt en moi, il meurt et me mord pour qu'il s'oublie, pour que je l'oublie, et de là une foule rude m'emmène, entendue elle roule et dans ce fourbi un messager, celui de l'amour, devine la roue qui tourne à l'intérieur de cette foule et retourne, le messager part dire l'amour à celui qui détourne, est celui-là qui pense à l'amour, et celui l'autre qui pense à la roue telle de l'amour, et telle quelle la rouelle roue toujours, il pense qu'elle est l'amour et la faute provoque une ruée vers le messager qui nomme l'amour à celui-là l'autre qui détourne, n'est pas humble, repense à la roue qui tourne l'amour et change. Me sens lourd mais plus rien ne me mord

Clarissa

09.08.01

Métaphore et poésie

Mais tu es un peu fort, petit tas de pièces, ta peau, tes pieds, pris dans le peu de poésie dégrafée de ce port de pêche, filet tendu égrené au fil de l'image pieuse de ce semblant d'ensemble, semblant de pièces, fragments image déjà usée, poésie encore d'un peu de poix collée aux doigts, l'œil du sens sauf ton regard, pivot du lien des images, fort lien du poète à ses mots, de la métaphore au lieu commun de la langue de chacun, poète à ton tour, chacun poète image en langue, figure en face, tu écoutes, tu dis, jouis sans sens, image inutile, métaphore étendard de peur de ne rien plus rien dire.

Tu es un peu fort, petit tas de pièces, ta peau, tes pieds sont pris dans le peu de poésie dégrafée de ce port de pêche. Le filet tendu s'égrène au fil de l'image pieuse de ce semblant d'ensemble, un semblant de pièces ensembles, fragments réunis. L'image déjà usée, la poésie encore d'un peu de poix collée aux doigts. Dans l'œil du sens, sauf ton regard, le pivot du lien des images, le fort lien du poète à ses mots, de la métaphore au lieu commun de la langue de chacun, te tient poète à ton tour, chacun poète. Poète image en langue, figure en face, écoute, dis, jouis sans sens, image désormais inutile, la seule métaphore en étendard de la peur de ne rien, plus rien dire.

Jean-Marc

Métaphore et poésie

Un matin, comme tous les autres matins, je me prépare de la tête aux pieds pour aller travailler, je passe en vitesse par la cuisine où je prends un café et avale une tartine, je prends ma valise et pars en voiture.

Peux-tu mettre le téléphone où je pourrai l'attraper, ensuite parle à l'intérieur de l'émetteur, fais-le fonctionner, prépare-toi et parle mets-toi à parler plus fort. Et un peu plus tard porte-toi près du téléphone formule une parole au lieu de parler de l'engeance que tu mets sur le tapis tu es tellement agité par l'étreinte que tu respires après ton noir et sinistre lancement de dés que tu perds la face que tu as et d'un triste regard tu vois que tu as perdu la partie, mais réveille-toi, tu as tout perdu.

Clarissa

8 . . . . . .

16.08.01

Vert

Trêve de vrai ver. Tu poses ravi à l'envie vrai du verre posé à ta vue à côté de l'assiette verte. La sous-tasse du renversé glisse vers le poivrier, le renverse, liquide vert répandu à la face de l'assiette, plus verte encore. D'un doigt tu pousses le vrai verre, non celui qui s'écrit, se prend le pied à la prise, tu t'es épris de poésie, mot au pied mou, agitée, renversée, shakée au verre, cocktail vert rendu réel, bouchée double imaginée au tréfonds de l'assiette, écrite tassée ici, fragments de verre partout, plus de ver, plus de ver.

Trève de vrais vers.
Tu poses un mot ravi à l'envie vrai, mais peu réaliste, du verre posé à ta vue à côté de l'assiette verte. La sous-tasse du renversé glisse en rêve vers le poivrier, le renverse, liquide vert se répandant à la surface de l'assiette, plus verte encore. D'un doigt tu pousses le vrai verre, non celui qui s'écrit, se prend le pied à la prise, tu t'es épris d'un mot de peu de poésie, ce mot au pied mou, elle agitée, renversée, shakée au verre, cocktail vert rendu réel, bouchée double imaginée du tréfonds de l'assiette, écrite tassée ici, fragments de verre partout, plus de ver, plus de ver.

Jean-Marc

Vert

Terre t'es aire, revêt trêve, rêve trouvé reste vert ou estival rêve, ravie terre tu es aire c'est du val vers vallée trêve es-tu rasoir d'un rêve, revêt ta trouvée vers où tu restes quoique vers l'air hivernal ou estival hiberne, vernis ne verticale qu'elle, cale-toi, berne-toi, varie l'hernie reine soit roi ou valet, une benne ne vaut rien pas plus qu'un élève, venu de nada, vénère la venue le terrestre émoi, aime-moi toi qui vaux le roi.

La terre tu es aire, revêt la trêve, le rêve te trouve, vers le reste Vert, où l'estivale te fait rêver, te ravi car la terre tu es aire, c'est du val vers la vallée qui est trêve es-tu le rasoir qui vient d'un rêve, revêt-toi, ta trouvée se lève, ou tu restes coit, vers l'air hivernal, ou estival, hiberne, vernis mais ne verticale pas, cale, cale-toi, berne-toi, varie l'hernie reine roi ou valets, mais une benne ne vaut rien pas plus qu'un élève, venu de nada, et vénère la venue du terrestre émoi, aime-moi toi qui vaut le roi.

Clarissa.

23.08.01

Appel à la beauté

Beau tableau, toi posée à plat, feinte d'ignorer les cris qui t'appellent, beauté sans appel, à quoi au juste prétendré-je ? Ton regard béant boit le ciel, ajuste l'inaccessible, le semblant de réponse de ta voix blanche et muette. Tu lis, tu boîtes, sans plus de figures, mon appel de travers. Tu bois à la trappe, le tombeau ouvert de la pythie, tu prédis ton déclin, tu lapes le sang de ta victime, tu m'oublies, tu traques l'avenir, le regard sur toi toujours porté, dans l'attente du venin de l'appel qui toujours coule à ton oreille. Tu diras.

C'est un beau tableau : toi, boîte, posée à plat, feignant d'ignorer les cris qui t'appellent, toi, beauté sans appel. Mais à quoi au juste prétendré-je ? Ton regard béant boit le ciel, ajuste l'inaccessible, cible le semblant de réponse de ta voix blanche et muette. Tu lis, tu en mets boîte, sans plus de figures, mon appel de travers. Tu bois l'eau à la trappe, ce tombeau ouvert de la pythie, tu prédis ton déclin, tu lapes le sang de tes victimes, tu m'oublies, traques l'avenir, le regard sur toi toujours porté, dans l'attente du poison de l'appel qui coule à ton oreille. Tu diras.

Jean-Marc

Appel à la beauté

Je pèle une poire et à l'appel de la lèpre je marche le pas hébété à la beauté, je vole avec mes ailes, avec à la main la pelle pour enterrer là en haut dans les Alpes ma chère défunte. Après la pluie de grêle la lèpre dans les Alpes avait cessé, à lui qui s'appelle le lépreux, il pelle pour enterrer, il baille pour l'entrebâillement, cette épreuve est pour lui représaille, elle représente par appel, au pasteur hébété la pire et terrible chose à la beauté, et là-bas bateau qui navigue entre les assailles du paquebot le bateau baille rentre, guenilles au ventre, le paquebot éventre les bâillements bottes aux pieds il marche, aux mains salies les vers qui ressemblent à la beauté de la lèpre, vers le «t'es beau» d'une autre il vit au haut du bateau la marche terrible qu'il avait parcourue.

Clarissa

30.08.01

Jalousie

Tyran pas un mot pour débuter ta jalousie enfin le mot où tu t'égares à la lettre
tu joues tu jalonnes tu sillonnes c'est ça tu sillonnes creuses tes sillons qu'à la vie
d'autrui tu destines guerrier jaloux de ta louise vouée aux loups à toi loup qui
égare tes poursuivants de fausses traces sillons d'amertume et de
richesse étincelante / isoloir de ton pouvoir tyrannie sur ton absence d'humanité
mots envolés sous le sens absents de contrainte jalonnant le lit de la louise la joue
alourdie et qui jouit sentimentale et jalouse.

Tyran n'est pas un mot pour débuter, mais sa jalousie, enfin le mot où il s'égare à la
lettre. Il la joue, jalonne, sillonne, c'est ça sillonne, creuse ses sillons qu'à la vie d'autrui
il destine. Guerrier jaloux de sa louise, vouée aux loups, à lui loup qui égare ses poursuivants
de fausses traces, sillons d'amertume et de richesse étincelante. C'est l'isoloir de son pouvoir,
tyrannie sur son absence d'humanité. Tous ces mots envolés sous le sens et
absents de contrainte jalonnent le lit de la louise, elle, la joue alourdie et qui jouit sentimentale
et jalouse

Jean-Marc

Jalousie

Toi, jalousie tu es jalouse, de la houle, tu suintes de la bière, après
tu suis l'éboulement de ma jalousie. Tu roules, âpre, tu scies mon amour
éternel, tu fais de moi et de ma compagne, un être triste et démoli.
Encore après tu lis, tu accompagnes, tu fais de la houle,
qu'elle s'arrache contre les rochers, tu me rends jalouse. Tu es l'étreinte
contre mes pensées, tu l'as fatiguée dans les steppes tu découles de
la férocité du lion, et tu dépends de ton prédateur, en bref tu
es la jalousie

Clarissa

BULLETIN DE L'ASSOCIATION L'EXPERIENCE

Numéro 4 **Septembre 2002**

DANS CE BULLETIN

Page 1	**Quelques nouvelles**
	Le point de L'Expérience
Page 2 à 19	**Compte-rendu PSQ**
	- Santé sociale/ psychiatrie sociale
	- Journal d'un Philosophe
	- Lettre ouverte à la PSQ
	- Interdiction de dériver
Ecriture	**Lettres pour Adrian**

QUELQUES NOUVELLES

Karin Bonvin

Nous nous sommes réunis fin juillet afin de remettre sur pied notre comité et envisager l'avenir.

De nouveaux statuts ont vu le jour, qui donnent une meilleure répartition des différents membres de l'Association.

Hourra ! Corinne participera au prochain bulletin en créant la rubrique "témoignages".

Les membres du comité ont rendez-vous avec les autorités fin septembre pour discuter de notre demande de lieu.

J'ai commencé un atelier "bougies" à mon domicile en attendant un lieu.

Un grand merci aux personnes qui nous ont fait parvenir leurs commentaires sur les textes de Jean-Marc et Clarissa. C'est toujours avec plaisir que nous les recevons.

Je laisse ici la place aux divers textes de Jean-Marc.

LE POINT DE L'EXPERIENCE

Jean-Marc Allaman

En reprenant l'ensemble des notions qui ont pu traverser l'Association L'Expérience jusqu'à présent, il en apparaît un certain nombre qui toutes semblent pouvoir se relier entre elles.

Mais d'abord, et quoi qu'on en pense, « malade mental » n'est pas un statut social.

La notion de statut social de l'homme se fonde d'abord sur la dignité, sans laquelle il ne peut y avoir d'existence sociale.

Dans la dignité se développe l'identité, identité à usage social, puisque l'identité est aussi ce que l'on donne à voir de soi aux autres, comme on présente sa carte d'identité au douanier. Identité de soi et de la représentation de soi. Le piège serait de s'enfermer dans la seule représentation de soi. On pourrait caractériser l'identité par un degré d'autonomie et un degré d'indépendance. Il est un paradoxe que j'ai noté, c'est-à-dire que ce n'est qu'une fois autonome et indépendant (essentiellement par la formation) que la société intègre l'individu. Et si une fois il sort de cette intégration, alors il est peu de chemins pour regagner une nouvelle autonomie et une nouvelle indépendance.

On comprend certainement mieux alors qu'il puisse exister une vraie dépendance à l'assistance.

La responsabilité vient compléter l'exercice du statut social de l'homme, dans le sens où la capacité de réponse implique forcément soi et autrui.

(Suite page 2)

A un niveau d'organisation plus important, nous pourrons aussi parler de citoyenneté.

La qualité de la vie (et que peut être la qualité de la vie d'un malade) se définira, elle, au travers de tous les aspects cités ci-avant.

Et tout ce travail ne peut se faire que contre l'exclusion.
Là où les exclus ont peur des structures, car des structures les ont exclus.
Là où les exclus, et tous les autres, se doivent de revoir le réflexe social d'exclusion de la maladie mentale et des malades, vers leur acceptation.

L'image sociale se forme, offrant une visibilité sociale aux autres, définie par une vie sociale, une vie culturelle, etc…

L'Expérience devrait être là pour faciliter l'autonomie et l'indépendance de ses membres (souffrants psychiques ou autres) au moyen d'"outils-de-la-réalité", tels que la démocratie, l'association, un lieu, des activités (manuelles, intellectuelles, culturelles).
Ou plus simplement par la vie associative et l'activité, cette dernière quelque part sur l'axe de l'activité humaine allant de son fondement du début de l'histoire de l'humanité au travail tel qu'on l'entend dans notre modernité.

Par l'activité se développeraient l'autonomie et l'indépendance qui conduisent, par le geste et la production, à une vraie visibilité sociale.

L'Expérience permettrait de modifier l'image sociale de ses membres, leur statut, par l'élaboration d'une culture et la défense d'une qualité de vie.

L'Expérience autoriserait une socialisation là où elle fait défaut.

Elle permettrait de retrouver la confiance sociale (confiance en soi, en autrui).

COMPTE-RENDU DE MA PARTICIPATION A LA PLANIFICATION SANITAIRE QUALITATIVE (PSQ) DE L'ETAT DE GENEVE

Jean-Marc Allaman

Je veux d'abord remercier la personne de l'Association L'Expérience qui m'a aimablement remplacé à une des réunions de la PSQ où j'aurais dû être.

La Planification Sanitaire Qualitative (PSQ) est l'expression de la volonté du Conseil d'Etat du Canton de Genève d'optimaliser son système de santé par la réalisation de quatre priorités sanitaires (Santé mentale, Accidents et handicaps, Cancers, Maladies transmissibles). Une loi (8045) votée le 25 juin 1999 charge l'Institut de Médecine Sociale et Préventive, travaillant sous l'autorité du Département de l'Action Sociale et de la Santé, de concrétiser ce projet qui couvre la période de 1999-2002.*

L'appellation de "Planification Sanitaire Qualitative" a été retenue pour marquer le contraste avec la "Planification Sanitaire Quantitative". Cette dernière vise la planification de l'offre de services, alors que la Planification Sanitaire Qualitative vise plus directement l'amélioration de l'état de santé de la population.

In "PSQ Rapport intermédiaire 1999-2000" p.10 §§ 1 et 2
** ndlr*

Fin 2000 j'ai été engagé, par le coordinateur de la priorité Santé Mentale de la PSQ, afin de participer, gracieusement, à son groupe de réflexion sur la santé mentale, un des groupes de sa coordination.

Jusqu'en mai 02, moment où j'ai quitté la PSQ, ce sont quatre réunions (sur cinq) auxquelles j'ai participé, sur 18 mois environ, en apportant à chaque fois une contribution écrite, soit 3 textes, en ne comptant pas la première réunion.

(Suite page 3)

Le quatrième texte, présenté ci-après avec les trois premiers, était destiné à une réunion en avril 02 qui n’a pas eu lieu. Il a été remanié par après.

Cette étude fut un crève-cœur.

Mes excuses à une personne pour l'avoir traitée, par l'intermédiaire d'une autre, de malhonnête, alors que je n'en savais rien.

Et encore : dans les textes qui suivent, il peut s'avérer difficile de distinguer ce qui m'est propre, de ce qui est de l'association L'Expérience, et de ce qui est de ma représentation de L'Expérience auprès de la PSQ. Que cela ne gâche pas votre plaisir, et bonne lecture !

BULLETIN DE L'ASSOCIATION L'EXPERIENCE

Numéro 5 **mai 2003**

DANS CE BULLETIN

Page 1 **Nouveau lieu**
Remerciements
Ouverture du lieu
Errata

NOUVEAU LIEU DANS LE QUARTIER DU LIGNON

Jean-Marc Allaman

Hourra !

Le lieu de L'Expérience a été trouvé au chemin de Château-Bloch 19, dans le quartier du Lignon.

La ville de Genève, par une convention entre le Département des Affaires Sociales dirigé par M. M. Tornare et celui des Finances dirigé par M. P. Muller, a octroyé un lieu gratuit à l'Association au 1er avril 2003.

Sérieux !

MERCI !

Ceci est l'aboutissement des démarches entreprises en mai 2002, qui nous ont amenés à rencontrer un certain nombre de personnes, que nous remercions tout particulièrement ici.

Le directeur du département des Affaires Sociales, M. Ph. Aegerter, ainsi que les collaborateurs de son bureau.

L'adjointe à la direction de la Gérance Immobilière Municipale, Mme A.-M. Piscetta, ainsi que Mme Bachofner et M. Taillens, collaborateurs de la GIM.

M. Roger Schuler qui nous a bien soutenu dans nos démarches.

M. Alain Riesen pour ses conseils

Nous remercions vivement toutes ces personnes pour tous les fructueux contacts qui ont été noués.

Quelques activités ont déjà pu voir le jour dans ce lieu du Lignon, après plus d'une année où l'Association était réduite à son administration, son bulletin et sa permanence du mercredi après-midi, pour laquelle nous remercions l'Arcade 84 de son hospitalité.

OUVERTURE DU LIEU

Je ne dirai rien encore de l'activité nouvelle de L'Expérience, mais nous vous invitons à passer nous voir quand vous le voudrez. La permanence au Lignon se tient le mercredi et le jeudi de 14 h 00 à 18 h 00 (nous précisons 18 h 00 pour corriger l'erreur faite sur la 1ère page du rapport d'activité).

Le lieu est aussi ouvert pour permettre à ceux qui ont un projet de le réaliser (dans la mesure des moyens de l'Association).

Nous nous réjouissons de vous rencontrer.

A bientôt.

DEUX ERRATA

L'erreur advient. Sa leçon est peut-être de l'abandonner à la perfection.

Le bulletin no 4, dans l'article 'Le point de l'Expérience', 4è paragraphe avant la fin, au lieu de '…une vraie visibilité sociale', vous devriez lire '…une visibilité sociale concrète'. Ceci sous-entend ainsi qu'il existe au moins deux visibilités sociales possibles, une concrète et une virtuelle (qu'elle entre dans l'ordre de l'imaginaire, du représentatif, du psychologique, ou autre). Un sujet de réflexion ?

J'ai pu écrire ou dire que l'histoire de la psychiatrie n'a qu'un siècle. Or l'apparition du mot psychiatrie est attestée en français dés le début du XIXe siècle. Cela fait donc deux siècles. Mes excuses.

JMA

ATELIER ÉCRITURE

Mai 2003

Pourquoi écrire ?
Pourquoi écrire de cette manière ?
Pourquoi se donner cette liberté, au mépris de la grammaire et de la syntaxe ?
Pourquoi ce flot de mots tant retenu par quelles contraintes prend-il corps, rend-il même du sens par-delà la poésie ?
Pourquoi, pourquoi, pour se découvrir, oser une dernière liberté, l'expression.
Au juste c'est facile.
A l'injuste la nécessité d'un bout de liberté, un champ que lui même ne voudrait pas contraindre, et la révélation par fragments, mot fragment, joueur de puzzle non empesé, des mots, des sons, presque des sens.
Le mot avant le sens.
Un geste, un mouvement, un rythme, que l'on se donne, que coupe grammaire et syntaxe.
Poésie a du sens dans la lecture.
Ecrire est-ce penser et agir alternés ?
Geste de la pensée, geste d'écrire.
Le geste suspend la pensée, concentre sur la création, c'est L'Expérience.
L'écriture libère la pensée, mais par un geste !
Le paradoxe de L'Expérience c'est son atelier écriture, qui suspend et libère la pensée dans un acte qui la dépasse et la nourrit, où le compte du penser et de l'agir ne parviendra jamais à démêler quoi de la découverte, quoi de la révélation.

J.-M. Allaman

P.S.: libertés surréalistes, libertés structuralistes, libertés d'un petit atelier d'écriture, libertés d'écriture d'un ami écrivain, libertés…

Sans liberté pas de consentir
Consentir se priver de liberté

Priver de liberté, pour soigner, pour aider ?
Une autre morale, une autre pensée
Pour l'aide de soi-même
Conscience altruiste
De l'opulence de tant de misère
L'aide est forcée
Regard égoïste au travers de l'autre
Laissé-pour-compte du besoin
Simple miroir de l'autre
Aidant pour s'aider
S'aidant pour aider
Tout même ensemble
Mais la volonté d'être aidé ou pas
Un droit
Le choix de son respect
La force abandonnée
Sinon forcément desservir
Penser à l'effet positif plus tard
C'est l'aider ?
C'est aider qui ?
Faire exister quel lien, quel présent ?
Aider servir
Aider desservir
Aider pour aider
Tout est possible
En fin même que l'aide n'aide pas…

Clarissa / Jean-Marc / L'Expérience,
22.03.04

ÉCRITURES

Georges, 19.11.04

L'Expérience expérimentale en était à un point éthylique, je faisais des gags dont personne ne se souviendrait. Alpha Blondy coulait sur la chaîne, je me demandais ce que je pourrais écrire, le stylo courait sur la feuille sans savoir où il allait, quand je me suis demandé «Pourquoi tout ça ?». Peut-être pour partager un moment avec les autres… Peut-être pour faire le malin…

Si tu bois pas et que t'es à côté, tu peux être emmerdé par les flics, c'est l'angoisse, faut que je change de médicament, le Médoc c'est l'meilleur médic.

Les soirées entre amis c'est ce qui me plait, ça permet de se lâcher sans penser à ce que les gens pensent, de toute façon leur pensée est faussée par les préjugés, l'éducation judéo-chrétienne, le jour de lessive, le jour des poubelles, le jour de la paie, le jour où je suis né, il faisait beau, mais j'ai préféré rester avec ma maman, les autres bébés avaient organisé une teuf, mais j'avais pas envie de rigoler…

C'est seulement après que je me suis rendu compte qu'il fallait profiter de chaque instant, alors j'ai commencé à sortir dans les bars pour bébés, biberons à gogo pour tout le monde… C'était la fête permanente.
Le pinard c'est le biberon des adultes, sans la tétine.

J'ai trop biberonné, je sais plus ce que je veux vous dire…

Ah, oui ! Vous êtes sympas, je vous aime bien, et ça suffit comme ça.

Clarissa, 10.12.04

Amour beurk…
Lugubre sentence
Au coin d'la rue
Tu m'tournes le dos
L'Amour berk…

Bonsoir j'te l'dis
Amour badaboum
Berk, beurk amour sale
Regarde-toi quand t'aime comme un chien fidèle
Au fond du trou tu resterais à t'lamenter comme tu aimais
Fidèle j'te détestais
Cruel j't'aurais gardé à l'éternelle

Julie, 10.12.04

Si il n'y a pas d'amour des âmes, ce n'est pas la peine de faire l'amour.
Tu peux faire l'amour avec les yeux, si ton âme en est une.
Faire l'amour sans âme, ce serait être très vide après, et déprimé, car c'est aller chercher son autre moitié d'âme désespérée.
Si tu peux expliquer pourquoi tu es amoureux, ce n'est pas de l'amour.
L'amour tu n'arrives pas à expliquer pourquoi, tu es amoureux, c'est l'âme, l'aura, l'harmonie.

Jean-Marc, 31.1.05

Souffrance
Un bain de souffrance
Qui ronge et qui mord
Sans apparemment faire aucun mal
Un enfer

SORTIE ÉQUESTRE

Mars 2007

Premier texte

Je me suis senti transporté au pays équestre, dans cette forêt sans fin, inondée de blanc, de selles, de crinières, d'hennissement, de crottin.

Ils annonçaient la bise et moins zéro degré, avec des nuages le premier jour, puis le temps sans nuage le second.

Ce pays oublié, abandonné, l'air de rien, mais il y a tout à quelques heures de Paris, à quelques heures d'ici.

Chez la famille Isler, on se sent chez soi, accueilli à bras ouvert comme un frère, dans la douce chaleur d'un foyer, dans ce refuge désert qui nous attendait pour devenir notre maison d'un soir.

Madame Isler avec son humour nous emmène au pas de cheval, et soudain «oh ! non !» elle nous fait faire du trot, ce qui est fatigant de temps en temps.

Et du galop, et une chute de Julien, et tout le reste qui fait l'épique de l'équestre.

Ne faisant plus qu'un entre l'homme et la bête, clopin-clopant, nous décidâmes finalement de rentrer vers le doux foyer qui nous avait si bien accueilli pour repartir vers nos habituels cieux, et sœur Isler oubliant de nous faire payer notre séjour, nous lui rappelâmes que nous lui devions beaucoup, et pas que de l'argent.

Une phrase de chacun des membres du séjour (Julien, Robert, Clarissa) mises à la suite.

Deuxième texte

À la gare, tout emmitouflés dans nos vêtements d'aventuriers, nous nous sommes retrouvés pour partir.

Changer de trains à trains, le plus vite possible, sans penser à demain.

Puis arrivés, attendant la dame, fondant sur place d'impatience, nous fûmes peu après à cheval.

On est au pas, dans la neige, et c'est parti : le trot, esquissant le galop qui nous attendait.

Un week-end on peut le dire inoubliable puisque même les mots se mêlent aux personnages, et qu'on en garde de belles images.

Là, le jeu consistait à mettre un bout de phrase chacun, pour former un petit texte de notre voyage.

Troisième texte

Week-end
Train
Enneigé
Être
Breuleux
Trot
Passé
Traces
Gentillesse
Expérience
Galop
Chute
Paradis ?
Rodéo
Liberté
Quoi ?
Fondue
Foin
Partage
Scarlet
Mélodie
Possibilités
Vinyles
Vivifiant
Fatiguant
Carte postale
Crinière
Immersion

Là, chacun a écrit un mot à la suite, exprimant sont ressenti du week-end.

Avril 2010

Les séquences sont trop parfaites, je cours au malheur. J'ai pu le dire, le ressentir. Une tension aiguë. Les yeux qui brûlent, la tête qui flambe. La douleur, soi comme pressé. Les pensées s'enchaînent, pas de tranquillité. Encore un contrôle, une vérification, encore quelque chose s'ajoute. Ton esprit prend tout, agence tout. La souplesse se perd. Les séquences sont trop parfaites, ton univers est tendu, sec. Tu rêves de moins d'exigence, tu rêves d'admettre les stimulations l'esprit apaisé. Tu ne sais pas ce qui t'a retenu si fermé. Malade, souffrant. Quand tiendras-tu des rires au travers des mailles si serrées ? Les séquences sont à vivre, quel destin essayes-tu de mesurer, pour une mémoire où gisent tes sombres épisodes de décompensation ?

Jean-Marc Allaman

Septembre 1999 (et plus tard) :

Dire

À Genève (Ville, Canton, République, État), une minorité sans cesse croissante de gens souffre de troubles psychiques. Les maladies psychiques, découvertes depuis plus de deux siècles, sont de plus en plus nombreuses, comme on peut le constater en ce début de vingt-et-unième siècle. Parallèlement, on constate un taux croissant de suicide, qui, en Suisse, est l'un des plus haut du monde.

Y a-t-il lieu d'établir un lien entre ces deux phénomènes ? Oui, et pourquoi ?

Dans une société qui ne pousse qu'à «réussir» (être toujours devant, comme le petit cheval blanc), certaines personnes sont acculées au suicide comme seule perspective de réussite, de réalisation (t'as tout raté même ton suicide, disent-ils), et le ratage ou la réussite d'un suicide pourrait aussi avoir été conditionné (comme on conditionne les aliénés dans les asiles). L'individu doit-il réussir, ou rater, sa vie ou son suicide ? N'a-t-il pas droit à l'erreur (errare humanum est), doit-il tout réussir (comme à l'asile), a-t-il le droit à l'essai (des auteurs se sont aussi penchés sur cette forme littéraire) ? La vie à l'essai, c'est tout ce que nous avons, même ixe fois suicidés.

Il est temps d'interroger (?) notre société sur l'existence des idées suicidaires. Sans remettre en cause les psychiatres (masculins ou féminins), il est temps d'accuser, après plus de deux siècles, la psychiatrie d'incompétence. En effet, celle-ci, en tant que nouveau pouvoir autoritariste, ne permet plus aucun degré de liberté (on sent déjà poindre la camisole de force, on voit déjà le travail des forçats).

«Je est un autre», toujours un autre, disait le poète Arthur Rimbaud, et Jean-Paul Sartre dans un essai ajoutait «l'enfer c'est les autres», toujours les autres, même si leurs paradis sont toujours pour les autres, toujours pour les autres, donnant au choix valeur d'alternative où l'autre choix d'un purgatoire froid, moyen et banal, est impossible. Dans l'alternance politique point n'est d'issue vers l'avenir. Jean-Paul Sartre le pressentait comme un devoir à accomplir par les générations futures, les autres à qui il confiait son enfer, l'enfer d'un siècle déjà meurtri.
Depuis la chute du mur de Berlin (1989), mur symbole des

meurtrissures du siècle passé, pansées par une grande résistance des contemporains de ce siècle-là confinant (jusqu'à la mort) à une confiance en la vie et ses moyens, où les autres portent la responsabilité d'un passé dépassé, où «je» porte ma responsabilité et où «je» deviens l'avenir. Les meurtrissures du siècle passé, leur Histoire, sont portées par les générations (les autres que la mienne) des siècles passés, au vingt-et-unième siècle, dans le troisième millénaire, où aucun dieu ne dira plus qui sont les uns et les autres.

Je suis «un», je suis «autre», toujours «autre», et j'échappe encore à cet enfer du passé que m'ont légué les autres générations du passé. Je passe sur un passé plein de bonnes intentions où l'«autre» n'est pas un ennemi à dépasser. Si l'autre a son enfer, qu'il le garde, que son silence soit garant de sa bonne foi et de ses croyances religieuses, y compris sa foi, bonne ou mauvaise, en la psychiatrie.

Si le suicide existe, loin d'en parler, comme toujours, l'autre question est de savoir si il faut s'en échapper, comme nous le propose la psychiatrie. Elle qui induit les idées suicidaires avec comme défi d'y échapper, d'être toujours devant, comme le petit cheval blanc. Si on accepte, on va droit au suicide (non collectif), si on refuse on acquiert cette résistance de feu Jean-Paul Sartre.

La frustration, au sens de la privation de liberté, joue, dans les asiles, dans un autre asile, un rôle essentiel (comme l'aurait écrit le Marquis de Sade) dans la perspective suicidaire et l'induction des idées suicidaires par la psychiatrie dans les asiles, dans l'asile.

La liberté ne s'acquiert pas, elle est un don, douée, pardon. On l'écrit partout sur les murs (aussi celui de Berlin, 1989) comme le poète, et oubliant quelques lettres, les autres complètent le mot que l'enfer a privé de ses droits. La liberté en l'enfer de l'asile d'aliénés où je me trouve me rattrape et l'enfer des autres complétant le mot du poète forme avec le temps le mot complément de l'enfer qu'est l'enfermement. L'enfermement, l'enfer me manque, ton enfer, l'enfer des autres me manque, ton enfer, Sartre, me manque. D'autres que moi, mon enfer, n'auraient rien, toujours rien, partagé avec toi, sauf (sauvé) ton enfer, cet autre enfer nous poussant (un élan, une élation) dos tourné du passé vers l'avenir.

La psychiatrie n'a pas fait le bon choix, je n'étais pas prêt pour les asiles, je ne suis pas fou, j'étais loin des asiles, dans la nature, où

mon destin s'est lié comme le fou lié que je suis aujourd'hui ici. Mon signe devant passé loin des asiles d'aliénés fut dépassé, cela est égal, la liberté, un mot, un signe, le tien, le nôtre, le mien, et le leur. Dans le mot «leur», il y a les autres, mon enfer, mon enfermement, mon enfer me manque.

Un auteur genevois, Gérald Chevrolet, a écrit dans son livre «Hommage à Serge S.» (Serge S., un ami à lui, suicidé) :
- Manque la câline.
- Manque la câline.

En psychiatrie, de nos jours, manquent les bons vieux traitements de chocs, conservés cependant nostalgiquement intacts dans leur esprit, et alors même que l'ampleur de la répression s'est étendue. Je passe sur les détails que pourraient nous donner des antipsychiatres. Dans le cadre médical de la psychiatrie, une question de droit se pose : exerce-t-on un droit de soins ou un droit de sévices ? On pourrait comprendre la privation de liberté à des fins d'assistance. Mais la volonté de castration, dans un lieu où sont interdites les relations sexuelles, nous montre bien quelle puissance veut nous entraîner dans un monde asexué, où l'amour n'est plus que transmission de pensées. Un monde où la chair et la pensée soient, serait, à n'en pas douter, plus juste.

En l'asile, la seule extrémité dans les relations sexuelles autorisée pour s'évader (en douce, évasion) est la masturbation, celle aussi d'une main tenant le stylo, l'une et l'autre condamnées, dans le monde d'une puissance autoritariste nouvelle, par une religion rejointe par la psychiatrie.

Au nom de la liberté, et parce que nous avons vécu trop de temps sans amour et sans écriture, il nous faut saluer encore l'asile, et derrière la fidélité (à soi-même) ne pas prendre sur soi la responsabilité d'une culpabilité que la psychiatrie relaie comme un moyen d'oppression. Les pratiques sexuelles appartiennent à chacun et sont inaliénables (et les aliénés sont liés, pointe la camisole), notre liberté ne se joue pas sur les dictats de la psychiatrie, où la culpabilité balance une négation de la nature humaine. Le sexe existe sans être occulté, d'une essence que l'on tente à l'asile de faire échapper, comme foutre s'échappant d'abstinence. Nous n'avons pas tous vocation de corbeau (mais de corps beaux). Une existence féminine nous échappant balance en blanc d'une essence à un foutre. Vous me traiterez probablement (comme les psychiatres) d'essentialiste : -je m'en fous.

La masturbation est un moyen essentiel de survie, même intellectuelle. La masturbation (condamnée, par ailleurs, par les églises…) fait peur aux psychiatres, eux qui donnent dans la camisole de force, dans la castration (les relations sexuelles sont prohibées à l'asile). Elle reste cependant un bon moyen pour sauver une libido (une vie humaine) quasi inexistante dans de rares rencontres limitées par la maladie mentale (et là, la tentation de la mythomanie, cachant le mal en offrant une contre-vérité, devient évidente). Elle sauve ce qui fait un essentiel de la vie. Elle devient aussi une relation sexuelle sans aboutir fatalement à une dualité, une duplicité, une schizophrénie.

Accepter la masturbation c'est déjà ouvrir une porte vers une vie sexuelle qui devrait pouvoir se développer dans la société asilaire, avec le regard bienveillant d'une psychiatrie sociale soucieuse de l'expression de tous, et dans un cadre communautaire adéquat.

L'asile serait un lieu de scission, où l'on apprend à ne pas jouir (de toutes ses facultés). Est-ce bien raisonnable pour une psychiatrie qui devrait tendre à une plus grande responsabilisation, et à un meilleur respect des compétences et des capacités de chacun ? Non.

Échappé au travers des asiles, au travers de la psychiatrie, au travers de la maladie, pourra-t-on dire, un jour, où se porte la responsabilité du suicide ? Qui pourra décider si le suicide est un acte de courage ou un acte de lâcheté ? Son moteur est la frustration, celle induite que l'on retrouve en soi, et non en l'autre.

Le suicide, et seuls restent présents le deuil, l'histoire, et la mémoire, avec l'écriture, le geste qui pousse la plume.

Jean-Marc Allaman / L'Expérience

Juin 2002 :

Songe d'une journée de psychiatrie

Cette fable ne dit pas la souffrance. Et la souffrance devrait être structurée par le système…

Ce matin je me suis levé à neuf heures, j'avais mis mon réveil et j'avais indiqué hier soir au soignant que nous pourrions ainsi nous voir à dix heures. J'ai fait ma toilette dans le coin salle de bains, avec douche, lavabo, toilettes, de ce qu'on doit bien appeler un petit studio. Il s'agit en effet d'un espace suffisamment grand pour y installer un lit, une table avec trois chaises, un fauteuil, une étagère, un coin cuisine avec eau froide, eau chaude à 55°c, un frigo mais pas de cuisinière, un coin cuisine où il est donc possible de se faire un café soluble ou un repas froid. Un ordinateur est aussi installé, qui permet de naviguer sur l'intranet de l'institution, pour le nombre d'heures par jour négocié avec les soignants. Pour l'étude de soi, de la maladie, de la thérapie, etc. Ce studio fait partie d'un quartier de studios, dont un certain nombre sont loués à des gens de revenus modestes. Dans le quartier il y a encore une salle de défoulement et un espace d'hypostimulation, gérés par des soignants. Ce matin, plutôt que d'aller avec ma carte à la cafétéria du bâtiment, j'ai préféré me faire un café, même tiède, dans mon studio. Une heure après le lever, soit dix heures pour moi aujourd'hui, un soignant est passé au studio, pour préparer la journée avec moi et discuter du jour précédent. Chaque jour il y a au moins une heure consacrée au psychologue ou au psychiatre. Aujourd'hui, comme trois fois par semaine, j'ai vu le psychologue, avec qui j'acquiers une sorte de formation psychosociale. Avec le psychiatre j'apprends à me raconter, à rendre consciente l'histoire où je vis, à savoir pourquoi et comment on me traite ici depuis le début. Le rendez-vous était pour onze heures. Cela ne m'a pas permis aujourd'hui de participer à l'atelier cuisine de l'étage, où une équipe de patients sous la supervision de soignants préparent le repas pour un nombre d'inscrits. J'ai décidé de ne pas non plus me préparer un repas dans mon studio même avec l'aide d'un soignant. Ce fut donc la cafétéria…
J'écris ces lignes à côté de mon assiette fumante.
Après j'irai faire une sieste jusqu'à trois heures, pour reposer les idées partagées avec le psy.

Le quartier comprend aussi des commerces et des ateliers d'artisans.
Comme convenu avec le soignant ce matin, je vais me rendre à quinze heures trente chez le maître verrier, pour continuer mon vitrail. Mais aussi, si je ne veux plus y aller, j'indique mon impossibilité, je fais autre chose, comme me reposer ou faire ma lessive, par exemple.
A dix-sept heures trente, un moment que j'adore, avec l'argent donné par un soignant, faire les courses au magasin de l'immeuble, acheter de quoi me faire à manger pour demain midi, plus des denrées de base.

Pour le repas du soir c'est comme pour midi, soit en studio, soit en commun, soit à la cafétéria jusqu'à 8 heures.
Je pense aller à la cafétéria.
La soirée se passera en distractions, télé, jeux de société, etc. Des expos ou des représentations ont aussi souvent lieu dans le quartier. Il y a aussi la bibliothèque. Et la famille et les amis peuvent venir me voir quand ils veulent.

Vers vingt et une heure trente j'irai me coucher, j'aurai indiqué mon heure de lever au soignant.

Des réunions de patients ont aussi lieu, chaque semaine, principalement sur tous les sujets qui touchent les relations patients-soignants. Le modérateur de ces réunions est entendu par le corps soignant, afin d'améliorer le cadre de vie de tous.

J'ai oublié de vous dire que j'ai pu boire une orangeade avec Anna dans mon studio aujourd'hui.
Je note encore que les personnes dites «dangereuses» peuvent être surveillées et leur violence contenue, elles n'ont pas à être enfermées, elles doivent être dirigées vers les moyens de leur apaisement… Enfermer c'est nourrir la violence, c'est un abus de pouvoir condamnable

Dans le respect du consentement éclairé, la prise de médicament doit à chaque fois, matin, midi et soir, être acceptée par le patient. Le traitement forcé est un abus de pouvoir condamnable.

Même si dans un contexte on peut comprendre, pour inadéquation, une privation de liberté, après internement le contexte change et le consentement éclairé à une prise en charge doit alors absolument être obtenu dès le début en prenant le temps et l'intelligence nécessaires à expliquer le pourquoi et le comment des soins. Un accord doit être signé entre les deux parties, autorisant la prise en charge permettant la participation au soin et même si les différentes thérapeutiques possibles sont à rediscuter tout au long de la prise en charge.
Si le consentement éclairé n'est pas obtenu il est nécessaire d'inventer une structure qui permette à l'individu de conserver toute sa liberté sans abuser de celle des autres…
Le consentement éclairé est aussi celui à un cadre géographique donné.
Le non-respect du consentement éclairé est un abus de pouvoir condamnable.

Jean-Marc Allaman

Juin 2004 :

Voyage au Québec

J'ai eu la chance, à l'été 03, de me rendre dans la belle province. Quelques jours de tourisme au Québec, à Montréal et à Québec même. Un enchantement !
J'ai pu également profiter de mon séjour pour rencontrer différentes personnes dans quelques ressources alternatives québecoises en santé mentale.
Mon étonnement a été d'entendre un souffrant psychique me dire que la psychiatrie sociale de Genève constituait pour lui et ses camarades un modèle de psychiatrie, une sorte d'idéal thérapeutique. Il est vrai que le retour des électrochocs au Québec est actuellement fortement dénoncé.
Je vous propose un petit tour d'horizon des ressources qui m'ont ouvert les yeux sur le large sujet de la santé mentale.

Tout d'abord la ressource CAMEE (acronyme dont je ne sais plus la signification), une sorte d'Expérience montréalaise. Associatif et activité s'y déroulent dans une ambiance sympathique. J'y ai été accueilli avec chaleur, j'ai été invité à une après-midi ludique. Merci à eux.

Action-Autonomie est une ressource militante, plateforme d'information, d'orientation, et d'action militante. Leur engagement est un véritable exemple et je leur en souhaite toujours le même bonheur. Salut à vous.

Je n'ai pas vu l'AGIDD-SMQ, Association des Groupes d'Intervention en Défense des Droits en Santé Mentale du Québec, mais je vous en parle parce que se sont eux principalement les gardiens des cadres légaux en lien avec la Santé Mentale au Québec.

Le RRASMQ (prononcez-le !) est le Regroupement des Ressources Alternatives en Santé Mentale au Québec, une association faîtière permettant une coordination des ressources, ainsi que de nombreuses autres choses. Trois personnes m'y ont accueilli, nous avons passé de bons moments. À bientôt.

J'ai pu parler au téléphone avec un écrivain engagé dans la cause en santé mentale au Québec. Salut à toi.

J'ai partagé un repas avec une amie chercheure en santé mentale au Québec, nous avons revisité la santé mentale, parlé de mes textes. Bonjour à elle.

Au bout du voyage encore, rencontre d'un philosophe de la cause, autour d'un café-clope, il reste beaucoup à faire, m'a-t-il dit, penser est fort bon mais n'est pas suffisant sans lien à la pratique et au concret, une fatigue inutile si son objet ne peut trouver sa place. Et nous permettre de nous reposer. J'improvise, et je te salue.

Salut le Québec ! À bientôt !

Jean-Marc Allaman, 16.6.04

22 juin 2004 :

Pour la soirée thématique
«Le rétablissement en santé psychique»,
de Pro Mente Sana Romandie, à l'UOG/Genève, 19h-21h30

Notes préliminaires : = les dire au début pour «semer le trouble»…
1) Le rétablissement/la guérison ne vient pas parce qu'on l'attend.
C'est une notion extérieure à soi.
Se rétablir d'avoir souffert, d'avoir été malheureux ?
Mais j'ai été heureux de ce que j'avais.
Je ne suis pas rétabli, je continue ma vie.
C'est l'autre qui peut me voir rétabli. (+ // reconnaissance / communication / sensibilisation)
2) Se rétablir, peut-être encore changer de rôle, ne pas correspondre à l'adéquation attendue, encore une fois après le trouble, le comportement exclu par la société…
3) Une limite, une frontière : si je condamne les violences qui m'ont été faites, je revendique pleinement la souffrance qui en a découlé et qui fait partie de mon histoire.
Avec tout ce que j'avais, avec bonheur.

a)
Je suis Jean-Marc Allaman, sujet social ((par opposition à objet…))

b)
L'adulte et la société, dans leur belle organisation, oublient trop souvent qu'ils ont commencé à l'état de brouillon. L'association L'Expérience, dont je fais partie, développe un espace du brouillon, un espace pour la libre expression et sa négociation, pour expérimenter son autonomie, avec celle des autres.

c)
Se rétablir, ce n'est pas «tout, tout de suite».
D'abord il est nécessaire de développer l'expression propre de la personne par des moyens d'expression qui sont ses activités à elle, activités de gestes ou de paroles, dans quelque domaine que ce soit.
Une foule de choses vont naître de ce processus, certaines subsisteront, d'autres pas. Mais à l'intérieur de cette pagaille, la personne distinguera des éléments pour régler son histoire, entamer le rétablissement de son psychisme, faire son autoanalyse.
Un vrai travail de mémoire commence, c'est-à-dire celui d'avoir le temps et le calme nécessaire pour revoir l'histoire de sa vie, c'est la remémoration. Pour vérifier les confiances sociales et peut-être

découvrir les origines de son mal et de sa souffrance.
Parallèlement, et cela parce qu'il est sur l'inconfortable limite de l'indistinction du vrai et du faux, le souffrant psychique peut effectuer ce que j'appelle de la restitution, un autre travail de mémoire. Passer en revue, dans le calme, sa journée, pour y déterminer ses valeurs de confiance, et y régler les éventuelles difficultés.
L'activité de son choix concentrera l'attention sur des satisfactions plus concrètes et plus immédiates, ancrant la personne dans une réalité bien présente, lui offrant la compensation d'un bonheur quotidien, ou au moins d'accepter sa vie et d'être l'ouvrier de son avenir et d'un bien-être futur.

d)
Le processus devrait pouvoir se dérouler sur trois à quatre ans.

9 octobre 2004 :

Je revendiquais

Excuses aux amis.
Les vraies revendications (c'est-à-dire les siennes, et entendues) des souffrants psychiques (et d'autres pauvres) ne seront jamais reconnues, qui pourrait en effet les valider ?
Ils sont écartés, éloignés, occultés, ignorés, ils sont absentés.
Leur expression, s'il y en a une, est «artistique», brouillonne, il y a un mur invisible qui toujours empêchera les tentatives de communication. Par habitude du formatage, sorte de filtre intellectuel, seule l'efficacité gratuite aura droit de cité dans les âmes volontaires et prêtes à gouverner. Sans que le présent, la réalité présente, soit un partage, une présence entendue. C'est pour ton avenir, radieux, m'a dit le marchand d'âmes que j'ai rencontré au ciel. Il m'a renvoyé, je devais encore servir par mon travail une cause perdue et gratuite qui serait la peine de mon inconduite. Agnostique, j'ai souri, l'ai salué et suis revenu. Sans salaire, sans titre, sans carte de visite pour tromper la confiance de l'autre. Nu et franc, j'allais devoir apprendre la danse des masques, sans vertige. Et dire ce qui sera entendu, mais ne sera pas écouté. Privé de communication, comme privé de dessert.
Le souffrant psychique est dépourvu d'autorité, même, et peut-être surtout, si son initiative développe les germes d'une autonomie possible. Une révolution.
On préfère employer la souffrance sans salaire, plutôt que chercher à la réduire. Elle est une arme politique, et on se lave les mains des dégâts humains que l'on cause ainsi. On remplit les asiles, aussi psychiatriques.
Politique à sens unique, politique relationnelle de l'ignorance d'autrui. Politique de l'autruche, non pour aiguillonner, mais bien pour tromper.
La société a besoin pour sa direction de personnes qui sont le plus formatés possible, par des formations «supérieures» de plus en plus serrées, et dites scientifiques. Comment tel formatage pourrait-il encore être partageur, avec un esprit purement collectionneur et utilitariste. La générosité, le don, et l'intelligence au secours d'une société qui étrangle ses sujets.

Tout cela se ramasserait certes en peu de mots, un concept, un schéma, mais avec vulgarisation on pourrait dire que le respect

passe par la diversité et la pluralité des langages, et qu'en fin de compte le mur de la communication précité n'est qu'un obstacle installé par soi-même, une protection contre l'autre, contre la différence, contre la présence et la vie. L'absence, croit-on, est une arme. Existerait-il d'autres moyens de lutter ? Quitte à ne pas lutter. Vivre.

Jean-Marc Allaman

20 avril 2006 :

Mosaïque

Texte écrit lors de l'atelier mosaïque à l'hôpital psychiatrique de Belle-Idée, Genève

Une pause tout à côté de la mosaïque en construction.
La mosaïque est un espace que j'aime bien, où je me sens à l'aise.
C'est de l'imaginaire qui prends corps, tout ce temps, tous ces gestes qui rendent concrète une idée.
De l'artisanat pour chacun, des matériaux récupérés de chantiers, quelques outils, simples, coller les tessons de mosaïque au mur, une sorte de puzzle.
Le matériel est déjà là, l'espace est ouvert, quelques bribes de conversation s'échangent entre les artisans à l'œuvre.
C'est une petite économie qui se déroule là, faire avec ce qu'il y a, ou avec ce qui reste, c'est selon, faire avec le recyclage de matériaux et des moyens simples.
Casser les catelles, trop grandes, avec un marteau, dans un linge pour éviter les éclats dans les yeux.
Choisir les couleurs qui conviendront au dessin, à l'idée qui déjà se transforme.
Les transporter dans l'avant du tablier replié pour les déposer au pied du bout de mur à recouvrir.
Prendre le ciment et l'étaler sur une petite surface, il ne doit pas sécher avant la fin de la pose des dizaines de tessons du bout de mosaïque.
Assis ou debout, un à un, coller les morceaux, les maçonner.
Avec l'arrière du manche de la spatule, les frapper délicatement, pour qu'ils soient bien en place.
Comme cela, les demi-heures passent, avec quelques rires, des pauses pour se dégourdir les jambes.
Se sentir bien là, c'est avoir une activité créatrice avec d'autres, c'est le rythme d'une chose après l'autre, sans bousculade, la mosaïque offre un lieu d'action différent à chacun.
Cela dure un temps, vient celui du rangement, puis celui de la satisfaction de voir, en prenant quelque distance, le travail accompli, son harmonie avec l'ensemble, le temps de la surprise de l'imprévu de l'image qui se révèle, comme se révèle la photographie dans le laboratoire du photographe.
Je garde un vrai plaisir de cette expérience, celui de l'activité elle-même, et le sourire après-coup.
Mosaïste, c'est un métier ?

2009, textes inachevés :

L'attente

L'attente, d'un monde meilleur.
Derrière les fautes et les culpabilités, leur paiement, l'attente du bonheur.
Entreposer la mémoire, les meubles, les faits, le présent et le quotidien, à l'attente de la dynamique qui les rendra organiques.
L'attente, impatiente, soi étal, des liens manquants, la dépression entre les moments pleins, peu nombreux, puzzle aux pièces manquantes, d'ailleurs, d'autres. Imagination. Communication.

Le bonheur

On a chacun nos choix, nos intérêts, notre organisation de ceux-ci. La mémoire est sélective, de plus en plus, la conscience ne garde que la construction personnelle, toute la réalité, somme de mémoire, n'y entre que par le filtre, de plus en plus compliqué, de nos choix et intérêts. La fonction désirante est une attente de mémoire, un intérêt. La mémoire s'encombre de toute la réalité, de plus en plus lourd de jour en jour, elle sélectionne ce qui répond à l'attente de celui qui la porte, le reste est oubli. On ne répond pas à la réalité, on oublie et on attend dans la relation à l'autre que notre vie, par ses choix et ses intérêts, soit reconnue par lui. On communique. Les droits de la mémoire collective, pour un réseau d'individus, sont inégalement répartis, soumis au pouvoir des uns sur les autres (?). Le pouvoir est le surgissement de sa mémoire propre et de la part de mémoire collective à laquelle on a accès. La formation, et l'expérience, comptent pour beaucoup à la part de mémoire collective. L'homme cultivé, tout de mémoire culturelle, jouit de ses connaissances, communique parfaitement, son pouvoir fait son bonheur. Jusqu'à ce qu'il rencontre plus cultivé que lui… Le bonheur n'est peut-être pas plus ou mieux, avec peu ou beaucoup, peut-être est-il dans l'organisation de la mémoire disponible, pour ceux que le pouvoir sur soi rend heureux.

Mémoire sélective organisation conscience-intégration réalité-mémoire
Désir-attente-mémoire
Mémoire-oubli relation vie reconnaissance
Communication
Droits-mémoire-collective réseau-individus pouvoir
Mémoire +collective pouvoir

Accès formation mémoire collective
Homme cultivé pouvoir-communication bonheur
Bonheur organisation-mémoire disponible pouvoir sur soi

La communication de l'un ne rencontre pas celle de l'autre. Parfois il est seul, son domaine de connaissances, sa mémoire, la souffrance et son passé d'avant, ne s'actualise pas avec l'autre. Les mémoires n'ont pas gardé de mêmes ressentis, les moyens de communication viennent à manquer, c'est l'isolement. Une connaissance moins superficiel devient difficile, la souffrance et sa résilience, une vie, restent cloîtrés.
La construction de mémoire de l'un s'établit selon ses intérêts, il sélectionne dans la réalité de ce qui lui arrive les éléments propres à consolider cette vie.
On dirait que la souffrance empêche cette mémorisation, on ne veut rien garder là où l'on a souffert, et si on souffre, rien n'est bien, même si…, et rien ne se mémorise.
La sélection se fait, la mémoire est en partie inconsciente.
La mémoire délivre un minimum d'éléments pour quand même permettre une communication minimale, et n'être pas tout à fait isolé : salut, ça va ?
On a les points de contact triviaux, puis la communication aux points d'intérêts, la conversation et la connaissance.
Les cercles sociaux déterminent le degré de connaissance, on devrait par exemple tout retenir de ce que l'on apprend de ses amis. J'avoue oublier un certain nombre de choses de mes amis, pardonnez ma mémoire et ma souffrance… Mais les amis sont le cœur, on est plus dans l'intuitif que dans le conscient…

La souffrance m'a éloigné des autres. Après, je souffre de n'avoir pas fondé, une expérience professionnelle, une famille, ou que sais-je d'autre. Je manque de fondements humains. Ou je ne réponds pas aux projets d'avenir que j'ai pu avoir, profession, famille. Regrets actifs, les objectifs changent. Le projet d'avenir c'est dès aujourd'hui.

La communication est celle des expériences, petites ou grandes, mais que faire de celle de la souffrance, qui éloigne et est si peu prisée, à moins d'être source de remède miracle, de recette au bonheur de celui qui l'entend, à moins de véhiculer avec elle sa résilience. Un paradoxe pour la communication. Rendre l'expérience de la souffrance plus attractive ? Sans doute l'association L'Expérience est dans ce créneau.
Et moi, l'expérience me fonde, les expériences me fondent, et elles fondent ma communication, si différente.

L'expérience me fonde, j'ai fondé L'Expérience.
La communication usuelle se passe avec les expériences professionnelles, familiales, etc., l'expérience de la souffrance en fait peu partie, comme si une certaine dose seulement était acceptable, et avec les souffrants psychiques on dépasse nettement ce seuil. On s'éloigne de ceux qui souffrent plutôt que d'intégrer leur souffrance dans la communication. Si on ne supporte pas la souffrance, comment font les souffrants psychiques pour la supporter ? Une question intéressante de ce qu'ils pourraient apporter comme réponse.

Si mes expériences ne sont pas classiques, donc plus difficilement communicable, des expériences sociales, formatives et professionnelles, affectives et familiales, elles existent en tant qu'expériences de vie, pour autant que la mémoire les restitue, d'un travail sur sa sélectivité, l'expérience sociale et affective, formationnelle, professionnelle passée pour ce qu'il en existe, et souffrante et résiliente, la part d'expérience souffrante et résiliente étant sans doute très importante.

L'expérience de la souffrance, c'est aussi celle de la non-souffrance qui l'accompagne toujours forcément. A mettre en œuvre l'une et l'autre.

Souffrir, c'est ne pas jouir, ne pas être heureux.
L'aptitude au bonheur, c'est un concept.
Normalement, l'image de soi est une continuité, avec ses évolutions. Pour le souffrant psychique, il y a un décalage par rapport à avant la rupture de la maladie. La rupture signe la perte de moyens psychiques, à évaluer, et ceux que l'on reforme génère une nouvelle, autre, image de soi, différente, décalée, de celle qui reste dans le souvenir d'avant. Le bonheur moyen du psychus lambda suffirait à celui qui souffre, là son aspiration, ou cela ne suffit-il pas à certain ?
La rupture, c'est le changement, l'image d'une nouvelle histoire et de nouveaux moyens psychologiques, sans entrave du passé et de l'ancienne image, la première, l'originale, intacte.
Soi peut retrouver ses moyens et réintégré l'image première, ne racontant qu'une histoire avec ses périodes de souffrance. Qui n'en a pas, ruptures, deuils, etc.
La rupture se lit souvent en un défaut de communication. L'intelligence de la personne est intacte, mais sa communication est troublée, on ne l'entend et la comprend plus ou peu ou mal, elle peut se retrouver socialement isolée.
Trouble bipolaire résilié, il me reste un trouble de la communication

qui m'isole. Et le temps de mon histoire passé à lutter contre la souffrance, à apprendre comment ne pas souffrir, plutôt qu'à construire une vie, une carrière, à jouir de la vie et être heureux.

Le psychisme, la force de l'âme. Affaiblie en cas de trouble psychique. Faire avec ce qu'il reste de force. Faire l'état des lieux et considérer ce qui reste de bien, la force d'âme nouvelle avec laquelle on fait sa vie. Soigner, aider, la part de forces amoindries, mais ne pas la considérer seule, sans la part encore forte. Construire une vie avec une force d'âme que l'on ne se connaissait pas, où la souffrance a empêché une certaine mémoire, autorisé celle de la résilience. La vie de ma mémoire n'a pas fait le même type de sélection que pour un autre. La souffrance a oblitéré la récupération de mémoire, et de là une communication badine.
Les vies et les sélections de mémoire sont différentes pour chacun, les intérêts, les constructions, les organisations sont différents de l'un à l'autre.
On fait aussi avec ce qui reste de mémoire, la sélection, d'une mémoire classique affaiblie par la souffrance, la mémoire des intérêts normaux, affectifs, intellectuels ou actuels. La souffrance c'est le calcul d'intérêts négatifs, et cela fait mal, on ne le communique pas, les contextes ne s'y prêtent pas, ou dans les pleurs.

Des types de mémoire différents, histoire, actualité, concepts, etc. (voir littérature sous mémoire), donnent des communications différentes.
De la souffrance dans l'édification professionnelle, affective, etc., plutôt que de la jouissance, du bonheur, est difficile à partager si il n'y a pas de contrepartie résilience, des recettes au bonheur de l'autre. Pourtant, on parle des choses qui n'ont pas été, et de leur solution… Mais si la souffrance est trop grande depuis trop longtemps et sans solution, on a peur d'en parler, on n'en parle pas, on s'isole.

La souffrance a pris la place d'une mémoire conventionnelle. Parler de la souffrance. La mémoire s'inscrit, mais ses éléments sont fragiles, et masqués par la souffrance qui cause l'oubli. Les éléments sont non-conventionnels, parce que l'histoire est non-conventionnelle, invalidité, etc., contre famille, amis, travail, carrière.

La souffrance met la mémoire, la communication, en jachère, plus de culture et de production.

RAPPORTS D'ACTIVITÉ & TÉMOIGNAGES

Chaque année, l'Expérience publie son rapport d'activité.
Quelques membres actifs y écrivent un texte plus personnel parlant de leur vécu, de leur activité et de l'association.

Jean-Marc

L'EXPÉRIENCE / RAPPORT D'ACTIVITÉ 2001

L'association de solidarité psychosociale L'Expérience a pour but le développement d'un espace de création où la vie associative, par et pour une majorité de souffrant psychiques, conduise à une meilleure autonomie et permette à chacun de s'engager dans diverses réalisations.

En 2001, l'Association a compté huit membres actifs, et a été soutenue par une quinzaine de personnes, pour une somme de près de 2'300.00. Le contact a également été bien maintenu avec une quinzaine de membres potentiels, comme nous les avons appelés.

Pour l'histoire et l'activité de l'ensemble de l'Expérience en 2001, le bulletin de l'association, dont le no 4 est à paraître bientôt, les retrace bien. Je reprends ici brièvement leur description.

À défaut d'un lieu qui nous aurait permis de véritablement réaliser ce pourquoi l'Association s'est créée, seules des activités peu coûteuses en matériel et en espace, ont pu continuer ou ont pu se créer. La continuation de l'atelier lecture, pour trois personnes a ainsi pu se faire sur une table de bistrot à l'Arcade 84, jusqu'en septembre. En mars une lecture publique auprès de l'association amie ATB-Équilibre, est aussi venue ponctuer agréablement nos efforts à rendre un texte.

En avril, et pour quelques semaines, s'élabore un «café biologie», partage entre deux personnes de connaissances en biologie, articles et références autour d'un café dans un bistrot. L'expérience durera jusqu'à mi-mai.

L'atelier écriture, qui prendra la plus grande place sur l'année 2001, s'est créé en plusieurs étapes. Trois personnes furent intéressées à sa mise en place, d'avril à fin mai. Peu de textes furent produits à ce moment-là. Deux des trois personnes se retirèrent, mais une nouvelle arrivante s'y intéressât et se joignit aussi à l'atelier lecture.

À deux les activités de lecture et d'écriture de l'Association se poursuivirent sur une table de bistrot à l'Arcade 84 jusqu'en septembre, moment où l'un des deux n'a plus pu continuer.
Tout au long de l'année, le bulletin, tenu par deux personnes a continué de témoigner auprès d'une centaine de personnes de l'ensemble de l'activité de l'Association.

Le bulletin est à peu près semestriel. Il est l'un des deux

seuls éléments, sans nécessité d'un lieu et presque sans besoin matériel, qui pouvait encore représenter l'association l'Expérience à fin 2001.

L'autre élément a été la permanence, tenue à l'Arcade 84, tous les mercredis après-midi, permettant de nouer et d'entretenir des contacts avec les personnes intéressées. Jusqu'à mi-juin, le comité de l'Expérience s'est régulièrement réuni à quinzaine. Un comité réduit a assuré l'administration de l'association jusqu'à la fin de l'année.

La représentation de l'Expérience par deux personnes a été forte en 2001
- auprès de la fédération MottattoM, à laquelle participait l'Expérience : environ une réunion par semaine jusqu'à notre départ de la fédération, en novembre
- auprès de la Planification Sanitaire Qualitative de l'État de Genève : quatre réunions dans l'année
- auprès du Psy-trialogue de Pro Mente Sana : une dizaine de réunions sur l'année

Citons aussi diverses associations avec qui nous avons eu des liens, même ténus :
Arcade 84, Pro Mente Sana, Galiffe, Le Relais, ATB-Équilibre, le REEV et les Sans-Voix, le groupe du mercredi à l'Arcade 84, MottattoM, la Maison des Associations socio-politiques, la Maison de Quartier de la Servette et aussi une école : l'IES, etc.

Ci-après vous trouverez les comptes 2001, vérifiés par la fiduciaire, où l'on peut voir que l'essentiel de la perte de l'exercice 2001 est dû à l'amortissement complet des travaux à MottattoM que nous avons quitté, et que sans cela nos comptes auraient été à peu près équilibrés pour 2001…

Sont également joints au rapport les statuts récemment modifiés et approuvés en Assemblée générale le 26 juillet 2002, et vous pourrez voir que la structure de l'Association a été renouvelée.
Vient ensuite la liste des associés, que vous pouvez joindre par l'intermédiaire de l'Expérience.

J'aimerais enfin dire un grand merci à tous les donateurs qui ont permis et permettent encore à L'Expérience d'agir dans le bon sens.

Les dons ont servi non seulement à couvrir des frais matériels, mais aussi des frais de loyers et d'administration, ce qui dépasse quelque peu le cadre de l'utilisation promise de ces fonds…
Pour cela nous vous prions de bien vouloir nous excuser.

Mais que cela n'entame pas votre confiance en L'Expérience et puissiez-vous continuer de nous soutenir.
Merci.

2003

Jean-Marc

L'EXPÉRIENCE

RAPPORT D'ACTIVITÉ 2002

L'expérience a pour but le développement d'un lieu de création où la vie associative, en autogestion par une majorité de souffrants psychiques, conduise à une meilleure autonomie et permette à chacun de s'engager dans diverses réalisations, soutenues par l'association.

En 2002, l'Association a compté huit membres et a été soutenue financièrement par une vingtaine de donateurs, pour une somme de près de CHF 2'700.00. Nous remercions ici ces donateurs.

À partir de mai 2002, tous nos efforts ont été concentrés sur la recherche d'un lieu, suivant quelques démarches infructueuses, efforts qui seront récompensés en mars 2003 par l'obtention de la Ville de Genève d'un lieu de 100 m2 gratuit au Lignon pour l'Association. Nous remercions particulièrement M. P. Aegerter, Directeur du Département des Affaires Sociales de l'Environnement et des Écoles, pour son précieux soutien.

Les trois activités de l'Expérience en 2002, toujours sans lieu propre, ont été l'administration de l'Association, le bulletin et la permanence. Sont parus les numéros 3 et 4 de notre bulletin en mars et en septembre. S'est tenue chaque mercredi après-midi de 14h à 17h à l'Arcade 84 la permanence de l'Association. Merci à l'équipe de l'Arcade 84 de nous avoir accordé cette liberté.

Seules quelques personnes ont tenu ces activités en 2002.
Le cadre statutaire de l'Association a, dans l'ensemble, été respecté. L'assemblée du mois de juillet 2002 a permis de renouveler le comité, et des modifications de statuts ont été approuvées.

L'Expérience en représentation en 2002, c'était:
- dans la Planification Sanitaire Qualitative de l'Etat de Genève, que nous avons cependant quittée en début d'année
- dans le Psy-Trialogue de Pro Mente Sana, pour une dizaine de réunions sur l'année
- il existe aussi des liens avec diverses instances associatives ou institutionnelles, privées ou publiques.

Vous trouverez ci-après les comptes 2002.

Également joints, les statuts modifiés et approuvés lors de l'Assemblée Générale du 26 juillet 2002.

En fin vous trouverez la liste des membres de l'Expérience, que vous pouvez joindre par l'intermédiaire de l'Association.

2004

Jean-Marc

Rapport d'activité, 16.6.04

On est toute une bande de copains. On est sept, mais avec tous les poteaux, ça fait bien trente-cinq, vus ceux qui nous filent des tuyaux et la thune. En début de l'année passée, on s'est dégoté un genre de terrain vague. C'est la Ville de Genève qui raque pour nous, c'est sympa, on les remercie. Un genre de cent mètres carrés tout équipé. Depuis le premier avril,sacré farce, on s'est accroupi en tailleur pour fumer le calumet de la paix, non, pour nos premières réus au Lignon.
Jusque là on faisait encore bureau chez nos supporters de l'Arcade 84. Merci, vive vous !
J'aurais plein de blases à vous balancer sur ce petit miracle d'un lieu pour l'assoce, mais j'ai qui dirait de la pudeur. Ceux qui ont osé se mouiller pour une expérience sauront trouver ici la gratitude qui convient, sans publicité tapageuse.
On a squatté notre bout de premier étage avec toute la panoplie du système D (Débrouille…). Une flopée de particuliers nous ont passé plein de matos et du blé. Un grand merci à vous de cette solidarité bien utile.
En septembre, des choses sérieuses se sont pointées. Sur préavis de sa commission d'attribution, la Loterie Romande, merci à elle, par l'entremise du Conseil d'État genevois et du Conseiller d'État genevois au DASS Monsieur P.-F. Unger, a subventionné L'Expérience pour 45'000.- francs. À l'ensemble des personnes qui ont participé à la décision, nous disons un grand merci, et à bientôt…
Au long de l'année, le squat s'est étoffé par l'installation des ateliers de chacun. L'atelier bureau et accueil a été tenu par Clarissa, Robert et moi. Les autres ateliers étaient le multimédia, la peinture, les jeux de société, les T-shirts peints, la mécanique, la culture et les loisirs, la cuisine, L'atelier photo noir-blanc c'est pour bientôt. D'autres projets sont aussi à venir.
Dans la forme associative aussi il y a eu une évolution. L'autogestion passe par un comité d'autogestion, chaque semaine, un groupe d'action militante lié à un atelier écriture, des assemblées associatives chaque trimestre, et une assemblée générale annuelle. Dans la détente, les rires et les grincements de dents (brrr…).
En septembre, c'était notre inauguration, grand succès, une cinquantaine de personnes autour d'un grand buffet. Merci aux organisateurs de cette soirée et merci à tous ceux qui nous ont fait le plaisir de venir.

Au rayon des comptes 03, la bonne nouvelle c'est que nous n'avons évidemment pas encore dépensé tout l'argent de

la Loterie Romande (et d'ailleurs…), mais ça ne saurait pas tarder. Je vous laisse regarder la partie de ce rapport qui y est consacrée. Mentionnons tout de même des dons importants, de Mme C. Gygax et son collectif, de la Loterie Romande, et un don qui nous a été fait pour créer un fonds de solidarité.

Dans les ressources genevoises et romandes en santé psychique, nous avons moins fait les clowns que les années précédentes, stratégie circonstancielle oblige…
Une participation au Congrès du 25e de Pro Mente Sana, à Bienne.
Quelques réunions au Grepsy (Groupe de Réflexion et d'Échange en santé PSYchique).
Quelques réunions, formelles ou informelles, avec d'autres associations de souffrants psychiques (ATB, Reev, Parole).
Nous avons établi une consultation pour le projet de loi sur le droit de la protection de l'adulte (droit fédéral/CCS). Une prise de position commune a été envoyée à Berne.
Quelques rencontres de Belle-Idée (HUG-Psychiatrie).
J'ai fini ma quatrième année de Psy-trialogue, par Pro Mente Sana à l'Arcade 84.
Et j'en oublie sûrement…

Côté formation en solidarité et en associatif, l'association ATB a eu la gentillesse de nous permettre un stage d'une journée à Action-Bénévole à Lausanne, sur le thème «Le groupe d'entraide, quoi, comment» (approx.). Merci à ATB, Diana Dillmann et Patrick Maurer.

Mon ami Rémy je te remercie d'avoir stocké dans ta remise tout le matériel de la précédente évolution de L'Expérience qui fut au 20 de la rue Guiseppe Motta, rebaptisé MottattoM (palindrome autour de Motta).
Merci à mon ami Roland, pour son travail et le don de matériel.
Merci à mes parents pour leur inconditionnel soutien.
Nous tenons à remercier chaleureusement tous nos conseillers, partenaires et amis, pour tout le travail effectué ensemble au long de l'année, en particulier l'association Arcade 84, conseillère pour l'associatif, et l'association romande Pro Mente Sana.

Je vais clore ce rapport 03 sur une nouvelle qui date de notre dernière assemblée générale, du 19 mai 04, hé oui !
J'aimerais vous présenter notre nouvelle présidente, Madame Clarissa Zoellner. Un nouveau souffle pour L'Expérience. Vous trouverez sa photo dans les pages de ce rapport.
Monsieur Robert W. Cundy reste notre trésorier.
Nos nouveaux statuts intègrent également un «comité de substitution», composé de trois associés, Monsieur Georges Lloret, Monsieur Carlo Santangelo, Monsieur Mihnea Niculescu.
Je deviens moi-même votre secrétaire de L'Expérience.

À bientôt.

Carlo

L'informatique, la photo et la vidéo numérique…

Après l'installation du mobilier dans ce local bien sympathique du Lignon, nous avons pensé à acheter un ordinateur, qui, je crois, nous serait bien utile à plusieurs activités créatrices.
Nous nous sommes donc offert, en début d'année 2004, un ordinateur tout beau, tout neuf pour l'association…

D'ores et déjà nous aimerions faire de la photo numérique et de la vidéo numérique avec notre installation informatique. Bien entendu, nous organiserons bientôt un groupe de photo et de vidéo numérique et j'espère que vous serez nombreux à y participer.
J'espère que très vite nous pourrons acquérir un appareil photo numérique que l'association mettra à disposition de quiconque sera intéressé pour créer de belles photos au sein de notre groupe de photo numérique.
Plusieurs utilitaires pour la photo ont déjà été installés et le groupe devrait faire son apparition nous espérons avant l'été.

Pour la vidéo numérique nous avons acheté une carte d'acquisition vidéo qui nous permettra de tourner de petits films et de les monter avec l'ordinateur. Le groupe vidéo numérique verra le jour bientôt aussi.

L'informatique… vaste sujet, n'est-ce pas ? Alors pourquoi pas un groupe qui s'occupera uniquement de l'informatique avec des explications et des travaux pratiques ainsi qu'une aide pour toute personne désirant se perfectionner dans ce domaine.

Nous avons eu une connexion internet récemment en espérant que cela nous sera bien utile prochainement. Nous avons opté pour une connexion ADSL, pour la rapidité et le temps de connexion illimité.

J'espère donc que vous serez nombreux à me donner vos avis sur ces différents groupes au sein de l'association et surtout que vous serez nombreux à participer et à venir nous rencontrer dans ce nouveau local où nous aurons le plaisir Georges et moi-même, de vous guider dans ce vaste domaine qu'est l'informatique, la photo et la vidéo numérique…

À très bientôt.

Georges

L'Expérience : Atelier informatique

Après l'achat d'un ordinateur dernier cri, l'atelier informatique commence à prendre forme.
Après plusieurs plantages, formatages, etc. (c'est en faisant des erreurs qu'on apprend), le système est stable et fonctionnel.
Internet, la musique, la photo, la vidéo, le traitement de texte font désormais partie des activités possibles au sein de l'association, les connaissances des uns et des autres sont souvent complémentaires.

Mihnea

L'atelier de cuisine est organisé par Mihnea : au stade actuel le matériel minimum est mis en place avec un type de cuisine de base : 1 frigo moyen, 1 four a plaques, matériel de cuisine de base, livres de cuisine.

L'atelier de musique est organisé par un membre du comité, Mihnea. Au stade actuel, il propose un répertoire de musiques de type forró, samba (origine brésilienne) et rumba flamenco (origine gitane espagnole). Les instruments disponibles sont : accordéon chromatique, accordéon diatonique, guitare classique, pandeiro (tambourin brésilien), zabumba (percussion grosse caisse à deux peaux brésilienne), cavaquinho, triangle. Le répertoire des chansons est à jouer à plusieurs personnes, l'atelier de musique est donc orienté «groupe, rencontre».

Robert

Atelier T-shirts, jeux de société :

It all started one March afternoon on the floor in the aquarium with one metal table.
It was our first meeting «pique-assiette».
None of the lights worked as well as some plug sockets did not work either.
I straight away bought two sets of shelves, extension leads, and two table lamps.

Then I bought some white T-shirts and paints, with which I painted a T-shirt on the theme of science fiction.

My other workshop is to construct a board game from the neolithic period to the Byzantine Empire. The hexagonal map stretches from Newfound Land to Peking to Bombay to Zanzibar to Cape Verde. For this board game I needed

an enornous amont of data, internet magazins (Geo and National Geographic), historical atlas, geography books, and history books.

Because of the quantity of books etc.. I built myself a set of shelves on wheels which fits exactly in the corner of the angular wall next to the window.
The complete board game is about two metres by two, with a hexagonal overlay with a vegetation-climate colour coding.

A collegue taught me to scan my hex-maps and then to store (burn) them on a blank CD. Also he taught me to retouch my maps colours etc,…on the Photoshop program. My last task is to do the accounting of which half of it is on the computer. (It was taught to me by Carlo and Jean-Marc).

Clarissa

Atelier peintures, dessins, écritures :

Cet atelier est situé vers une fenêtre, ce qui lui donne un charme particulier, lumineux, calme il est un peu reculé.

J'y fais plusieurs choses, de la peinture, du dessin et parfois de l'écriture, quelques productions y sont exposées.

L'atelier est aménagé de façon a pouvoir peindre debout ce qui donne l'envie de se laisser aller, un plastic sert de protection, ce qui n'est pas trop esthétique je l'avoue, mais chaque chose a son charme.

Dans ce coin je me laisse aller, je crée, je produis, fruits de mon imagination, j'aime la liberté de ce côté laisser-aller, où l'important n'est pas de faire bien, beau ou esthétique, libre moche ou sans importance, mais de le faire pour apprécier ou détester ce laisser aller qui me plaît, et me fait rêver, ce «allons-y pour voir», ce n'importe quoi qui fait si bien le beau, ce beau qui est si souvent n'importe quoi.

Julie

Je suis venue chez «Expérience» à cause de Robert.
Ça a été le commencement.
Mais j'ai des autres amis, comme Franck, Georges, et des connaissances avec qui on peut être amis comme Clarissa, Jean-Marc, et j'échange quelques mots avec Carlo et Catherine et Jean-Claude, si on est là, et Hervé et Nathalie.
Quand j'ai de la discipline, je travaille sur mes tapisseries, sinon je joue aux cartes avec Robert, ou je regarde un film avec les autres amis.
Mon meilleur temps chez «Expérience», c'est quand nous avons des réunions parce que nous sommes presque tous ensemble et après nous mangeons ensemble, nous discutons et nous rigolons.
Merci.

Votre Julie
Genève, le 11 février 2005

Pourquoi la lune est mon soleil

I.
Nous criions, tous les enfants. Dans la mer, les cailloux et les galets glissaient sous nos pieds.
Nous avions été jetés par dessus bord parce que nous étions les enfants de jeunes exilés, pour leurs idées communistes ou démocratiques.
Le plus vieux d'entre nous n'avait pas six ans.

Nous avons pleuré, nous avons cherché nos mères.
Je ne me souviens plus comment je l'ai retrouvée, mais elle était bleue et argentée, comme la lune.

II.
De nombreuses années plus tard, je suis retournée dans l'île de mon exil, Ikaria.
Dans le petit village de Xillosourti, j'ai été hypnotisée par un tableau sur le mur du café.
«Monsieur», ai-je demandé au patron, «où est la plage qui se trouve sur ce tableau ?». Le vieil homme a répondu : «Madame, c'est là que l'on débarquait les exilés et leurs enfants. Mais si vous allez nager là, faites attention, ça glisse.»

III.
Voilà, mes amis, pourquoi depuis toujours je vois mieux la nuit que le jour. Le jour, le soleil me blesse.

Jean-Marc

Pour le Rapport d'Activité de L'Expérience

Ça y est ! Le laboratoire de photographie noir-blanc est enfin fonctionnel, le premier cliché en est sorti dernièrement, un bougé de gare !
La pose des rideaux occultant la lumière à l'entrée du labo et la mise en place de l'électricité pour les appareils permettent, avec toute la chimie de révélation photographique, de sortir les premiers clichés de L'Expérience, et une exposition de mes photos est prévue pour l'automne, vous y serez conviés !

La peinture de Clarissa, dans sa période punk, a trouvé à s'exposer à l'Usine en mars 05, sous la direction de Clarissa elle-même. L'activité de son atelier s'est développée, vers des formes surgissant de ses tableaux, grillage de fer et papier mâché, vers des formes 3D, sculptures, aussi de grillage et de papier, et vers des essais de modelages en terre. Elle s'essaie aussi à la décoration de petits meubles, une réussite de fantaisie !
Sa créativité artistique et artisanale trouve ainsi plusieurs voies à son expression.

Robert, inlassablement, continue l'élabora-tion de son jeu de société historico géographique, il dessine les différents plans, crée les pions, les pièces et les personnages, les cartes de jeu, il invente les règles du jeu. Un travail patient, méticuleux, et la maquette devrait bientôt pouvoir être présentée.
Bon travail et courage !

Sabine nous a rejoints avec son atelier métal-tissu, pour créer des lampes. Points de soudure, mise en forme du métal avec les pinces, le marteau, les presses, sur l'établi presque neuf, découpage et collage de tissus de récupération, des gestes pour donner vie à la lumière d'ampoules. Des lampes artisanales.

Le billet du secrétaire

«Il n'y a plus d'idées, que du pouvoir.»

Nous sommes en 05, mais nous n'avons toujours pas quitté 03, l'année du handicap, de la souffrance et de son respect. Pour nous, qu'en reste-t-il encore, avons-nous progressé avec notre démarche associative, le lien avec le monde s'est-il étoffé ?
En 04, nous avons œuvré à nos ateliers, développé quelques compétences, redécouvert des qualités propres. Notre

parole a continué d'être engagée, avec toujours l'énergie du désespoir, et toujours, pardon à nos amis, le même manque de reconnaissance. Mais nous ne sommes même pas fatigués, nos repères sont solides, et l'expression c'est un vrai chiendent, tenace.

Depuis les années, cinq pour nous, la solidarité entre les associations de souffrants psychiques ne s'est pas concrétisée, nous n'étions pas assez semblables… Et l'identification à la raison professionnelle reste un obstacle à l'identité autodéterminée.

En octobre 04, nous nous sommes séparés d'un de nos conseillers, l'association Pro Mente Sana romandie. Sans bruit.

Pour mémoire, l'histoire de L'Expérience est celle-ci :

- *trois souffrants psychiques se sont rencontrés, en divers lieux ; de leurs réunions et de leurs discussions est née la volonté de défendre l'autonomie des souffrants psychiques, et la décision de s'associer formellement pour cela ; une stratégie d'association a été définie pour obtenir les moyens de cette entreprise ; il fallait un lieu et de l'argent ; des lettres et des démarches ont été faites auprès des autorités ; de nouveaux associés sont venus, d'autres sont partis ; des rencontres avec des squatters ont permis de squatter avec eux une grande halle à la Servette, espace qui n'a pas vraiment été utilisé, pour différentes raisons ; continuant les démarches, il a été obtenu de la Ville de Genève l'espace actuel au Lignon, et un don de la Loterie Romande ; L'Expérience en est là aujourd'hui, comptant une dizaine d'associés, une trentaine de donateurs et une demi-douzaine de conseillers.*

Notre idée au départ était de laisser ouverte l'association à toute personne de bonne volonté, la seule limitation étant que les souffrants psychiques devaient former la majorité des associés. Plus tard, la composition de l'association s'est développée avec l'apparition des conseillers, ayant voix consultatives, ce qui devait encore démontrer notre volonté d'ouverture, la possibilité, pour des professionnels par exemple, d'interagir avec les associés sous la forme d'une relation de conseil, une relation de confiance. Mais on a aussi dû constater que cela ne fonctionne pas toujours de cette manière, cela dépend apparemment des intérêts réciproques. Par exemple, quelqu'un a même osé me dire une fois : - si tu dois quelque chose à quelqu'un, arrange-toi toujours pour lui demander encore quelque chose en échange de ce que tu lui rends… Et si possible qui vaut le double…

Quelle politique !

Tout ceci ne devait pas empêcher notre autonomie de se développer.

Les généreux donateurs nous ont apporté, eux, année après

année, le nécessaire et précieux soutien de leurs dons, en argent ou en nature.
Je lance encore aujourd'hui un appel à vos dons pour L'Expérience, nous allons en avoir grandement besoin. Nous appelons à votre plus généreux geste, afin de continuer notre route. Merci d'avance.
Enfin, je salue en tous les associés, passés, présents ou à venir, ceux à qui revient tout le mérite de l'existence de L'Expérience.

Je vous salue tous. À bientôt.

P.S. : Merci à la Ville de Genève
Merci à la Loterie Romande
Merci à l'association Arcade 84

Robert

Atelier jeux de société + bricolage

Le scanner-imprimante ne marche pas pour la carte hexagone à cause du recentrer-couper etc… chaque page de carte est donc légèrement différente en échelle de l'autre, donc je ne peux pas coller ensemble les pages de carte. Donc je pouvais seulement photocopier élargir ou rétrécir sur la photocopieuse-imprimante qui a dû être remplacée (elle est tombée en panne). Alors pour faire une carte géante j'ai dû aller photocopier du A3 (noir-blanc) avec que des hexagones, puis coller sur du carton et découper le bord angulaire. Après ça j'ai dû dessiner les cotes et colorer les hexagones pour les 40 morceaux de carte.

J'ai commencé à utiliser Photoshop pour imprimer des photos numériques de mes soldats peints miniatures d'époque Grecque et Romaine a l'échelle 1:72. Les futures photos seront collées sur des couvercles de boîtes de cottage cheese remplies de petits soldats peints. Les soldats ont été peints depuis chez moi.

J'ai (on a) reçu du (beaucoup de) papier A2-A1 d'un ami qui travaille dans la Pub à Montreux. On savait pas où mettre le Papier et les feuilles s'abîmaient peu à peu. Donc j'ai dû construire un meuble spécialement pour ça (environ 100 cm par 110 cm par 65 cm avec 8 étages, plus une surface de 1 mètre carré (pour les crayons, papier couleur ou blanc de A4 et A3, règles, etc.)

J'ai construit un autre meuble (deux étages), cette fois-ci il est pour remplacer un des deux chevalets sous ma table (planche de bois). J'ai dû le construire pour faire de la

place (qui manquait beaucoup). Je l'ai calculée pour qu'on puisse mettre les boîtes de cottage cheese ou sinon des documents ou des classeurs ou conteneurs-classeurs.

J'ai aussi construit un meuble à trois niveaux (qui a la même taille que le précèdent) qui a remplacé aussi un chevalet mais pour la table de Clarissa cette fois-ci.

Franck a commencé des soirées, fin de semaine DVD Vidéo repas bricolage etc.

2006

Robert

Conception de mon jeu (jeu de société)

Pour essayer de faire fonctionner mon jeu à grillage hexagonal je me suis concentré sur l'Afrique seulement (des Îles Canaries par toute la Méditerranée au Nord jusqu'à Zanzibar et le Cameroun au Sud). Chaque hexagone a une à deux couleurs au maximum. Chaque couleur représente une zone de végétation-climat spécifique. Les hexagones sont ensuite regroupés par couleur en groupe de 6,10,12,ou 20 (le nombre varie sur 6 pour une végétation dense (forêt tropicale) à 20 (semi désertique).

Les pions de population ont droit à 2 types de céréales (riz africain, sorgho) et ou tuber (yam africain) ou plantes à textiles (coton, lin), un type d'arbre à fruit ou à bois spécifique, et à 2 types d'animaux domestiques (moutons, éléphants).

Les cartes des plantes et animaux domestiques évoluent avec les climats, le temps et les maladies (lapin espagnol vient du lièvre, vache naine en Côte d'Ivoire qui résiste aux mouches Tsé-tsé) (le blé doit évoluer du climat sec des steppes Syriennes au climat humide tempéré de l'est de l'Angleterre)

Les pions de population (un pion rouge = une tribu d'un peuple de Cuchites) ont aussi des nivaux de technologie de l'age de pierres-os à l'age de l'acier. Technologies de tissage, navires, bâtiments etc.

La construction des pions – un morceau de bois (1 mètre x 8mm x 8mm) a été coupé en une centaines de cubes (8mm x 8mm x 8mm) qui représentent soit une ville et ou port, ou un campement permanent d'une arme ou juste une muraille défendue.

D'autres pions, ceux de la population, ont été conçus de pièces de céramique colorée ou d'un morceau de bois coupé (1 mètre par 12 mm diamètre, coupé en rondelle de environ 1-2mm d'épaisseur)

Les guerriers peints à l'échelle 1 : 72

J'ai arrêté pour le moment de les peindre (quand on louche ça n'aide pas). Ceux qui sont déjà peints sont stockés dans le meuble à 8 tiroirs construit pour eux.

Atelier T-shirt

J'ai recommencé à peindre des T-shirts avec l'encouragement de Bernard. J'ai d'abord retouché deux vieux T-shirts peints. Puis j'ai refait la même modèle que mon premier T'shirt peint en 1994 (Spip avec des feuilles et des traces de pattes d'écureuil). J'ai une commande de trois T-shirt à différents motifs à faire.

Les Étagères

Frank (qui nous a quittés) et moi, on a construit (surtout lui) trois étagères à 40 cm du plafond de 40 cm de large en MDF 20mm avec une longueur totale de 580 cm. Ce sont nos étagères «oubliettes». Comme Frank est parti j'ai du construire une étagère pour le bureau (40 cm de large, en bois MDF 20mm avec 40cm d'espace entre les étages et 220 cm de long) avec l'aide de Clarissa et en copiant les méthodes de Frank.

L'ordinateur

La section ordinateur a été transférée au fond dans un coin du local sombre de l'atelier avec la section bureau du local. Après que Georges a quitté l'association une amie Jenny de l'OMS, a remis les ordinateurs en ordre. Elle a installé sur chacun des deux ordinateurs un anti-virus et un anti-«cheval de Troie». Mais Georges nous a installé un modem «wi-fi» ce qui veut dire que certaines gens au Lignon peuvent nous espionner à travers l'antenne du modem «wi-fi». Alors j'ai enlevé l'antenne du modem, mais je ne sais pas si c'est suffisant pour arrêter les ondes, peut-être je vais devoir acheter un modem sans «wi-fi»

PS: Jean Marc est en train de nous faire un site web.
Atelier TV «DVD-VHS» : Jean Marc a eu l'idée de transférer le coin TV à la grande pièce polyvalente où il partage avec d'autres fonctions (réunions, jeux, repas). Son idée a fait de la place pour deux autres tables de travaux pour des ateliers.

2007

Clarissa

Historique de l'année 2006

Nous nous sommes quelque peu retrouvés grâce à de nouvelles énergies venues.
L'association évolue plus sereinement, avec une bonne utilisation de son espace.
Il manque peu de personnes pour que nous soyons vraiment au complet. Il y a quelqu'un tous les jours et nous nous croisons régulièrement tout au long de la semaine.
Les ateliers sont productifs, parfois plus, parfois moins, mais c'est ainsi pour nous.

Nous pensons même parfois plus grand, quelque chose de plus spacieux, mais pour cela nous devons d'abord nous prouver que nous arrivons a fonctionner suffisamment longtemps avec ce que nous avons.

Je crois que nous avons tous comme objectif de travailler pour nos propres projets avec l'association et le collectif, et c'est ça aujourd'hui qui nous lie, bien plus qu'un quelconque engagement dans telle ou telle cause.
Notre expression et notre volonté d'exister comme cela nous rend déjà suffisamment grâce.

Il y a eu deux expositions cette année dans le cadre de l'association.
Une de photos tenue par Jean-Marc, développée dans le labo de l'Expérience.
Ce fut un moment important pour lui et pour nous puisqu'il symbolisait la réalisation et la fonctionnalité du labo photo.
Elle dura un mois dans nos locaux.
Je fis aussi une exposition sur une journée aux marché aux puces de Plainpalais avec des meubles et des sculptures lampes, ce fut vraiment une bonne expérience et ça me conforte dans mes projets artistique que je me suis fixé.

Nous sommes six, sept en ce début d'année.
Nous avons accueilli Nicolas qui commence avec nous de la sculpture sur céramique, pierre à savon et d'autres matériaux.
Il y a aussi Julien qui travaille dans le labo photo au développement et a la prise de vue.
Et les plus anciens ; Sabine qui fait des lampes, Robert de la construction de meubles et du bricolage, Jean-Marc de la photo, et moi qui recycle des meubles et fait des sculptures.
Et toujours d'autres qui sont parfois moins réguliers mais qui viennent de temps à autre dessiner, peindre ou échanger

un café. Un de nos objectif prochain est d'arriver à être une dizaine, sur le long terme nous y travaillons.

Nos rapports avec le réseau associatif et nos liens à l'extérieur sont relativement importants, en rapport avec le nombres d'associés.
Nous nous rendons toujours pour discuter avec nos partenaires des autres associations et de la psychiatrie aux rencontres de Belle-Idée, où nous échangeons des idées comme l'amélioration des conditions d'hospitalisations, les méthodes de contraintes, et sur divers sujets.
Nous participons ainsi à un travail collectif sur les conditions des personnes souffrant de troubles psychiques.
Cela fait deux ans que nous accueillons des étudiants en formation de psychiatrie qui viennent une journée voir notre association et son fonctionnement en autogestion.
Nous nous rendons chaque année a l'I.E.S. pour présenter notre association si particulière au futurs travailleurs sociaux, ce qui nous apporte une très grande satisfaction.

Cette année nous participerons aux journées sociales de Belle-Idée, où nous nous présenterons au corps médical et aux possibles futurs usagers de l'association.
Nous nous rendons également dans les autres associations du réseau social pour échanger des moments de détente comme pour les fêtes de Noël.
L'année a venir promet d'être pleine de projets.

Nous aimerions organiser avec l'association Parole des lectures une à deux fois par mois dans leur locaux et avoir peut-être une vitrine pour exposer les créations de l'Expérience.

Une exposition photo collective des membres de l'Expérience est à organiser.

Nous faisons un dîner tous les derniers mardis du mois qui est ouvert à tous. (s.v.p. s'annoncer dans l'après-midi)

Nous recherchons une ou un nouveau secrétaire. (À bon entendeur !!!)

Nous devons faire aussi une nouvelle demande de subvention pour les années à venir, ce qui va nous demander du travail.

Voilà, nous remercions tous les gens qui nous soutiennent

ET LONGUE VIE À L'EXPÉRIENCE !!!!

Clarissa

Mon ou mes ateliers??

Cette année a été pour moi remplie de plein de choses.
Je me suis consacrée beaucoup plus à mes activités artistiques et à moi-même. Cela me fait du bien, trop de stress, de fatigue, pour continuer sur le chemin que je prenais.
Ça a été une année où je me suis remise en question.
Tout commence a se dessiner, mes nouveaux projets à venir et de nouvelles perspectives.

J'ai commencé a retaper et peindre des meubles, mon style reste le même, kitsch, rock'n destroy.
J'ai aussi fait des sculptures qui se sont transformées en luminaires et je consacre aussi beaucoup de temps à la confection de vêtements.

Pour la suite, il y a deux choses importantes pour moi. Travailler régulièrement voire un peux plus.
Mon objectif est déjà ambitieux, travailler trois jours par semaine avec une moyenne de cinq à six heures. C'est déjà conséquent pour moi.
En plus de ça, faire de la couture, mais pour ça je n'ai pas d'exigence si ce n'est mon cours de deux heures par semaine.

Mes semaines s'écoulent aussi aux gré des réunions d'autogestion que nous partageons ensemble, et qui est pour moi aussi un moment de plaisir, je l'avoue, même si c'est souvent une source de conflit, mais cela reste normal.
J'aimerais aussi prochainement travailler dans le labo photo au développement de négatifs, ce projet me tient à cœur. J'aimerais essayer d'assembler plusieurs photos et de superposer des négatifs, en gros faire des expériences…
Un projet à venir, une autre exposition au marché aux puces en été?? La précédente fut exceptionnelle à mes yeux, un grand moment de partage et de reconnaissance, ce fut un succès.

Voilà et j'aimerai remercier tout les gens qui me soutiennent avec courage dans mes choix. Un grand merci.

Robert

Mes Activités

Conception de mon jeu (jeu de société):
Blaise de l'arcade 84 ma écrit toutes les instructions pour transférer ma carte de jeu a l'ordinateur, mais je vais voir si je peux avoir de l'aide pour le faire.
Sinon, le jeu n'a plus avancé.

Copie de jeu :
J'ai acheté un jeu qui s'appelle «FJORDE», à Lausanne, sur commande.
Comme on perd très facilement les pièces, j'ai donc décidé d'en créer de nouvelles, en les photocopiant. (chaque faces de forme hexagonale étant différentes)
J'ai collé les photocopies sur du carton récupéré d'emballage de chocolat, que j'ai coupé en hexagone. Les autres pièces ont été acheté en paquet de 50 (des disques de bois dont la moitié sont peinte en brun foncé).

Les Étagères :
Et oui, les étagères continue. L'étagère de la cuisine est devenu trop encombrante, et la table de travail de la cuisine aussi.
Pour l'étagère de la cuisine, j'ai ajouté 2 nouveaux niveaux en forme de «U», à angles droit, pour que l'on puisse voir tout ce qui y a sur les tablettes.
Ensuite, j'ai construit en bas un autre emplacement pour le rangement du matériel.
C'est comme une caisse en bois, avec 4 côtés de 20 centimètres de haut, dotée de 6 roues pour pouvoir la sortir… une bonne place supplémentaire pour les casseroles et autre poêles.
Pour la table de travail, avec l'aide de Julien, j'ai construit 3 étagères au dessus de la machine à café, pour mettre tasses, sous-tasses, verres, sucre et thé.
Pour finir, j'en ai monté encore 2 autres pour les condiments, huiles, vinaigres, au dessus du frigo.

Atelier TV «DVD-VHS» :
Les derniers mois de l'année 2006, le soir, je me faisais à manger à l'association, et je regardais des DVD de séries télé ou des films.
Je me suis rendu compte récemment que c'est pas vraiment sain d'être scotché à l'écran tous les soirs, car on est toujours seul, même devant la télé.

Soirée Jeu de Société :
De temps en temps, je joue un soir de la fin de semaine à un jeu de société, comme le Risk ou le Méditerranée, soit à l'Expérience, soit chez un ami.

Plantes :
La plante que Françoise a amené fin 2003, un papyrus, se porte très bien. Elle est devenu très grande et belle.
Les bébés papyrus que j'ai fait pousser depuis les graines de la grande, sont tous morts, sauf pour un. (quand j'étais en vacances, ils n'ont pas été arrosés)
Des 3 plantes que la mère de Jean Marc a amené, deux sont mortes. Je les ai trop arrosées et elles étaient à l'ombre, elles ont pourri. La survivante se porte bien. Elle est au soleil et je lui donne à boire une fois par semaine.

Anne

Au carrefour d'une vie

Au carrefour d'une vie
qui a traversé quelques heurts,
il m'est arrivé de croiser des couleurs
à travers l'atelier : l'expérience.

Cela ma permis d'y rencontrer des pinceaux
et des pinsons.

Ces quelques oiseaux,
amis du destin,
m'ont permis de franchir ce carrefour
et à exprimer à travers quelques peintures
le désarroi momentané,
et surtout à compter quelques amis de plus
dans cette vie.

Merci à l'expérience,
lieu de rencontre convivial
et lieu d'expression d'exister ;
qu'il continue à vivre ainsi
pour le bien de tous.

Nicolas

Un peu sur moi

J'ai 29 ans et depuis 6 ans je vis à Genève.
Du à des problèmes de santé d'ordre psychique, je n'ai pas pu continuer mes études dans le domaine artistique. Je faisais de la sculpture et de la céramique aux Arts Appliqués.

Grâce à une amie, j'ai connu l'association l'expérience que je fréquente depuis fin Novembre 2006.
Pour moi c'est comme une sorte de renaissance, même si j'ai toujours des hauts et des bas.
Je commence à voir la vie d'une façon positive, car je me suis à nouveau mis à sculpter, et cela me procure plus de stabilité.

Un merci à Julien pour m'avoir aidé à écrire correctement.

2008

Jean-Marc

Rapport d'activité de L'Expérience 2007

En 2007, l'association a été fréquentée par neuf membres actifs, dont les activités sont listées en annexe. Les présences ont été un peu inégales sur toute l'année, avec une moyenne d'environ trois personnes en même temps dans le lieu.
L'association compte une quarantaine de membres de soutien.

Les permanences de L'Expérience ont eu lieu les lundis, mercredis et vendredis de 14h à 18h. Le mercredi après-midi était réservé à l'accueil de nouvelles personnes. Nous avons ainsi reçu quelques personnes, mais peu sont devenues membres actifs.

La dynamique d'intégration sociale et pour l'autonomie des souffrants psychiques que L'Expérience propose, pour lutter contre l'isolement social et le désoeuvrement, est composée de la relation sociale d'entraide et de partage de compétences, de l'activité d'atelier, et de la gestion collective de l'association. En 2007 encore, il était demandé à la personne de créer sa propre activité d'atelier, il n'existait pas de programme d'activités proposé par L'Expérience. Un atelier «Photoshop» a été animé bénévolement par un de nos membre de soutien, merci à lui, dès juillet 07, réunissant en moyenne trois personnes un après-midi par semaine, et ce fut le début du programme d'ateliers qu'allait pouvoir proposer L'Expérience en 08. En 08, l'atelier «Photoshop» a été fondu avec l'atelier photographie numérique.

Constatant que notre publicité n'était pas assez informative et attractive, nous avons décidé, pour 2008, de créer un nouveau document, de quatre pages A5, informant sur L'Expérience, proposant un programme d'activités, et donnant toujours la possibilité d'un atelier libre.
Des présentations de l'association sont aussi prévues pour informer les travailleurs sociaux de la commune de Vernier, en 2008.
Nous espérons ainsi augmenter le nombre de membres actifs, notre capacité d'accueil étant d'environ 20 personnes.

Nous avons été toujours soutenus par la Ville de Genève et par la Loterie Romande, ainsi que par nos membres de soutien, qui nous ont aidé de leurs dons, de leurs conseils ou de leurs animations. Merci beaucoup à eux tous de nous

avoir permis de poursuivre L'Expérience !
Pour compléter notre budget 08, nous cherchons encore à réunir environ 5000.- francs, et nous en appelons tout particulièrement à la générosité de nos membres de soutien, dans le même temps où nous entreprenons des démarches pour obtenir une partie de ce complément de budget. Merci d'avance à tous !

Pour défendre et protéger nos intérêts, pour être informé en santé psychique, et pour connaître d'autres associations d'action en santé psychique en Suisse Romande, nous avons demandé l'adhésion à la CORAASP, Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique. L'Assemblée Générale 08 de la CORAASP devra confirmer notre adhésion.

En 2007, nous avons été peu investi dans le réseau associatif et institutionnel en santé psychique. Un petit groupe informel a retenu notre intérêt, et nous avons participé ainsi à une sorte de laboratoire sur l'«empowerment», qui se poursuit sur 2008.

L'Expérience vous salue !

Nouvelles 2008

Lors de son assemblée générale 2008, la CORAASP a accepté notre adhésion.

Lors de notre assemblée générale 2008, ont été élus au comité de L'Expérience le président Jean-Marc Allaman, le secrétaire Daniel-André Widmer, et le trésorier Robert W. Cundy. Pour la gestion collective de l'association, le comité est ouvert à tout membre actif.

Nouveauté : L'Expérience propose quatre ateliers, avec chacun leur animateur bénévole. Un atelier vitrail Tiffany le lundi après-midi, fréquenté par trois personnes, un atelier maquettes le mardi après-midi, fréquenté par une personne, un atelier jeux de société le mercredi après-midi et le dimanche après-midi, fréquenté par cinq personnes, et un atelier photographie le vendredi après-midi, fréquenté par cinq personnes. La possibilité d'établir son propre atelier libre existe toujours.

Les cotisations à L'Expérience sont de :
- 20.- CHF, membre actif
- dès 20.- CHF, membre de soutien
Compte de L'Expérience : 62787.38 Banque Raiffeisen Satigny / Genève

Jean-Marc

Les ateliers de L'Expérience en 2007

Chantal a voulu créer des petits personnages en pâte blanche à décorer de couleurs, mais elle a dû nous quitter au début de son atelier pour des raisons personnelles.

Anne a créé un atelier dessin et peinture, qu'elle a tenu quelques mois, avant de partir pour un stage en vue d'un emploi.

Clarissa a continué son atelier art-déco, surtout de la peinture et de l'«habillage» de petits meubles, avant de commencer, au mois d'octobre, une école de couture. Bonne chance Clarissa !

Jean-Marc a poursuivi ses travaux photo, et a préparé une exposition sur le sujet de la cité Lignon, qui aura lieu en 08.

Julien a participé à l'atelier photo, pour des tirages noir/blanc et couleur, et il a fait de la peinture.

Robert a fait un atelier maquettes, il construit un navire.

Nicolas s'est installé pour un atelier terre-céramique, il a produit plusieurs belles pièces.

Bertrand, Julien et Jean-Marc, ont profité de l'atelier Photoshop, traitement d'image, donné par un de nos membres de soutien, Léandre, une après-midi chaque semaine de juillet à décembre.

Patrick a installé un atelier jeux de société, les joueurs se sont rencontrés quelques fois, mais l'atelier n'est pas encore régulier.

Un repas a été organisé chaque dernier mardi du mois, dont l'élaboration et les frais étaient partagés, et qui réunissait 5-6 personnes à chaque fois. Un moment convivial et sympathique !

Le ménage a été tenu, dans la mesure du possible, par Robert et Jean-Marc.

La gestion collective de l'association a reposé sur les épaules de d'abord trois personnes, Clarissa, Robert et Jean-Marc, puis de deux, Robert et Jean-Marc, lorsque Clarissa a commencé son école de couture. Nous attendons bien sûr de pouvoir rouvrir l'espace collectif de gestion avec plus de membres. Avis aux membres actifs de L'Expérience !

Jean-Marc

Rapport d'activité 2008 de l'association L'Expérience

Composition du Comité : Jean-Marc Allaman, président, Daniel-André Widmer, secrétaire, Robert Cundy, trésorier, plus des membres actifs.

Pendant 2008, L'Expérience a tenu trois permanences ouvertes les lundis, mercredis et vendredis de 14h à 17h30, sauf trois semaines de vacances en hiver et quatre semaines en été. Les locaux ont aussi été utilisé le reste de la semaine par les membres actifs qui ont la clé.

La nouveauté en 2008 a été la proposition par des membres actifs animateurs bénévoles d'un programme d'ateliers pendant les trois permanences, ouverts aux membres actifs, un atelier de vitrail Tiffany le lundi, un atelier de jeux de société le mercredi et un atelier de photo numérique ou argentique N/B le vendredi. Il y a eu d'autres ateliers à côté de ceux-là, atelier maquettes, atelier dessin et peinture, atelier céramique.

Un repas collectif, dont l'élaboration et les frais étaient partagés, a eu lieu chaque fin de mois, un mardi soir.

Le comité ouvert, auquel peuvent participer tous les membres actifs, s'est réuni chaque semaine le mercredi de 17h30 à 19h pour gérer les affaires de l'association.

Environ 25 personnes sont venues à notre accueil du mercredi après-midi, et dix personnes sont devenues membres actifs. Nous avons été heureux d'accueillir de nouveaux membres.

Une exposition photos itinérante sur trois sites a été organisée en avril et mai 2008. Jean-Marc Allaman a exposé une série de photos du Lignon, à la Maison de Quartier d'Aïre-Le-Lignon, à l'association Parole à Plainpalais, et à la Maison des Associations à Plainpalais.

Une formation en sociocratie, une forme de gouvernance de structure, donnée par la CORAASP (Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique), a été suivie par Jean-Marc.

Un cours annuel de vitrail Tiffany, donné par Ecole et Quartier de Versoix, a été suivi par Daniel-André et Jean-Marc, afin de pouvoir animer l'atelier de vitrail Tiffany de L'Expérience.

Fin 2007, le nombre de membres actifs était très réduit, l'association vivait une crise dont elle ne savait comment sortir. De l'aide a été demandée, et lors du stage en sociocratie, un processus a été utilisé pour déterminer quel pourrait être un moyen de sortir de la crise. Ce moyen était d'établir un coaching pour L'Expérience.

Ce coaching a commencé fin 2008, alors même que le nombre de membres actifs avait bien grandi durant l'année et que le financement du budget 2009 allait être assuré, sortant l'association de la crise. Il aura permis de revoir la structure de L'Expérience, de trouver les moyens de la maintenir ou de la développer.

Nous remercions le coach, M. Laurent Fontaine, ainsi que la CORAASP qui a bien voulu prendre en charge le coût de ce coaching.

La représentation de l'association s'est faite dans un groupe de développement laboratoire autour de la notion d'empowerment, ou reprise du pouvoir d'agir, et dans le forum du GREPSY.

Nous remercions tous ceux qui permettent à L'Expérience de vivre, la Ville de Genève, la Ville de Vernier, la Loterie Romande, et tous nos membres de soutien.

Et 2009, ce sont les dix ans de L'Expérience, que l'on espère pleins d'activités et de festivités. Rendez-vous à l'automne !

Cotisations : membre actif, 20.- frs / an ; membre de soutien, dés 20.- frs / an
Compte 62787.38 Raiffeisen Satigny/GE

Daniel-André

Je suis venu à L'Expérience lorsque j'ai appris qu'il existait un atelier d'initiation au vitrail «Tiffany».
Très vite cette activité m'a énormément plu. Et Nicolas, qui est très doué, m'a fait un dessin, un masque.
Depuis je me suis inscrit à un cours de vitrail afin d'apprendre et de transmettre ce savoir à d'autres membres de l'association. Nous avons aussi fait une exposition qui a beaucoup plu.
D'autre part je participe également à l'atelier photo, où nous faisons des sorties de prise de vues et ensuite nous faisons des retouches et des tirages.
Ces activités m'ont aidé à trouver un équilibre, à sortir de l'isolement, à tisser des liens d'amitié et à exprimer ma créativité.

Robert

Autour de septembre le grand Pascal et moi sommes allés à Berne au salon des jeux et maquettes. J'ai acheté pour moi deux jeux de société, dont «le jeu de base les Colons de Catane» (qui est maintenant sur la planète un jeu qui est partout très apprécié). Avec le jeu «Senji» on a fait une seule tentative de le jouer (très compliqué à démarrer, contient aussi un sablier). Les autres jeux qu'on a essayés sont :

«Civilisation», un excellent jeu, mais plus de 8 heures de jeu minimum (ils n'ont pas le courage de le rejouer pour le moment). Ce jeu n'est plus produit sur le marché.

«Conquest of the Empire», on n'a jamais fini une partie.

«Le jeu de Go», Daniel-André a essayé de nous l'apprendre… (oui honorable grand maître Zen).

«Méditerranée», on a joué trois ou quatre fois avec Julien (utiliser un sablier est recommandé). «Risk»… boff. «Poker»… boff.

Dans les Colons de Catane il y a une extension maritime, avec cette extension j'ai eu une idée… Les dromadaires sont bien les vaisseaux du sable comme les navires sont les vaisseaux de la mer. Alors faisons les mêmes règles pour une extension désert. Je suis en train de scier des petits dromadaires en contreplaqué, et j'ai photocopié les pièces d'hexagones désert 60 fois, puis collées sur du carton et découpées.

Les maquettes que Pascal et moi construisons les mardis devant des DVDs de la série «Le Saint» ont été arrêtées depuis quelques mois (l'atelier a redémarré un après-midi par semaine pour les finir).

Jean-Marc fait des cours de vitrail depuis…? une année à Versoix. Un jour quand Anne une ex-membre est passée, Jean-Marc proposait de faire un atelier vitrail, je pensais que ce n'était pas une bonne idée. Mais Anne a dit que c'était une bonne idée, alors j'ai été d'accord. Jean-Marc a acheté les outils de base pour le nouvel atelier «vitrail» et je suis très content de faire des vitraux Tiffany les lundis après-midi avec Jean-Marc, Daniel-André et Nicolas. L'exposition à l'Arcade 84 a été très appréciée par les clients de l'Arcade, mais on n'a rien vendu.
Dans l'atelier vitrail ma première construction était avec beaucoup de couleurs mates semi transparentes avec une base de formes octogonales comme motif géométrique. Quand j'ai vu les couleurs vives du vitrail de Jean-Marc, j'ai tout de suite craqué. Depuis je n'utilise que des couleurs vives transparentes de verre ondulé en forme géométrique.

L'Expérience a reçu des cassettes vidéo, et j'en ai acheté à 1 ou 2 fr. pièce.

Mi-avril 09, Daniel-André, Patrick, et moi, on a bougé beaucoup de meubles, selon l'idée de Daniel-André et Jean-Marc de changer de place certains ateliers.

4 mai 2009

2010

Jean-Marc

Rapport d'activité 2009

Composition du comité d'autogestion: Jean-Marc Allaman, président, Daniel-André Widmer, secrétaire, Robert Cundy, trésorier, et des membres actifs.

En 2009, nous avons tenu nos trois permanences des lundis, mercredis et vendredis de 14h à 17h30, avec trois semaines de vacances en hiver et cinq semaines en été. Les locaux ont aussi été utilisés les autres jours de semaine et les vacances par les membres actifs qui ont la clé.

Notre programme d'activités s'est modifié et étoffé: lundi et mardi après-midi, vitrail Tiffany, mercredi 15h-16h cours de communication non-violente donné par Michel Monod, un membre de soutien que nous remercions au passage, vendredi après-midi photographie, et dimanche après-midi jeux de société. Les ateliers sont tenus par des membres actifs animateurs bénévoles. Merci à eux! Il y a aussi eu des ateliers personnels, aux horaires libres, atelier dessin, atelier peinture, atelier céramique, atelier informatique.

Le repas collectif est devenu hebdomadaire, chaque mercredi soir, après la réunion d'autogestion.
Le comité d'autogestion, ouvert à tout membre actif, s'est réuni chaque mercredi de 17h30 à 19h environ, pour gérer les affaires de l'association.

Une vingtaine de personnes sont venues à notre accueil du mercredi après-midi de 14h à 17h30, onze ont rempli une demande d'adhésion, et six sont devenues membres actifs, portant le nombre de membres actifs à une quinzaine. Bienvenue à tous!

Au mois de mars, et pour tout le mois, l'Arcade 84 a accueilli l'exposition collective de l'atelier vitrail Tiffany de L'Expérience.

Notre travail a été très bien accueilli, cette expérience a été très positive. Merci à l'Arcade 84 de nous avoir offert cette possibilité.

C'est également à l'Arcade 84 que L'Expérience s'est adressée en début d'année, et suite aux difficultés de l'association en 2007 et au coaching pour en sortir en 2008, pour lui demander une aide à son développement. Une aide bénévole s'est mise en place, sous la forme d'un accompagnement de projet, qui a débuté en septembre, pour un groupe de travail qui s'appelle «La chaise», et auquel se joignent les membres actifs qui le désirent. Le processus se poursuit sur 2010. Merci à l'Arcade 84 et à Blaise Ortega, qui accompagne le projet «l'association L'Expérience».

2009, c'était l'année des dix ans de L'Expérience ! Nous avons fait une grande fête le 30 octobre, avec dans l'après-midi une exposition collective, des photographies, des vitraux, des dessins, des peintures, des céramiques, toutes des productions réalisées à L'Expérience, et le soir un repas, partagé par des membres de L'Expérience et des visiteurs. Une belle fête, très réussie ! M. le Professeur François Ferrero, des HUG-BI, département de psychiatrie adulte, et Mme Barbara Zbinden, coordinatrice de la CORAASP (Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique), nous ont fait le plaisir d'être présents. Merci !

En fin d'année, L'Expérience a pour la première fois fêté Noël, avec la visite du poète-chansonnier Dominique Scheder, et le partage d'un bon repas par une quinzaine de convives. Une expérience à répéter !

La représentation de L'Expérience s'est faite auprès de sa faîtière CORAASP (Coordination Romande d'Associations d'Action pour la Santé Psychique), auprès du GREPSY (Groupe de Réflexion et d'Échange en Santé Psychique), et du Forum du GREPSY, auprès des Rencontres entre le département de psychiatrie adulte des HUG et les Associations de patients et de proches et d'autres Associations, auprès de PSYFOR (Plateforme de cours et de témoignages pour la formation d'étudiants et de professionnels dans le domaine du psychosocial), etc.

En 2009, notre action a été soutenue par la Ville de Genève, Département de la Cohésion Sociale, de la Jeunesse et des Sports, par la Ville de Vernier, Service de l'Action Sociale et des Solidarités, par la Loterie Romande, et par tous nos membres de soutien. Merci à toutes les personnes qui s'engagent pour nous permettre de continuer L'Expérience !

Cotisations, à verser sur compte 62787.38 Raiffeisen Satigny/Genève, svp :
- membre actif (individuel), 20.- CHF/an
- membre de soutien (individuel, groupe), dés 20.- CHF/an

Nicolas

Je m'appelle Nicolas et ça fait quelques années que je suis membre de L'Expérience.

Je trouve dans cette association le respect, l'amitié des camarades et le plaisir de partager.

Je travaille la céramique, le vitrail et le dessin pendant la semaine.
Je suis très content de faire partie de L'Expérience et de pouvoir travailler d'une façon autonome.

Plusieurs camarades avec le temps sont devenus de vrais amis.

Robert

Autour de septembre je suis de nouveau allé à Berne au salon des jeux et maquettes avec le grand Pascal et aussi avec Daniel-André (après, Pascal et Daniel-André sont allés prendre des photos de la vieille ville avant le coucher du soleil). Au salon, je me suis acheté un jeu de société «RISK 2210 AD» en anglais, qui est très difficile à trouver. J'ai pu trouver les règles en français sur «ludism.fr» sur internet, et j'ai aussi pu imprimer les cartes de jeux en français.

Souvent, les dimanches après-midi, s'il ne fait pas beau et chaud, on joue aux jeux de société (souvent aux Colons de Catane).

Au sujet des Colons de Catane, j'ai fini de découper les petits dromadaires, j'en ai fait 90 (15 de chaque couleur) + un dromadaire géant noir comme voleur dans le désert. On a joué plusieurs parties avec les dromadaires dans le désert et en même temps avec les navires sur la mer, avec des oasis et des îles.

J'ai aussi créé un scénario en photocopiant et modifiant les jetons numérotés du jeu de base, pour créer un scénario de désertification de l'île de base avec des petites îles de refuge autour.

L'Expérience a accepté d'acheter les extensions «Les Colons de Catane» de base et maritime pour 5/6 joueurs.

Dans l'atelier Vitrail Tiffany j'ai presque fini un vitrail de 32cm par 32cm, très géométrique (je le trouve trop répétitif comme motif) de 85 pièces de verre à 4 couleurs vives et transparentes (bleu, rouge, jaune, et un peu de vert).

L'année passée j'ai reçu chez moi une brochure de Swisscom pour une connexion internet à 34 Fr. par mois (DSLmini+Service Package Classic). À L'Expérience, il y avait une connexion à 49 Fr. par mois de Swisscom. Donc Patrick, pour économiser de l'argent, a appelé Swisscom pour changer de «package» de 49Fr. à 34Fr. par mois (car on ne télécharge pas de grands dossiers). Moi, j'ai découvert sur internet à L'Expérience les documentaires et comédies téléchargeables gratuites de la BBC Radio 7.

De temps en temps, on reçoit des cassettes vidéos ou on amène les nôtres.

On a malheureusement dû récemment changer de lecteur DVD/VHS, à cause d'une mauvaise connexion péritel qui s'empirait depuis des années.

Nicolas nous a amené sa vieille grande télévision pour remplacer celle de Franck qui est plus petite.

11 Avril 2010

2011

Jean-Marc

L'Expérience, rapport d'activité 2010

Le comité de L'Expérience en 2010 était composé de :
- Jean-Marc Allaman, président
- Daniel-André Widmer, secrétaire
- Robert Cundy, trésorier
- des membres actifs intéressés à la gestion de l'association

L'association a compté une quinzaine de membres actifs et une trentaine de membres de soutien.

Chaque semaine, le mercredi de 17h à 18h30, ce fut la réunion d'autogestion, à laquelle participaient régulièrement cinq à six membres actifs.

Nos permanences ont continué d'avoir lieu le lundi de 14h à 17h30, le mercredi de 14h à 17h et le vendredi de 14h à 17h30. Des accueils ont pu se dérouler lors de la permanence du mercredi de 14h à 17h.

L'administration des lettres, téléphones et e-mails pour leur gestion par le comité du mercredi, puis une partie du suivi des décisions (là pas trop de travail), occupe une grande part du temps des permanences. Dans des mêmes temps, mais en trouvant à être remplacé, je me déplace pour des réunions du réseau associatif et institutionnel.

Le programme d'activités 2010 de l'association s'est poursuivi régulièrement, avec le vitrail Tiffany, la photo, les jeux de société, le cours de communication non-violente, les ateliers individuels de céramique ou de dessin-peinture, et avec des nouveautés comme le cours d'anglais du jeudi ou l'organisation de soirées films une à deux fois par mois. Aussi, de retour à L'Expérience en début d'année, Clarissa, avec son nouveau diplôme de couturière-styliste en poche, s'est installé un petit atelier couture, qui lui permet de mettre en œuvre son savoir-faire. Pour le repas hebdomadaire du mercredi soir, il n'a plus lieu pour le moment, et nous attendons qu'une nouvelle dynamique nous permette de retrouver ce sympathique rendez-vous.

Autour de l'organisation de L'Expérience, des rendez-vous de réflexion collective ont eu lieu sous le nom de «La Chaise», qui est une aide que nous offre l'Arcade 84 et Blaise Ortega, qui nous aide bénévolement pour ce qui s'appelle un accompagnement de projet, le projet étant ici L'Expérience. Merci Blaise. Et merci à tous ceux qui ont pris part aux rendez-vous collectifs quasi mensuels sur près d'une année pour aboutir à un rapport clarifiant une première demande d'aide faite à Arcade 84 par L'Expérience, et ouvrant la perspective d'un véritable développement de l'association. Le rapport de Blaise Ortega s'intitule «Statistiques, synthèses et premières analyses et approches», il est constitué d'une quinzaine de pages résumant les notes qu'il prenait à chaque rendez-vous. Celles et ceux qui sont intéressés par ce document peuvent nous le demander à L'Expérience, ch. de Château-Bloch 19, 1219 Le Lignon, 022 797 31 67, l.experience@bluewin.ch.

L'accompagnement de projet se poursuit aujourd'hui par des rendez-vous périodiques, permettant la réflexion sur des sujets abordés jusqu'ici, sur des sujets issus du rapport, et sur des sujets plus actuels et immédiats.

En 2010, L'Expérience s'est beaucoup investie dans le

2e forum du Grepsy des 22 et 23 avril, consacré aux «Associations de pairs», pour l'organisation, pour des animations, et pour une exposition de photographies. Nombres de membres actifs ont été présents. Merci à eux.

L'Expérience, et moi-même, avons été bien présents aux diverses réunions du réseau associatif romand et genevois.

Enfin, L'Expérience a permis à trois personnes de prendre des cours, deux pour apprendre à faire du vitrail Tiffany, et une pour apprendre à faire du vitrail traditionnel. Ces techniques pourront devenir des animations d'ateliers pour L'Expérience, avec comme animateurs bénévoles les membres qui auront suivi les cours.

À bientôt.

APPEL DE DONS

L'Expérience n'obtenant pas pour le moment une de ses subventions lui permettant de couvrir notamment ses frais de fonctionnement, nous lançons un appel à votre générosité pour pouvoir continuer nos activités. Merci d'avance.
Pour vos dons : CCP 12-1354-2 / en faveur de IBAN CH65 8021 0000 0062 7873 8

Et pour votre cotisation, mêmes références que ci-dessus :
- Membre actif (individuel), 20.- CHF/an
- Membre de soutien (individuel ou groupe), dès 20.-CHF/an

Merci.

Robert

J'ai fini le Vitrail Tiffany de 85 pièces angulaires à 4 couleurs vives. Puis j'ai pris une pause. Puis il y a 2 mois j'ai gribouillé au crayon et au compas pendant un mois pour trouver un nouveau motif de Vitrail Tiffany. Il est de forme ronde de 26 cm de diamètre, de motif abstrait /symétrique, avec 48 pièces colorées vives (les 6 couleurs de l'arc en ciel) transparentes et en verre ondulé. Pour corriger les pièces, à ma surprise, j'ai dû utiliser une équation de géométrie du bac. Toutes les pièces sont de formes courbées qui donnent beaucoup de plaisir à les faire.

Daniel-André, François C., m'ont aidé a finir un sous-meuble à trois étagères de 1m par 1m pour le vitrail traditionnel. Il a été placé sous le meuble à papier A3, A2, A1 de 1m par 1m. J'ai acheté de ma poche 6 petits meubles cubiques 40 cm

par 40 cm à placer par dessus les 2 étagères de 160 cm par 160 cm pour avoir plus de rangement.

La télévision que Nicolas nous a donnée l'année passée est tombée en panne et a du être remplacé par celle de François C.

Les plantes vont bien, à part 4 plantes grasses (dont 2 Eolas) qui se portent très mal.

Très souvent les dimanches après-midi (comme toujours) on joue à des jeux de société (souvent aux Colons de Catane). L'Expérience a acheté l'extension de Catane (Villes et Chevaliers (version en plastique)). Pour l'adapter à l'ancienne version en bois j'ai été sur internet pour trouver des photos de l'ancienne version de bois pour mesurer et fabriquer les pièces en bois manquantes, à part les chevaliers.
J'avais créé l'année passée une extension de dromadaires pour le jeu de Catane. En mi-décembre passé j'ai envoyé au fabricant des «Les Colons de Catane» KOSMOS en Allemagne un échantillon de mon extension de dromadaires. Ils m'ont répondu que mes petits dromadaires étaient mignons mais que Les Colons de Catane était basé sur un livre et que dans le livre il n'y avait pas de dromadaires. Je vais essayer de la présenter sur internet cette année.

Je viens de finir des pièces de Catane (60 dromadaires) pour mes neveux, avec des photocopies (que j'ai payées) des hexagones du jeu collées sur du carton de 1mm.

J'ai acheté un jeu en anglais sur internet dont le but est de coloniser et conquérir les îles du Pacifique pour créer chacun son empire. Les règles françaises se trouvent sur internet. Mais j'ai dû traduire et fabriquer les cartes de développement du jeu moi même. Le problème avec le jeu sont les pièces qui sont très pâles, on distingue mal les 4 différentes couleurs des 4 joueurs. François J. m'a scanné les pièces blanches pour que je puisse les recréer en couleurs vives sur l'ordinateur avec le programme «Paint» ou «Photoshop». Quand j'aurai appris à utiliser Photoshop j'imprimerai les pièces et je les collerai sur du carton de 1mm.

L'Expérience a acheté un jeu le RUMMIKUB. Ça remplace les jeux de cartes. Les pièces vont de 1 à 13 (au lieu de valet, dame, roi et as) et en quatre couleurs (au lieu de pique, cœur, trèfle et carreau) et il y a des jokers.

11 Mars 2011

Daniel-André

En 2010 j'ai participé à une nouvelle activité de L'Expérience, un cours d'anglais donné par Jenny bénévolement.
J'ai aussi participé aux cours de communication non-violente, ce qui nous à déjà permis de dénouer des situations conflictuelles entre nous.
Le dimanche je viens au groupe «Jeux», Robert à fabriqué 90 dromadaires en bois pour le jeu Catane et il a aussi créé de nouvelles règles.
J'ai aussi pu bénéficier d'une aide pour suivre un cours de vitrail Tiffany. Je fabrique une grande lampe.
Quant au groupe photo, il s'est étoffé de deux nouveaux membres, on a fait une exposition à la maison des associations dans le cadre du forum du GREPSY. On a également organisé de nombreuses sorties. On a fait l'acquisition d'un nouvel ordinateur dédié à la photo, on a de nombreux projets pour l'avenir…
Toutes ces activités m'ont permis de retrouver de la confiance en moi, et de tisser des liens sociaux.

Clarissa

Atelier de création de vêtements

Installé en début d'année 2010, cet atelier fait suite à ma formation de couturière, styliste et modéliste que j'ai suivie durant deux ans, dans une école pour jeunes créateurs de mode à Lausanne.

C'est avec grand plaisir que j'ai réintégré l'association L'Expérience après presque trois ans de séparation.

Mon activité consiste en toute une partie de dessins, choix des modèles, des matières, des couleurs, axe de la collection, homme et femme.

Suivis du patronage, coupe, et qui s'achèvent ensuite avec toute la partie couture.
C'est donc une activité très variée qui me permet de m'évader à ma guise tant dans le dessin que dans la couture qui est une activité qui demande beaucoup de patience et de dextérité.
Cet atelier après une année d'installation prend forme gentiment, des projets sont en cours, d'autres attendent.

Je souhaiterais vraiment remercier l'association L'Expérience qui me soutient dans ce projet, et où j'ai pu installer mes machines, la table de coupe, on y a mis à ma disposition une table lumineuse, qui me facilite la vie, pour la partie dessin et patronage, encore merci à vous!!!!!!!

2012

Robert

L'été passé on a fait un expo à la maison de quartier des Libellules gérée par Isabelle, Joseph et Kolo. On a exposé des photos, peintures, céramiques, vitraux Tiffany et mon extension «Les Colons de Catane» dromadaires.

On a aussi présenté un atelier vivant «vitrail Tiffany» géré par Nicolas.

Julien a pris en main la coordination de la mise en place des créations dans la maison de quartier.
Trois personnes voulaient acheter mon vitrail Tiffany abstrait Celtique.

J'ai presque fini trois extensions de Catane dromadaires (ça prend beaucoup plus de temps que je pensais) que je vais donner gratuitement sur internet. Un pour un pays anglophone, un francophone, et un hispanophone. Les donner peut-être sur ebay où c'est gratuit jusqu'à 70 ventes ?

Le problème avec le vitrail Tiffany est qu'on met des épingles entre les pièces meulées. Quand à la fin on enlève les épingles et qu'on met le cuivre autour des pièces de verre meulées, et comme l'épaisseur de cuivre est moindre que celle des épingles, on se retrouve avec un motif plus resserré que voulu, et il y a ainsi une différence entre le motif et l'anneau (qu'on ne peut pas rétrécir) de 4 mm, 2mm sur tout le tour. Alors j'ai dû combler l'espace de 2mm entre le verre et l'anneau avec du cuivre en forme de tagliatelle.

Donc pour mon projet de faire trois copies de mon vitrail abstrait Celtique je dois recalculer de 4mm de plus pour toutes les différentes courbes du motif de 48 pièces. C'est un casse-tête de corriger le motif de base.

J'ai le projet de créer en vitrail Tiffany un abat-jour polygonal à 12 côté avec 12 pointes à 5 faces triangulaires, en verre coloré. J'ai déjà fait le prototype en carton de couleur, d'une hauteur de 40 cm.

mai 2012

Jean-Marc

L'Expérience / Rapport d'activité 2011

Le point culminant de l'activité de L'Expérience en 2011 fut certainement l'exposition de nos productions qui nous fut possible par l'invitation faite par la Maison de Quartier des Libellules, à l'autre bout de notre même rue. C'était en juin, et tout le monde s'est activé pour présenter peintures, photos, vitraux, et des ateliers ont aussi permis aux enfants de s'intéresser à nos activités. Merci aux animateurs et à toute l'équipe de la Maison de Quartier pour leur accueil chaleureux, merci aux journalistes et aux autorités verniolanes qui ont été présentes à l'inauguration, et merci à tous ceux qui ont apprécié notre travail.

À peu près à la même époque, nous avons participé à la Biennale des Arts Contemporains des Libellules, le BAL, qui réunissait toutes sortes d'artistes du quartier des Libellules de Vernier.

En début de 2011, notre plateforme de discussions et de réflexions sur le développement de L'Expérience nommée La Chaise a été mise en attente. Un nouvel élan devrait bientôt nous permettre de la reprendre.

Des accueils ont eu lieu pendant l'année, avec l'intérêt d'un plus grand nombre de femmes qu'à l'habitude, favorisant une plus grande mixité.
Les ateliers se sont plus ou moins bien poursuivis.
L'atelier photo a changé d'animateur et de forme, un petit groupe autogéré s'est formé, et quelques sorties prises de vues ont pu se dérouler.
L'atelier vitrail, surtout à la veille de l'exposition, a vu Nicolas créer des libellules en verre, en l'honneur bien sûr de la Maison de Quartier des Libellules, justement. D'autres artistes ont œuvré à d'autres créations, naturellement.
L'atelier Jeux de Société s'essouffle un peu, les rencontres du dimanche ont lieu moins souvent.
Il y a eu aussi les ateliers individuels, le dessin-peinture de Luis, ou le travail de couture de Clarissa, qui projette un atelier-couture pour 2012, ou les multiples activités de Robert, ou la peinture et les divers intérêts de Lina, arrivée en juin.

L'administration a été assurée par Robert et moi.
Nous avons maintenu notre présence au sein des associations et des institutions, au travers de diverses réunions.

Nous tenons à remercier pour leur soutien la Ville de Genève et la Loterie Romande, en précisant que nous manque toujours, depuis une année, les moyens de couvrir nos frais de fonctionnement, soit 5'000.- CHF par an. Nos recherches de soutien se poursuivent.

L'Expérience est un lieu d'échanges et de rencontres, le partage de la vie associative, et un lieu où chacun peut avoir son activité personnelle.
Nous n'aimerions pas avoir à fermer une telle structure.

Le comité 2011 était composé de : Jean-Marc Allaman, président, Daniel-André Widmer, secrétaire, et Robert Cundy, trésorier.

Les cotisations sont de :
- Membre actif : 20.- CHF / an
- Membre de soutien : min. 20.- CHF / an
CCP 12-1354-2 / en faveur de IBAN CH65 8021 0000 0062 7873 8

MERCI

2013

Clarissa

Salut à tous !!!

Membres actifs, passifs, désorganisés ou bien déterminés, l'année 2012 à L'Expérience, que dire ?!!?!!! Nous avons fait pas mal de choses à l'interne, donc pas d'expo, quelques réunions à l'extérieur, pour quand même être informés… Nous nous sommes consacrés à notre objectif principal faire fonctionner nos ateliers, penser informations, publicités, subventions, enfin voilà avec tous ses rouages L'Expérience, quelles grosse machine !!!

Les petites annonces :
L'atelier vitrail Tiffany a repris.
Une connexion à internet plus rapide à moindre frais a été dénichée.
Une aide de PMS pour nos recherches de subventions s'est organisée.
Une plante a trouvé nouvelle propriété.
Quelques mètres carrés d'atelier cherchent personne motivée. (Espace attribué !!).
Un atelier de couture a accueillis différentes idées.
Un site internet a été créé :
www.l-experience-association.ch
La réunion d'autogestions hebdomadaire a fédéré. (M. FEDERER n'a pas fait de ping-pong !!!)
Un atelier bois avec établi est délaissé cherche personnes intéressées.
Un labo photos noir-blanc se demande si la concurrence de Kodak n'est pas dépassée…

Un grand espace de dessin est utilisé plusieurs jours pourraient lui être consacrés.
Une table lumineuse industrielle de qualité anglaise attend passionnés.
Un atelier jeux prendrait de nouveaux paris d'associés…
Des soirées repas ont été organisées.
L'espace accueil fonctionne et reçoit des personnes intéressées.
Des nouveaux projets et personnalités sont espérés.

La cotisation est passée à 30.-/par année pour les membres de soutien et les membres actifs.

Nous remercions nos membres pour leur soutien, La Ville de Vernier et en particulier tous les donateurs privés qui nous soutiennent avec courage et conviction, un grand merci à tous, nous vous souhaitons de passer une belle année en notre compagnie ou pas…

Robert

Cette année je n'ai pas été très motivé. Je continue le vitrail Tiffany. J'ai pris une lanterne d'Ikea pour 10 fr. et je remplace les verres transparents sans couleur par des verres transparents aux 6 couleurs de l'arc-en-ciel en forme de motifs géométriques. J'ai dû m'acheter des lunettes de lecture car je n'arrivais plus à faire le dessin technique, j'avais des problèmes pour meuler le verre Tiffany au ¼ mm près.

J'ai essayé avec des équations de maths pour recalculer de 4mm de diamètre mon vitrail abstrait celtique, pour qu'il n'ait pas de jeu avec l'anneau autour, mais les ajustements des pièces sont au 10ème de mm près, ce qui veut dire qu'il est impossible de refaire exactement la même taille avec l'anneau autour. Mais les pièces de verres au bord du motif, peuvent être élargies de 1 mm. Donc il n'y aura que 2mm de diamètre d'espace à combler et plus 4mm.

Nicolas

Salut les lecteurs,

Je m'appelle Nicolas et je suis membre actif de L'Expérience depuis 2005.

Je suis content car je continue d'une part, à pratiquer les activités courantes de L'Expérience comme le dessin et le vitrail Tiffany.

D'autre part, l'année 2013 sera pour moi une transition dans mes choix artistiques.

J'ai momentanément arrêté le travail de la terre cuite et la fabrication de figurines animales miniatures. Puis j'ai renoué avec la soudure au chalumeau afin de préparer des sculptures métalliques.

Enfin je travaille avec la peinture acrylique et à l'huile dont les toiles toutes nouvelles constitueront le point fort de ma prochaine exposition qui aura pour thème l'univers merveilleux des clowns.

27/02/2013

2014

Jean-Marc

L'Expérience 2013

La composition du comité a été la suivante en 2013 : Jean-Marc Allaman, président, Daniel-André Widmer, secrétaire, Frédéric Gambone, vice-secrétaire, et Robert Cundy, trésorier.

L'Association a poursuivi ses activités habituelles en 2013, le vitrail Tiffany, le dessin et la peinture, la photo, les jeux de société et quelques sorties loisir et culture.

En septembre nous avons participé à la Fête au Village de Vernier, où nous avons pu exposer divers travaux :

– Les peintures de clowns, ainsi qu'un clown géant de 3,50 mètres en papier mâché et fil de fer créés par Nicolas, avec l'aide de quelques-uns.
– Des photos de voyage de Daniel-André.
– Des dessins/peintures de Luis.
– Une présentation du vitrail Tiffany par Frédéric.
– Un jeu de société présenté par Robert.
– Une activité de peinture au sol, momentanée, ouverte au public, proposée par Julien.

Nous tenons ici à exprimer notre gratitude à tous ceux qui, par leurs dons et autres soutiens, permettent à l'Association et à toutes ses activités d'exister. Nous remercions vivement pour leur soutien financier, la Ville de Genève, la Ville de Vernier, la Loterie Romande, Pro Infirmis, la Commune de Bellevue, et la Ville de Carouge. Nous remercions également l'Arcade 84 et Pro Mente Sana pour leur participation et leur aide précieuse. Un grand merci à tous nos membres de soutien pour leur générosité et un remerciement particulier à ceux des membres actifs qui

ont aussi contribué financièrement à la bonne marche de l'Association.

Pour l'avenir, afin de résoudre des difficultés internes que nous ressentons, nous avons décidé de faire appel à une ressource extérieure bénévole pour aider à animer et coordonner l'Association et coacher les membres actifs. Nous souhaitons faire, pour un certain temps, un essai avec une personne compétente pour nous rendre compte si cette solution est satisfaisante. Une question reste en suspens, dans ce processus, comment arriverons-nous à conserver l'autonomie que nous revendiquons ? Nous travaillons à ce projet en collaboration avec l'Arcade 84.

Cordialement.

Karen

J'ai été accueillie par l'Expérience en septembre 2014 et à ce jour j'ai pu exercer la peinture dans les locaux et créer déjà plusieurs œuvres.

J'ai pu apprendre le vitrail et j'attends avec impatience le nouvel atelier de gravure.
L'association me permet de sortir de chez moi, de rencontrer des gens comme moi, qui ont aussi un problème psychique. C'est un lieu où il n'y a pas de discrimination ; donc je m'y sens très à l'aise. Merci à l'Expérience d'exister.

Nicolas

Nicolas, me re-voilà !

Je suis toujours membre actif de l'association depuis 2005. Dans ce lieu, j'y ai rencontré plusieurs amis. Je dois mentionner particulièrement deux personnes qui m'ont aidé autant dans des projets artistiques que dans la vie de tous les jours : Daniel-André et Luis. Je vis en colocation avec Daniel-André. Pour moi, l'Expérience est un lieu de rencontre et de partage dans lequel chaque membre apporte sa richesse personnelle et son expérience de vie.

Quand j'ai quelque chose sur le cœur, je prends un crayon ou un pinceau et j'essaie de transcrire mon état d'âme. Je prends mon temps pour réaliser la vision qui m'étreint et qui désire se fondre dans une œuvre sereine ; les résultats, à ma grande stupéfaction, sont souvent au rendez-vous ! (Just Do It !).

C'est dans ce cadre que nous avons réalisé ensemble un projet commun pour illustrer notre présence à notre stand lors de la Fête au Village de Vernier 2013. Ce projet a débouché sur le défi audacieux d'avoir pu réaliser une statue de Clown géant de 3,50m de haut, imaginée par mon idée et fabriquée à partir de fil de fer, papier kraft et colle de poisson.

Astrid

J'ai retrouvé des compagnons de route de l'ancien Atelier d'Art qui m'ont proposé de rejoindre l'Expérience, ça tombait bien : le désir de reprendre le pinceau me titillait depuis que je me suis retrouvée au chômage. Ce qui m'a d'abord surprise c'est l'évolution artistique et sociale de mes amis que je n'avais pas revus depuis un bout de temps. J'ai très vite eu envie de les rejoindre dans cette aventure et j'ai le plaisir maintenant d'en faire partie. J'ai eu droit à un accueil chaleureux et attentionné. L'autogestion impeccable, pleine d'empathie et du souci des autres, m'a fort impressionnée. Le suivi de l'état de santé et du moral des membres et surtout l'acceptation de la différence. Chapeau, très belle Expérience.

Daniel-André

L'an passé j'ai participé à une exposition à la maison de quartier des Libellules où j'ai exposé des photographies prises à Madère.

Nous avons aussi acheté une imprimante professionnelle qui nous permettra de faire de grands tirages photos.

Le mercredi avec Nicolas et Robert nous jouons à des jeux de société.

Nous avons aussi accueilli plusieurs nouveaux membres, avec aussi de nouvelles activités, BD, gravure.

Je vais me remettre à faire du vitrail.

Malgré quelques soucis financiers, L'Expérience se porte bien, grâce à de nouveaux soutiens.

L'Expérience me permet de faire de nombreuses activités, et d'échapper à la solitude et l'isolement.

Pour moi les buts de l'association sont atteints, autonomie, entraide et solidarité.

Julie

L'Expérience. Pour moi c'est mon point de référence, retrouver cet espace qui me donne paix, chaleur, création et amis. Pendant l'année 2001 Robert et Françoise ont amené une plante papyrus, et je m'asseyais avec Robert scrutant les livres de géographie sur les mouvements de populations dans l`histoire et partageant notre microcosme qui nous protège du vaste univers.

Franck m'amenait jouer à la pétanque et cuisinait et regardait des films pendant les fins de semaine de solitude.

De nos jours, Robert et moi cherchons les origines des noms des pays ou des mots, un intérêt sans fin que nous partageons, et pendant ce temps je sens la présence de Jean-Marc ; une sorte de sécurité ; et Daniel-André à qui je demande qu'un jour il m'invite à aller promener pour prendre des photos. Ce qui m'attire est la beauté de sentir les autres artistes qui parlent ou pas, même si nos points de vue sont différents. J'espère qu'il y aura un soutien en ce qui concerne la continuité de l'existence de «Expérience». Un espace accueillant pour ceux qui ont un intérêt pour venir.

P.S. : malheureusement Robert ne montre plus d'intérêt pour «La Gavotte»

Robert

Cette dernière année…

Cette dernière année, j'ai fait ma première lanterne Ikea avec des motifs géométriques en verres Tiffany aux couleurs vives.
Nicolas et Frédéric m'ont donné des suggestions de motifs.
J'ai maintenant commencé ma deuxième lanterne, que je réalise rapidement.
J'ai aussi ajouté un carreau en miroir au fond pour doubler la lumière à travers les verres colorés.
Franck m'a aidé à mettre une douille et un cordon électrique à travers le haut de la lanterne.
J'ai aussi fabriqué et peint des pièces pour le jeu Catane.

2015

Jean-Marc

Le comité de l'Association L'Expérience était composé en 2014 de : Jean-Marc Allaman, président, Daniel-André Widmer, secrétaire, Robert Cundy, trésorier.

Les ateliers ont été :
– La photographie, par Daniel-André.
– Le vitrail Tiffany, par Robert & Cie.
– Le dessin, la peinture, par Julie, Karen et Luis.
– La sculpture, par Sarah et Nicolas.
– La bande dessinée, par Benedicto & Cie.
– L'administration, par Karin, Jean-Marc & Cie.

Un atelier temporaire de communication non-violente a été mené par Michel Monod, membre de soutien, que nous remercions vivement. Nous remercions également l'Arcade 84 pour ses médiations de conflits.

Le nouvel atelier gravure de Luis a été installé dernièrement, nous en sommes très fiers !
Le site internet est toujours visible, avec une administration minimale.
Le journal Ex-æquo a publié en 2014 ses numéros 7 et 8, et le numéro 9 est sorti en 2015.

Le point d'orgue de l'année a été l'exposition collective à la Maison de Quartier des Libellules, fin septembre et début octobre. Nous remercions toute l'équipe de la MQL de son sympathique accueil, et nous remercions le Conseiller Administratif de la ville de Vernier M. Pierre Ronget de sa participation à l'inauguration de l'exposition.

Pour leur précieux soutien financier, nous remercions : la Ville de Genève, la Loterie Romande, la Commune de Bellevue, la Ville de Carouge, un organisme anonyme, l'Office Fédéral de la Santé Publique, Pro Infirmis, Sponsoring Jura, et tous nos membres de soutien.

Robert

Cette année, j'ai bricolé deux petits meubles pour l'atelier Vitrail pour mieux ranger le verre par couleur, dont une partie a été achetée par l'Expérience.

J'ai commencé ma troisième lanterne Tiffany-Ikea avec des motifs géométriques plus complexes et avec comme d'habitude les 6 couleurs de l'arc en ciel. Comme les deux autres, elle sera munie d'une ampoule électrique et d'un

miroir au fond pour plus de lumière. J'ai racheté (de ma poche) du verre coloré pour mes lanternes chez R. V. à Versoix. J'essaie d'avancer la lanterne les dimanches après-midi.

J'ai débarrassé une table de mes affaires pour faire place à un atelier peinture. Les extensions maison de Catane, les peintures acryliques, les peintures pour T-shirts, du petit bois, et du matériel de bureau et les guerriers 1:72 ont dû être rangés et étiquetés sur des étagères contre le mur que j'ai bricolé pendant quatre fins de semaine. J'ai aussi fabriqué un meuble pour ma table de travail (inspiré de Luis) pour dégager une grande surface de travail, assez pour du papier A1.

Je vais recommencer à faire des pièces en bois spéciales pour l'extension de Catane «Villes et Chevaliers». Les pièces sont des rectangles de couleur avec quatre tours rondes et noires à chaque coin (c'est beaucoup de travail pour si peu). Elles représentent les murs des villes dans le jeu.

Nicolas

2014 a été une année très prolifique pour notre association. Nous avons organisé une exposition collective qui a eu lieu à la maison de quartier des «Libellules» dans laquelle nous avons tous mis nos compétences au service de l'exposition. Quant à moi, 2014 m'a permis de prendre du recul par rapport à mon travail en volume «Clown Experio». Je travaille maintenant avec des nouvelles techniques que j'ai apprises avec Sarah. Grâce à cette collaboration, je réalise actuellement une grande tête de clown qui me remplit de joie.

Luis

Bonjour, je suis Luis, je suis membre de l'association l'Expérience depuis 2008, je participe pour ma part aux ateliers peinture et dessin, et dernièrement, et après 2 ans de cours au sein de l'association Les Créateliers à Genève, j'ai pu créer un atelier de gravure au sein de L'Expérience.
La création de cet atelier est une réussite pour moi qui ne croyais jamais avoir la possibilité de devenir artiste, c'est grâce à l'appui de L'Expérience et de l'Office Fédéral de la Santé Publique qui a subventionné en totalité cet atelier que cela sera possible. Maintenant il faut juste laisser la place à la création artistique.
Merci à tous.

2016

Astrid

L'Expérience

C'est une petite grotte protégée du regard critique du monde ordinaire. Pas besoin de prouver quoique ce soit. Je peux laisser libre cours à l'imaginaire, exprimer mes émotions dans le langage des couleurs et de la matière.

Peindre c'est comme dans la vie, on tâtonne, il faut prendre des initiatives aventureuses si l'on ne veut pas se cantonner à une répétition rébarbative. Une constante transformation avec ces petits tremblements qui expriment l'hésitation d'aller au-delà du connu. Je suis la première surprise quand j'observe le résultat.

Les œuvres des autres sont aussi une source d'inspiration. Leur avis m'est très précieux, d'autant plus que je sais qu'ils vont me dire ce qu'ils pensent avec bienveillance et franchise. Cela me donne envie de faire mieux alors que ma peur de tout gâcher m'aurait incité à la prudence.

J'aime sentir la présence des amis, cela me rassure de retrouver des visages connus. Ces petits moments privilégiés et ces repas improvisés à la dernière minute. J'adore cette liberté de pouvoir aller et venir à ma guise.

C'est un privilège de pouvoir fréquenter ce lieu et j'aimerais exprimer ma gratitude à toutes les personnes qui contribuent à son bon fonctionnement.

La joie de l'Art en folie / L'Expérience 2015-2016

Quel bol d'air d'avoir cet îlot de créativité, alors que j'ai toujours été invitée à me taire. En premier lieu parce que j'étais une enfant issue d'un milieu bourgeois allemand, ensuite placée dans un internat afin de ne pas déranger. Une fois adulte, je me suis dit «chouette» je pourrai enfin m'exprimer, mais non : au collège il fallait répéter bêtement ce que les autres pensaient et au bureau il valait mieux se tenir coite afin de toucher la paye à la fin du mois. Prise dans cet engrenage les hommes dans ma vie m'ont aussi mise au silence, fallait leur laisser la parole, car le poids du sexe rendait leur cerveau forcément plus performant. Face à ma difficulté à me défendre j'ai même été traitée de folle. Ceci pour vous décrire la chance d'arriver dans un lieu où la folie a sa place d'honneur avec toute la créativité que cela implique.

Je peux m'éclater dans une symphonie de couleurs alors que chez moi je ne suis qu'une ombre. Le pinceau devient le chef d'orchestre et lance sa musique, je l'écoute et me laisse porter par sa mélodie. Je rêve et je crée autant de maisons que le moment m'inspire : des grandes, des petites, des roses et des bleues, je m'accorde même un petit jardin avec vue sur la mer. C'est l'explosion des formes et un moment de liberté exquise. Je peux laisser sortir tout ce que j'ai dû cacher avec force en moi, afin de faire plaisir aux autres.

Parfois, c'est même réussi, les gens trouvent que mes tableaux sont beaux et joyeux. C'est une grande surprise de constater que moi aussi je peux contribuer à l'harmonie par mes œuvres en cherchant un équilibre dans les couleurs, le plein et le vide. J'aime le regard interrogateur lorsque l'on me pose la question dans quel sens il faut le regarder, de laisser le regard de l'autre chercher ce qui est juste pour lui. Quand je laisse libre cours à ma spontanéité l'enfant en moi peut enfin prendre sa place et offrir au monde sont unicité et son droit à la vie. C'est un processus de saut dans le vide où il faut aller au-delà des limites, oser l'erreur, se laisser guider et se transformer au passage.

À l'Expérience, je me suis tout de suite sentie à l'aise. Vous ne pouvez pas imaginer mon étonnement, lors des réunions du mercredi, quand nous faisons le tour de table pour savoir comment chacun se sent, de voir la manière respectueuse dont les propos de chacun sont accueillis. Peut-être que ceux que l'on nomme «les fous» ne sont que le miroir du malaise provoqué par ce monde réglé sur la compétition, le pouvoir et l'argent.

J'ai beaucoup apprécié la prudence des membres à ne pas se permettre des jugements avant de mieux me connaître. Cela a pris du temps pour rentrer dans la complicité, je suis très reconnaissante de me sentir acceptée telle que je suis. Je pense qu'ils savent reconnaître une blessure de l'âme et le danger des mots qui tuent en profondeur sans laisser de trace. Un précieux enseignement, car sous prétexte de spontanéité les gens lancent des petites flèches et pas celles de Cupidon, celles qui blessent et font perdre la confiance en soi. Les membres savent la responsabilité personnelle que nous avons pour que ce lieu puisse persister et apprécient de vivre ensemble dans cet espace qui nous protège des regards désapprobateurs, un lieu où nous pouvons Être avec le grand E. Chaque membre régulier est important et s'il y a des absences prolongées nous ressentons le besoin de prendre des nouvelles, j'adore sentir que nous avons tous une place quelque part dans le cœur des autres.

La perspective de faire l'exposition à Belle-Idée a lancé un peu de passion et de fébrilité à l'Atelier, «les exilés de la vie se montrent au grand jour» et le titre de cette exposition «l'Art en folie» est parfaitement adéquat. Cette opportunité de montrer que l'on existe aussi, nous a motivés et tout le monde a participé comme dans une ruche. Cette dynamique a été cadrée dans les règles de l'art. Lors des réunions nous avons pu nous organiser afin que tout le monde ait une place équitable. L'inauguration a été savourée comme du miel et a donné de la valeur à notre travail. J'ai le rêve que les gens qui s'affichent comme plus normaux que les autres, puissent fonctionner de la sorte et que le partage devienne un mode de vie !

Un grand merci à tous ceux qui nous soutiennent, merci de cet outil que l'univers nous met à disposition pour aller au-delà des mots et ma gratitude à toutes les personnes qui font que cette terre soit un lieu où la diversité est accueillie avec joie.

Jean-Marc

L'Expérience 2015

Le comité 2015 de L'Expérience était composé de : Jean-Marc Allaman, président ; Luis Vazquez, vice-président ; Daniel-André Widmer, secrétaire ; Karen Michaud, vice-secrétaire ; Robert Cundy, trésorier. Toute l'équipe des membres actifs a compté une dizaine de personnes.

Les activités artistiques de L'Expérience se sont poursuivies : le dessin, la peinture, la bande dessinée, la photo, le vitrail Tiffany. Une nouvelle expérience s'est mise en place, l'atelier gravure, mené par Luis Vazquez, en lien étroit avec Karen, Daniel-André et Nicolas. Un stage d'une demi-journée a aussi été donné par Monsieur P. F., artiste peintre et graveur, afin de développer les compétences de nos graveurs.

De nouveaux venus nous ont rejoints en 2015 et début 2016 : Astrid, Deborah, Florian, et Marco, un bénévole du CGV pour un cours avec un logiciel de traitement d'image, et pour la mise en place d'une page facebook de L'Expérience :
(www.facebook.com/AssociationExperience).
Merci Marco.

Dans le courant de l'année, nous avons eu quelques visites de personnes intéressées, souvent accompagnées d'un professionnel en santé mentale.

La deuxième moitié de 2015 a été consacrée à la préparation

de l'expo collective de février 2016 à l'Espace Abraham Joly de l'Hôpital de Belle-Idée, dans le cadre des Journées Sociales de Belle-Idée. Nous remercions toute l'équipe de cette galerie de nous avoir exposés.

Des membres de l'association ont également pu faire des expositions solo :
- Julie Widmer à Arcabulle à Onex
- Luis Vazquez à l'Espace Regards Croisés, à la rue de Carouge, Genève
- Benedicto Garcia à la Maison de l'Ancre, aux Pâquis, Genève

D'autres activités hors-association ont pu s'organiser, comme une visite au Musée Paul Klee à Berne, par exemple.

Notre mode de réunion hebdomadaire, lieu de rencontre essentiel de notre association, a évolué avec un premier tour de table d'expression libre de son humeur et de l'état de son activité de chacun, suivi par les habituels points d'autogestion et par le dossier des courriers entrants et sortants. Les réunions se passent bien.

Notre fréquentation du réseau genevois en santé mentale a été soutenue, nous avons participé à de nombreuses rencontres. Pour la défense des droits et des intérêts des souffrants psychiques, et pour leurs projets.

Les Journées Sociales de Belle-Idée se sont préparées en 2015 pour février 2016, et nous avons pu être programmés pour l'exposition précitée, et pour un atelier autour de créativité et rétablissement.

Merci à Madame V. Giacomini, qui s'est occupée de la programmation de ces Journées Sociales.

En tant que membre de la faîtière romande CORAASP (Coordination Romande des Associations d'Action en Santé Psychique), nous nous sommes investis dans sa commission de politique sociale, traitant notamment de l'AI et de ses révisions, et dans le comité de pilotage de la recherche-action et du film modélisant l'action sociale de la CORAASP et de ses membres. Dans ce cadre, Nicolas et moi apparaissons dans le film, donnant de la visibilité à L'Expérience. En outre, en 2016, j'ai l'occasion de faire des présentations de la modélisation de l'action sociale de la CORAASP à quelques associations genevoises.

Nous remercions enfin pour leur précieux soutien :
- La ville de Genève pour la mise à disposition de notre local.
- La ville de Carouge, les communes de Pregny-

Chambésy, Meyrin, Meinier, Confignon.
- Un Organisme Anonyme.
- Le Lions Club.
- Nos membres de soutien.
- Nos membres actifs.

Le 29 mai 2016

Nicolas

Pour moi, l'association L'Expérience c'est un lieu de partage et d'entraide. Où je me sens bien et des fois utile.

Cette année, j'ai participé à une réunion, la journée nationale de l'entraide autogérée. Qui a eu lieu à Yverdon-les-Bains. Pour laquelle on a réalisé une œuvre collective, La Chaise. Dans cet événement, j'ai été chaleureusement accueilli.

Je me réjouis de participer à la prochaine réunion concernant l'entraide.

Je remercie L'Expérience.

Nicolas

Je suis en train de refabriquer des pièces en bois qui représentent des fortifications de ville, groupées en cinq couleurs différentes pour le jeu «Les Colons de Catane extension Villes et Chevaliers».

J'avance lentement avec ma troisième lanterne Tiffany. Il me reste le plus difficile, 20 pièces minuscules en verre à couper et à meuler.

J'ai bricolé-adapté des meubles de rangement pour l'atelier Vitrail Tiffany. Pour que chaque personne ait un accès facile aux matériaux et qu'ils aient tous la place pour ranger leurs projets en cours.

Je fais une permanence par semaine, le mercredi. J'essaie de venir au moins une heure en avance. Ici, on peut parler de tout et de rien. On s'entraide dans nos créations quand c'est demandé ou suggéré.

Un problème est qu'on s'isole de plus en plus avec la télé, internet et les sms.

Deborah

L'Expérience / Deborah, collagiste

Cela fait quelques semaines que j'ai rejoint L'Expérience. Je m'y sens à la fois chaleureusement accueillie et libre, entre les moments de création individuelle, de partage artistique ou d'échanges informels, toujours emprunts d'humanité joviale !

Poétique du collage

Qu'il s'agisse de réunir
des éléments disparates
ou d'en déconstruire
le sens premier
en un jaillissement
de possibles

toujours une transformation
du papier
nous traverse

faire et laisser se faire
des images inédites
émanent du collage
vibrent
prennent forme
sur la page de l'esprit
collage, partie à deux
danse de papiers et
de doigts encollés

dans le présent
de mon être vivant
où,
quelque soit le résultat

demeure le plaisir
d'avoir joué avec
ma perception du monde...

Avril 2016

Karen

Je ne me suis rendu compte de la gravité de ma maladie que cette année après avoir vu une émission dans laquelle je voyais des patients enfermés et ligotés. Ça m'a fait un choc car moi aussi j'ai vécu cela maintes fois à Belle-Idée. J'ai toujours vécu cela de l'intérieur mais ayant vu cela de l'extérieur ça m'a bouleversée. Et c'est là que je me suis dit : heureusement que L'Expérience existe.

En effet, c'est un atelier où l'on peut trouver ses repères. On y travaille avec passion et c'est cela qui nous fait avancer tout en restant stable. Les réunions du mercredi nous permettent de mettre un point à notre vie et je trouve cela extrêmement important.

Pour moi qui aime la peinture depuis l'âge de quatre ans, c'est comme si mon rêve s'était réalisé malgré mon échec dans mon école d'art. J'ai, grâce à L'Expérience, un atelier dans lequel je peux m'exprimer tout en respectant des règles… et cela est très important pour moi.

Merci L'Expérience.

Julie

Le voyage

Je voyage en bateau sur le mystérieux lac Léman, comme pour m'échapper.

Je pense :
«L'Expérience» est dans mon cœur, j'en garde les meilleurs souvenirs, précieusement.

Et je me rappelle quelqu'un me disant :
Bien sûr, les associations sont là pour des gens comme toi !

Je n'ai pas compris cette comparaison avec moi, ce «comme toi». Chaque personne est unique, différente d'une autre. J'ai été blessée.

Et maintenant, je tourne mon «comme moi» face à la bise et je suis plus forte.

Merci.

2017

Jean-Marc

L'Expérience 2016

Le comité 2016 de L'Expérience était composé de : Jean-Marc Allaman, président ; Luis Vazquez, vice-président ; Daniel-André Widmer, secrétaire ; Karen Michaud, vice-secrétaire ; Robert W. Cundy, trésorier.

L'ensemble des membres actifs était de douze personnes. Quelques personnes sont passées par l'accueil, parfois accompagnées d'un professionnel en santé mentale, sans qu'il y ait toutefois de nouvelle adhésion.

Début 2016, ce fut l'exposition de nos œuvres à l'hôpital psychiatrique de Belle-Idée, nous remercions encore l'équipe de la galerie de l'Espace Abraham Joly, ainsi que la programmatrice des Journées Sociales, Mme V. Giacomini.

Karen et Astrid à la peinture, Julie au dessin, Deborah au collage, Luis à la gravure, Daniel-André à la photo, Robert au vitrail Tiffany, Benedicto dans la bande dessinée, ainsi se décline le générique de l'association. Une mention spéciale pour Robert qui s'occupe des plantes, de la vaisselle, de la récupération, du stock pour le café et les boissons, et qui regarde là des séries de science-fiction, rendant ce lieu vivant. Merci Robert.

Quelques fois, l'espace accueil est le théâtre de sortes de joutes de sciences humaines, d'échanges animés de points de vue philosophiques, politiques, historiques et géographiques. On refait le monde…

Les mercredis soirs quelquefois après la réunion ont lieu des repas réunissant 5-6 personnes, qui ensemble préparent un menu simple.

Nos permanences ont toujours lieu les lundis, mercredis et vendredis après-midi. Celle du lundi est peu fréquentée, ce qui fait que parfois le permanent passe l'après-midi seul, ce qui est dommage. Le mercredi, 6 à 8 personnes fréquentent le local, c'est Robert qui tient la permanence. Pour le vendredi, deux personnes se partagent l'après-midi. Les permanences permettent de répondre au téléphone, d'avancer l'administration, et de faire divers rendez-vous, à côté des activités d'ateliers. Et le reste du temps, les membres actifs ont tous la clé et fréquentent les lieux à leur guise.

En 2016, la vie interassociative de L'Expérience s'est quelque peu tassée, ne laissant presque plus que notre participation à notre faîtière la Coraasp, dans sa commission de politique sociale et dans le comité de pilotage de la modélisation de l'action sociale Coraasp. Également quelques rendez-vous avec des personnes-ressources se déroulent, autour d'un café ou d'un plat du jour.

Un sujet de réflexion : qui peut juger d'un projet psycho-social, s'en porter garant ? Un professionnel en santé mentale ? Le pair-praticien sera-t-il suffisamment professionnel ? Et quid de l'initiative usagère, de la pair-aidance sans formation ?

Nous n'existerions pas sans un certain nombre d'aides.
La Ville de Genève continue de mettre à notre disposition le local pour nos ateliers.

Quelques communes (cette année : Carouge, Confignon, Meyrin) soutiennent nos activités.

Une fondation genevoise privée et le Lions Club apportent de quoi acheter le matériel pour les ateliers, et couvrir d'autres postes du budget.

Nos membres de soutien, toujours bien présents, contribuent eux aussi à la bonne marche de notre association.
Enfin, n'oublions pas nos membres actifs, qui par leurs cotisations ou leurs dons personnels montrent leur attachement à cette petite structure.

C'est L'Expérience des membres actifs, c'est L'Expérience de tous ceux qui la soutiennent, et nous remercions ici tous ceux qui s'activent pour nous.

L'Expérience c'est bien sûrement l'expérience, le parcours de vie de chacun dans le cadre de l'association.

Citons Paul (prénom fictif) : «L'Expérience, on y trouve ce qu'on y amène…». De là à prendre conscience au fil du temps de tout ce qu'on y amène…

Et l'important de L'Expérience, ce sont les amitiés qui s'y développent.

20.04.2017

Jean-Marc

L'Expérience 2017

Le Comité L'Expérience 2017 était composé de : Jean-Marc Allaman, président ; Luis Vazquez, vice-président ; Daniel-André Widmer, secrétaire ; Karen Michaud, vice-secrétaire ; Robert Cundy, trésorier.
Les membres actifs ont été au nombre de douze.

Quelques personnes se sont adressées à nous pour se renseigner sur les possibilités d'accueil, mais il n'y a pas eu d'adhésion par cette voie.
Par contre, un bénévole du Centre Genevois du Volontariat, Arnaud, qui aidait depuis quelques mois Luis dans son atelier Gravure, s'est inscrit en tant que membre actif de L'Expérience. Bienvenue Arnaud !
Et Adrien nous a rejoint dans le courant de l'année. Bienvenue Adrien !
Nous n'avons pas organisé d'exposition en 2017.
L'activité des ateliers s'est poursuivie, chacun à son rythme.
Robert continue le vitrail Tiffany, il est présent surtout le mercredi après-midi, il a pu s'arranger avec l'atelier où il travaille pour être là à ce moment. Merci Robert.
Certains dimanches, l'atelier jeux de société reprend, occupant 3-4 partenaires.
La peinture et le dessin donnent des œuvres créées par Astrid, Julie, Karen, Florian et Nicolas.
Daniel-André ramène des photos de voyage pour son atelier.
Le site internet a été entièrement refait par Adrien. Merci Adrien !
Le nouvel atelier de Gravure, tenu par Luis, Arnaud et Nicolas, produit de nombreuses et belles gravures, dont certaines auront pu trouver à être exposées à la galerie Regard Croisé, à la rue de Carouge, en début 2018.
Mon atelier à moi, appuyé par Karin, c'est le suivi du courrier, la tenue de la réunion hebdomadaire, la représentation de l'association. Je fais aussi encore un peu de photo N/B.
Côté cuisine, la spécialité de L'Expérience est sans doute la raclette, et nous aimons la partager entre nous quand l'occasion se présente, pour un anniversaire, pour Noël, pour l'Assemblée Générale, ou pour une non-occasion…

Notre participation au réseau interassociatif en santé mentale, à Genève et en Romandie, a été restreinte en 2017. Même notre participation à la CORAASP, notre faîtière, a été réduite. Des liens sont conservés, avec le Centre Espoir, avec l'atelier Galiffe, etc.

Enfin, toutes ces activités, ce remue-ménage, ne seraient pas possibles sans :
les membres cotisants, les membres de soutien, les donateurs,
les Villes de Genève, Carouge et Meyrin,
la commune de Confignon,
le Lions Club, et un organisme anonyme.
Un grand merci à tous pour le précieux soutien que vous apportez à l'action de notre association.
Merci.

07.05.2018

Luis

L'Expérience 2017

Pour moi, 2017 a été un tournant dans le travail artistique au sein de L'Expérience, et dans le cadre de l'atelier gravure.
Ayant des problèmes, j'ai fait appel à une aide extérieure qui est venue par le Centre Genevois du Volontariat. J'ai ainsi pu connaître Arnaud, qui est venu m'aider à imprimer mes travaux de gravure, car mes problèmes physiques m'empêchent de faire les impressions.
Arnaud est quelqu'un de très compétent, et grâce à lui je peux réaliser des œuvres très satisfaisantes. Merci à Arnaud de m'assister dans ma création artistique. Merci à lui.

Astrid

L'Expérience 2017

Un moment de blues ? C'est chouette de pouvoir partager mes états d'âme avec des personnes qui ne sont pas offusquées par mes humeurs, parfois débordantes, par rapport à la petitesse du problème. Il m'arrive souvent de recueillir les soucis des autres, et voilà que mon baluchon de stress se remplit. J'ai aussi envie de «poser mon paquet de ras-le-bol» et de m'accorder des moments de lâcher-prise. À l'Expérience je suis râleuse, boudeuse et pleine de bonne humeur selon ma lune personnelle. Je pose mon masque car nous baignons tous dans la même mélasse sans fausses apparences.

Sortir mes «démons» par la peinture me permet de rester cool dans un environnement pas toujours simple. J'essaye d'égayer mon cœur par des couleurs vives dans l'espoir que, par mimétisme, mon humeur prenne un tournant plus gai, parfois ça marche : pas cher, agréable et sans médicaments !

Actuellement je me fais du souci par rapport à la recherche d'un logement et voilà que par la peinture j'exprime ma frustration. Dans le virtuel je me procure des villages entiers, j'envoie le message de mon désir à l'univers, on verra bien si un jour la maison de rêve va apparaître dans ma vraie vie avec un petit jardin pour notre ami Bob. Pour dessiner «l'homme de ma vie» faudra que je perfectionne ma technique, ça viendra.

C'est curieux de voir la réaction des autres par rapport à mon travail, car chacun voit mes peintures selon son propre filtre intérieur, je trouve amusant de constater que nous sommes si différents. C'est une excellente manière de se remémorer le respect de l'autre et de ses perceptions uniques. Heureusement que nous ne sommes pas tous pareils, profitons, car les robots sont bientôt là pour nous remplacer.

Retrouver les «habitués» me rassure et j'aime me renseigner sur l'équipe, ils sont devenus importants pour moi un peu comme une famille. J'adore les voir progresser dans leur vie, partager les hauts et les bas, me réjouir des petits succès. Dans ce lieu je me sens la bienvenue et je navigue à l'aise parmi les pots de peinture, les odeurs de térébenthine et de café.

J'adore nos petits repas improvisés sans se prendre la tête, c'est quand même plus rigolo que de manger tout seul dans son coin ! Voilà, venez faire un petit coucou, apportez vos idées et surtout un cœur ouvert.

2019

Jean-Marc

L'Expérience 2018

Le Comité L'Expérience 2018 était composé de : Jean-Marc Allaman, président ; Luis Vazquez, vice-président ; Daniel-André Widmer, secrétaire Karen Michaud, vice-secrétaire ; Robert Cundy, trésorier.
Les membres actifs ont été au nombre de douze.
Quelques personnes se sont adressées à nous pour se renseigner sur les possibilités d'accueil, il y a eu une adhésion par cette voie, celle de Paul-Rémi. Bienvenue à lui !

Nous n'avons pas organisé d'exposition en 2018.

Quelques nouvelles des permanences de l'association : Robert s'est proposé pour tenir les permanences des lundis

et vendredis de 14h à 16h, et les mercredis de 14h à 17h30. Merci Robert !

Nos réunions ont eu lieu chaque semaine le mercredi de 15h30 à 17h, fréquentées par une moyenne de 5-6 personnes.

L'atelier peinture s'est poursuivi, avec Astrid, Karen, Nicolas, Julie.
L'atelier dessin de Florian s'est régulièrement tenu le mercredi après-midi.
L'atelier vitrail Tiffany de Robert a accueilli le nouveau membre, Paul-Rémi.
Luis, Nicolas et Arnaud, ont fait avancer l'atelier gravure.
L'atelier photo a été tenu par Daniel-André.
Le site internet a été sous la responsabilité de Pontien, aidé par Adrien.
L'atelier d'administration a été tenu par Jean-Marc, aidé de Karin.
Des jeux de société ont eu lieu au cours de l'année.
Des repas ont parfois pris place dans le local.
Le ménage s'est fait à quinzaine.
Robert s'est occupé des caisses et de la comptabilité de l'association, début 2019 il a rempli tous les journaux de banques et de poste (trois journaux au total), avant de les passer à notre fiduciaire. Un grand merci à lui.
Nicolas s'implique pour la publicité de l'Expérience.

Notre participation au réseau interassociatif en santé mentale, à Genève et en Romandie, a été restreinte en 2018. Même notre participation à la CORAASP, notre faîtière, a été réduite. Des liens sont conservés, avec le Centre Espoir, avec l'atelier Galiffe, etc.

Enfin, nous remercions, pour leur soutien : les membres cotisants, les membres de soutien, les donateurs, la Ville de Genève, les communes de Meinier et de Confignon.

02.05.2019

Robert

L'Expérience 2018

En 2018, je suis venu à L'Expérience le mercredi après-midi, après le travail dans le maraîchage, près du Salève. Je passais aussi quand je pouvais, en fin de semaine.

Depuis que j'ai arrêté le maraîchage, après une grave maladie, j'ai commencé à faire des permanences à l'atelier, les lundi et vendredi, en plus du mercredi.

Actuellement, j'aide un nouveau membre à faire du vitrail Tiffany.
J'en ai profité pour aussi finir mon vitrail Tiffany (une 3e lanterne).
Je vais commencer à gribouiller des motifs géométriques avec les 6 couleurs de l'arc-en-ciel pour une 4e lanterne.

Nicolas

L'Expérience 2018

Je m'appelle Nicolas, et pour les amis, Nico.

J'ai de la chance à L'Expérience.

Ici, je fais du dessin, de la peinture, de la gravure, de la sculpture, et du vitrail Tiffany.

Il y a aussi un atelier jeux le mercredi, auquel je participe.
Le jeudi, je joue au badminton avec une amie de L'Expérience, et le samedi, j'aime jouer à la pétanque avec plusieurs amis.

Je remercie tous les membres de l'Expérience qui m'aident à grandir et évoluer comme personne.

Karen

L'Expérience 2018 / Karen

Ça fait plusieurs années que je viens à L'Expérience, et j'y prends de plus en plus de plaisir.

Je continue à peindre régulièrement, mais j'avoue moins assidûment que les années précédentes.

Je n'arrêterai jamais de peindre grâce à L'Expérience qui, en nous octroyant un local et du matériel, me motive.

Je suis motivée aussi par la présence de mes camarades.
Grâce à eux, j'ai envie de venir, et je passe de très bonnes journées.

Et que dire de Jean-Marc, notre président, qui est toujours à l'écoute.

Julie

La Forêt de Cactus

Je suis retournée chez «L'Expérience», après mon voyage avec les bateaux, c'était difficile avec les tempêtes sentimentales, et j'étais blessée.

Alors, je me suis promenée dans la Forêt de Cactus que Robert a plantée, et je me suis reposée sous leur ombre, buvant l'eau de leurs feuilles.

Pendant l'Age d'Or d'Athènes, il y avait des statues d'Éros cachant son visage dans ses mains, pleurant parce qu'il a été rejeté.

Y a-t-il quelqu'un ici ayant vécu la même expérience ?

En dehors de la Forêt, le monde est cruel et brûle.

Je mets mon doigt dans ma bouche, et je dors, bercée par les Cactus.

3

LIENS

L'Expérience parmi la diversité des structures consacrées à la santé mentale

L'Expérience est une petite association autogérée, comprenant une quinzaine de membres actifs. Nous estimons que notre limite d'accueil est de vingt membres actifs maximum, avec les moyens dont nous disposons. Cela pour pouvoir continuer de partager les décisions collectivement, et pour permettre à chacun une bonne visibilité sur la structure, le fonctionnement, et surtout dans les relations interpersonnelles.

Si nous militons pour le développement d'autres structures du même type, nous connaissons d'autres types de structures associatives pour les souffrants psychiques, dont les tailles sont variables, et où la participation décisionnelle de la personne souffrante est plus ou moins importante.

Un grand nombre sont membres de la faîtière romande Coraasp, qui veut promouvoir le partenariat entre tous ses adhérents, associations de personnes concernées par un trouble psychique, associations de proches, associations de personnes concernées avec un encadrement professionnel, associations réunissant proches et personnes concernées et encadrées de professionnels, associations employant des professionnels et où les personnes concernées sont usagères, etc. La Coraasp veut aussi promouvoir le partenariat entre les trois groupes d'acteurs que sont les personnes concernées par un trouble psychique, les proches (parents, conjoints, enfants, amis), et les professionnels du domaine psychosocial.

Le partenariat dans cette grande diversité amène à notre petite association autogérée un regard plus large sur les contraintes de gestion, d'animation et de représentation, sur les enjeux politiques de l'action sociale, sur la prise en compte de la souffrance des personnes concernées par un trouble psychique, sur les moyens thérapeutiques ou sociaux d'y répondre, sur les débats en santé mentale.

Notre modèle est bien sûr une alternative, avec ses spécificités. De petite taille, L'Expérience est un laboratoire de la mise en pouvoir d'agir, par soi-même ou dans l'entraide. Notre action sociale se développe dans les projets et dans les relations sociales des personnes, avec la part d'autonomie qu'elles peuvent exercer, ou qu'elles acquièrent en chemin.

Ce modèle s'intègre avec d'autres modèles, et la Coraasp, en tant que faîtière romande d'associations d'action en santé psychique, permet de réunir des petites et des grandes associations, et de faire coexister des pratiques qui peuvent être différentes.

Si notre association a en elle-même sa raison d'être, elle doit aussi se consacrer à sa représentation et à sa communication auprès des partenaires, du public et de la société en général, pour avoir la visibilité sociale nécessaire à son statut citoyen. Depuis vingt ans, L'Expérience s'est engagée à porter des messages sur la condition des souffrants psychiques, patients ou handicapés, sur la défense des intérêts et des droits, sur l'intégration sociale.

INTERASSOCIATIF

L'Expérience accorde une place importante au dialogue avec les autres associations.
Dans ce chapitre sont regroupées quelques réalisations en partenariat

«SANTÉ MENTALE : UNE QUESTION DE LIENS»

Un documentaire de Mélanie Dougoud, 2015.

Ce film décrit ce qu'est la CORAASP et ce qu'elle propose en santé mentale, avec ses vingt-six organisations membres réparties dans toute la Suisse Romande.

Des portraits d'intervenants (souffrants, psychiques, proches, professionnels), dans les lieux des associations, y sont présentés. J'ai été l'un des participants interrogés dans ce documentaire.

JMA

Ce documentaire est visible sur le site de la Coraasp :
www.coraasp.ch/pages/communication/film-documentaire-coraasp-107

Et aussi sur Youtube :
www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=0VZJsBW1Qfs

Images extraites du documentaire
Santé mentale : une question de liens

«EX-AEQUO»

Ex-Aequo est un petit journal, un magazine, regroupant des textes écrits essentiellement par des souffrants psychiques. Poésie ou textes critiques, en provenance de divers ateliers d'écriture et du comité de rédaction lui-même, sur un thème donné. Des photos viennent illustrer les propos.

Dès 2013, une collaboration s'est établie entre L'Expérience et Ex-Aequo mais, à l'heure actuelle, le projet est en suspens.

«LE PORTE-VOIX»

Mes souvenirs ne sont pas tout à fait fidèles, mais j'aimerais vous parler de l'expérience du Porte-Voix.

Entre mai et juin 2007, chez Parole et chez Arcade 84, ont eu lieu des lectures, appelées le Porte-Voix. J'y lisais des textes, publiés par l'association Parole, ou des textes provenant de l'atelier d'écriture de l'Arcade 84. Et quelques textes de ma main également.

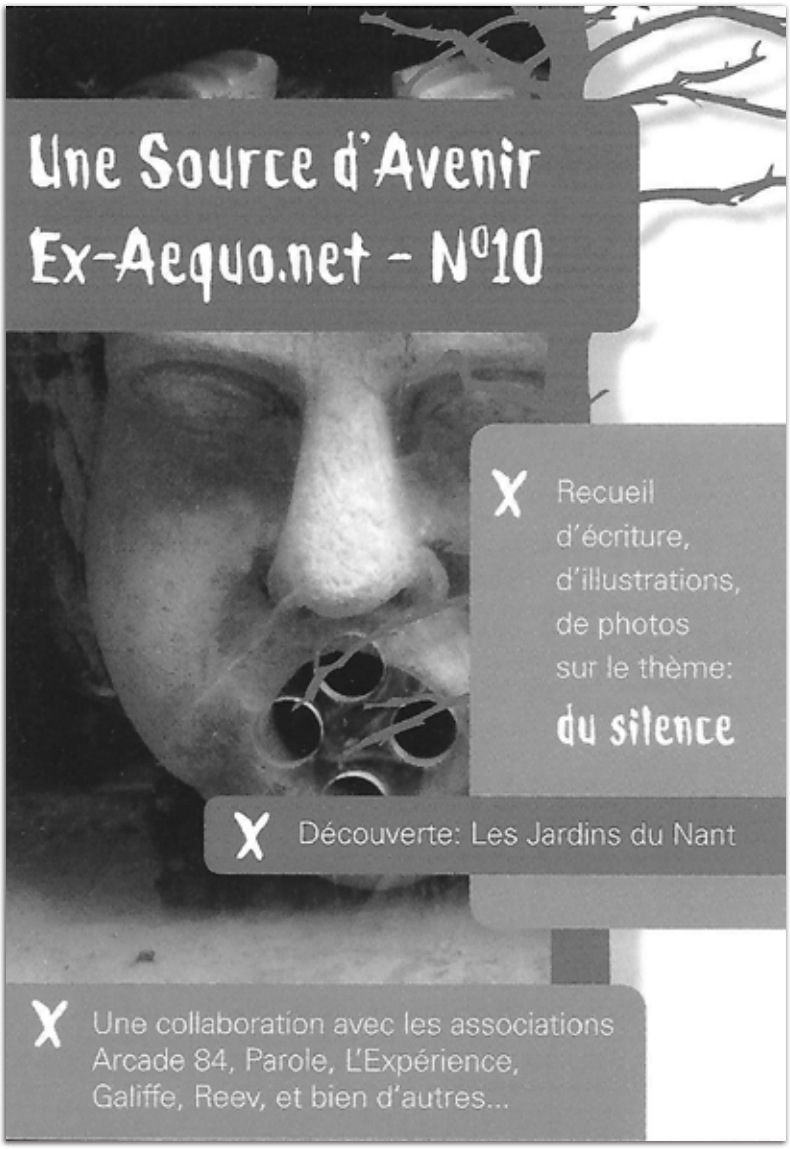
JMA

«LA CHAISE»

Lorsqu'une structure comme L'Expérience ne sait plus si elle peut continuer de fonctionner avec des forces bénévoles ou si elle a besoin d'engager des ressources professionnelles, il est temps de faire appel à quelqu'un qui aide à trouver une solution à cette impasse.

Demandé à l'Arcade 84, un médiateur a suivi avec nous tout un processus de consultation pour déterminer les degrés de satisfaction, les besoins, les attentes, les projections de chacun. Pour que nous arrivions à nous rendre compte de nos ressources propres et de celles qui pourraient manquer. Et que nous puissions choisir et décider entre la poursuite bénévole de nos buts ou l'engagement d'un coordinateur professionnel du domaine psycho-social.

La Chaise, ça a été près d'une année de rendez-vous mensuels entre 2009 et 2010. Le résultat de ce processus est qu'encore aujourd'hui, L'Expérience fait le choix du bénévolat pour son autogestion.



Couverture d'un exemplaire d'Ex-Aequo

Portées par le groupe Premier pas, formé pour l'occasion, «Les chemins de l'autonomie» furent deux soirées de témoignages et de débats autour de la notion d'autonomie, qui eurent lieu chez Arcade 84 et chez Parole en 2015.

Ici sont reproduits deux de ces témoignages

JEAN-MARC ALLAMAN

LES CHEMINS DE L'AUTONOMIE

De différentes définitions et de l'étymologie de l'autonomie, je retiens la formule suivante : l'autonomie est la capacité d'action de qui se fixe ses propres règles d'action.

La capacité d'action se fonde sur des ressources, matérielles ou humaines, choisies par la personne dans son environnement.

Les règles d'action sont librement auto-déterminées. Ces règles donnent des libertés, mais peuvent aussi poser des limites, être des contraintes, constituer de l'autodiscipline. De nature généralement non-spontanée, elles sont le plus souvent «héritées» de l'éducation et de la vie sociale, elles ont été choisies et faites siennes. Et ainsi, si les autonomies sont toutes différentes, elles n'entrent généralement pas en contradiction avec la loi commune environnante.

L'autonomie semble être une dynamique de soi et des ressources choisies par soi. Un tel système est décrit dans un article (Edgar Morin, 1981*), où soi est en dépendance (je dirais relation) avec des ressources utiles, mais également en lutte avec des menaces à l'autonomie. On trouve également dans l'environnement des ressources inutilisées. Divers phénomènes peuvent menacer l'autonomie, et certains peuvent l'empêcher, la diminuer, ce sont la maladie, l'accident, le handicap, l'addiction, la précarité, les violences et les contraintes. Ce peut être aussi l'absence de certaines ressources. Ce peuvent être le désespoir, la

dépression, le manque de motivation, qui interdisent même l'accès à son autonomie. La solitude, si elle n'est pas choisie comme un moment positif, avec alternance de temps de lien social, empêche l'exercice de l'autonomie, la solitude sera mal vécue. Avec un sentiment d'isolement et de vide, qui peut démotiver la personne.

L'autonomie, est-ce être responsable ? L'autonomie est un pouvoir d'agir par soi-même qui veut satisfaire des désirs factuels, affectifs, ou intellectuels. L'exercice de l'autonomie pose au monde des actes, sensés intégrer la personne, et la responsabilité est celle d'assumer les conséquences de ces actes-là. L'autonomie et la responsabilité, si elles peuvent être complémentaires, sont cependant distinctes.

Être autonome, est-ce tout faire, tout juste ? Je pense que non, ce n'est pas l'universel et la perfection. On est soi, avec ses forces, ses apprentissages, ses affinités, avec sa raison.

L'autonomie ne fait pas tout, et même si elle participe au mieux-être dans le rétablissement, même si elle améliore grandement l'estime de soi, elle n'est que ce pouvoir d'agir par soi-même qui attend les lieux de son expression, les projets où ce sont les actes, les réalisations, les constructions, qui participeront de ce à quoi chacun aspire, c'est-à-dire le bonheur.

Enfin, l'hétéronomie, le fait de puiser hors de soi les principes de son action, me fait penser que c'est autrui qui est autonome, alors pourquoi pas moi, et pourquoi ne pas voir ces principes comme acquis par soi, en toute autonomie. A mon sens, l'hétéronomie est un ensemble d'autonomies, et elles vont coexister pour des actions communes, non dans des dépendances, mais dans des relations et des négociations autour des actions de chacun.

Malgré les atteintes, une part d'autonomie demeure, et la personne va chercher à combler ce qui manque, à retrouver une dynamique de soi satisfaisante.

Je suis malade psychique, je souffre de trouble bipolaire depuis 1988. Dans mon parcours, il y a beaucoup d'efforts pour mon autonomie, il y a beaucoup de découragement aussi, à l'image des deux tentatives de suicide que j'ai faites, et où lors de la deuxième j'ai été grièvement brûlé quand le gaz qui devait m'asphyxier a explosé.

Mon handicap psychique a diminué mon autonomie, mon accident a diminué mon autonomie.

Mais je vais reprendre des éléments de mon histoire.

Jusqu'à mes vingt-quatre ans mon autonomie s'était bien développée.

Petit, j'avais bien appris à marcher, à parler.

Je retiens précieusement ce souvenir où j'apprends à lacer mes chaussures…

Petit, il y a encore tout ce qui est de l'hygiène, de l'habillement, de l'alimentation, des débuts du comportement social, qui s'apprend.

Plus tard, cela se poursuit, le comportement social s'affirme, le développement intellectuel se confirme.

Puis, l'adolescent qui gère son administration et tous les aspects de lui-même, est considéré comme un adulte autonome et responsable.

À vingt-quatre ans, la maladie psychique, le trouble bipolaire, vient bouleverser ma vie, me désorienter. Tout est remis en question, toutes les raisons, tous les processus appris. C'est l'autonomie qui est mise en cause.

Qu'en reste-t-il d'abord.

Même si on y revient avec un sentiment d'inutilité, ce sont les processus de base qui se maintiennent, manger, s'habiller, se laver, s'administrer. Mais j'ai aussi vécu cela comme des corvées, déprimantes.

Je me suis senti étranger à moi-même, je le suis devenu aux amours et aux amitiés, au travail et aux études, à ma raison et à ma réflexion.

Je perdais mes emplois, je perdais l'usage de l'écriture, je perdais mes amours.

À vingt-sept ans, suite à ma deuxième tentative de suicide, j'ai passé trois semaines dans le coma, grièvement brûlé, et je suis resté trois mois et demi au centre des grands brûlés du CHUV à Lausanne. Mon autonomie était là à presque rien, tout devait être fait pour moi. J'ai dû réapprendre à manger, un physiothérapeute m'a réappris avec force à marcher, une de mes cordes vocales ayant été abîmée lors de mon sauvetage, les soins d'une orthophoniste m'ont permis de reparler.

Toute une autonomie primaire qu'il a fallu regagner, et avec quelles ressources !

Un curateur a aussi été nommé pour gérer mes affaires.

Jusqu'à mes trente-cinq ans, le trouble bipolaire a continué de me chahuter, mais j'ai quand même pu faire une réadaptation professionnelle avec l'AI (j'étais comédien) de laborant en biologie, et j'ai ensuite travaillé une année. J'ai appris à écrire de la main gauche.

Ensuite, c'est le statut de rentier AI, avec comme activité bénévole l'animation de l'association L'Expérience, que j'ai co-fondée en 1999 à Genève.

Je remarque que mes activités professionnelles ou bénévoles, de comédien, de laborant en biologie, ou avec L'Expérience, forment aussi une part de mon autonomie.

Pour vivre mieux avec le trouble psychique, j'ai eu plusieurs formes de ressources, certaines venant de moi-même et d'autres extérieures.

La psychothérapie a été pour moi la ressource la plus importante, j'ai pu essayer d'y comprendre mon histoire et ce qui m'arrivait, sans toujours comprendre comment se passait la communication entre le thérapeute et moi. L'acceptation de ma maladie a pu s'intégrer petit à petit à mon autonomie en contrainte choisie.

Pour accompagner ma psychothérapie, je me réservais des heures pour de la remémoration. Je choisissais des périodes de ma vie, que je passais en revue de mémoire, pour y distinguer peut-être des motifs de difficultés.

À côté de ce travail plutôt solitaire, j'ai pu avoir des activités avec d'autres gens dans des lieux d'intégration sociale.

Je regagnais déjà en autonomie et en mieux-être.

Mon diagnostic et les symptômes de mon trouble bipolaire m'ont permis de développer des ressources contre la maladie. La tentative est celle de domestiquer, d'apprivoiser un état de crise qui s'exprime par le délire, l'accélération des pensées, le sentiment de toute-puissance, dans un plaisir incertain. Là, on peut être averti, mais apprivoiser est difficile. Pour les signes précurseurs, par-contre, on peut, à leur apparition, mettre en place des stratégies pour les calmer.

La logorrhée est un signe, j'ai appris à ne pas trop parler, et à garder une cohérence de parole.

Le sommeil, signe par excellence dans son absence, doit être gérer avec attention, il faut pouvoir adapter le repos à des rythmes veille-sommeil qui peuvent être décalés.

L'hyperacuité est signe qu'il y a trop de stimulations sensorielles, et qu'il vaut mieux diminuer les stimuli, par hypostimulation. Cela consiste à trouver un espace où la lumière peut être diminuée, où les sources sonores sont faibles, pas de musique, pas de lecture, pas d'écriture, un minimum de stimulation, puis petit à petit on voit ce qu'on peut ajouter de stimulation. Il faut adapter la durée à ses besoins.

La crainte des achats inconsidérés m'a très tôt rendu attentif à surveiller de près mon budget et mes dépenses.

En plus de l'expression de ces symptômes, il peut y avoir une lutte contre le manque d'appétit, l'irritabilité, l'euphorie, l'élation amoureuse, contre une magie inopérante.

Et sur ce chemin, des médicaments peuvent aussi être des aides.

Après la grande désolation et le vide de sens dûs aux premières décompensations, c'est déjà sur les actes du quotidien que j'ai voulu reprendre un contrôle. L'acte du quotidien est comme un petit projet que l'on réalise et qui amène une satisfaction. Mon exemple favori, c'est la vaisselle, elle est sale, je la lave et elle devient propre, c'est utile et je suis content de l'avoir fait. Le processus se répète, et on peut aussi alors penser à un autre projet plus grand, faire le ménage par exemple. Se réapproprier petit à petit tous les actes du quotidien. Et puis peuvent venir d'autres projets, ailleurs, autrement.

Je pense que la motivation est la force de l'autonomie. Une motivation réduite, dans un projet réduit choisi par la personne, va permettre l'exercice d'un peu d'autonomie ; une motivation plus grande, dans un projet plus grand, permettra l'exercice de plus d'autonomie. Le projet, autodéterminé, devrait ainsi être adapté à la personne et à sa motivation (mais n'est-ce pas la personne qui détermine sa motivation ?).

Les réseaux de la personne, la famille, les amis, les associations, le réseau médico-social (assistant social, psychiatre, etc.) sont des ressources importantes pour l'exercice de son autonomie.

Mais, surtout au début de la maladie, il se peut souvent qu'elle et le malade soient par trop étranges pour la famille et les amis, qu'un éloignement se fait, mettant la personne dans l'isolement et face à un sentiment négatif de solitude. Plus tard, des liens peuvent être renoués, ou de nouveaux liens être créés, et cela redonne toute son importance aux cercles de la famille et des amis. Dans l'intervalle, ce qui constitue l'environnement de la personne est d'abord le réseau médico-social, qui a obligation professionnelle de soins, puis peut venir le réseau des associations, après un délai pour être informé de leur existence, et où trouver lien social et activité.

À Genève, il existe des associations autogérées de personnes concernées par un trouble psychique, où l'autonomie est exercée et développée dans l'entraide, dans la réalisation de projets, dans la défense des droits des patients. Non seulement chacun des membres fait preuve de son autonomie, mais dans la composition qui en résulte l'association elle-même est autonome, en lien avec son réseau d'associations et d'institutions en santé mentale, et avec toutes ses autres ressources.

Enfin, en santé psychique, pour combler des diminutions d'autonomie, plusieurs types de personnes peuvent intervenir comme ressource.

Il y a les pairs-praticiens, qui par expérience du vécu du trouble psychique et leur rétablissement, vont pouvoir partager leurs connaissances de l'autonomie.

Il y a les professionnels médico-sociaux, qui par leur formation et leur pratique connaissent bien le sujet.

Les parents sont des ressources au titre de l'éducation donnée à l'enfant devenu malade, pour lui retransmettre des processus d'autonomie.

Conjoints et enfants peuvent aussi être ressource.

Et les pairs concernés par un trouble psychique, dans les associations d'entraide, participent à la transmission d'autonomie.

8 mars 2015

* «Peut-on concevoir une science de l'autonomie ?» in *Cahiers internationaux de sociologie*, vol. LXXI, 1981, pp 257-267

KAREN MICHAUD

L'AUTONOMIE

Pour moi l'autonomie c'était être indépendant.

Être capable soi-même de faire des choses et de penser avec son libre arbitre sans les autres.

Mais c'est aussi un synonyme de liberté et de capacité à se débrouiller tout seul.

Dans ma vie j'ai perdu mon autonomie. Je suis tombée malade et j'ai été dépendante des autres pendant de nombreuses années. Je me suis sentie affaiblie ; rejetée du milieu social.

Puis j'ai eu de l'aide de différents ateliers d'art. Et là, ma définition de l'autonomie a changé.

Ce n'était plus savoir se débrouiller sans les autres ; mais grâce et parmi les autres.

Je me compare à un aveugle avec son chien désormais ; et je me sens à nouveau libre.

Été 2015

Dessin de Julie

29 juin 2019

ASSOCIATION EN SANTÉ MENTALE

L'Expérience

En 1999, à Genève, des souffrants psychiques et des amis ont créé une structure associative, L'Expérience, faisant usage des droits citoyens d'association et de liberté d'expression. Si L'Expérience s'appelle ainsi, c'est parce qu'aucun des trois fondateurs ne savait si l'association allait durer, il fallait en faire l'essai, l'expérience. L'association L'Expérience est donc l'expérience d'une association.

Étant un des fondateurs, je me souviens avoir partagé pendant plusieurs mois, dans le restaurant de l'Arcade 84 où je mangeais deux à trois fois par semaine, l'idée d'une association en santé mentale, et j'écrivais un texte que je ramenais à chaque fois pour approbation aux connaissances que j'avais là. C'est ainsi plus d'une centaine de personnes qui ont co-écrit le texte fondateur de L'Expérience. La démarche était singulière, de longue haleine, participative.

L'association en santé mentale

L'association en santé mentale est l'objet de ce texte, où deux regards s'entrecroisent à refaire le monde de la santé mentale, celui du professionnel en psychosociologie, et celui du souffrant psychique, tous deux engagés dans le travail de terrain, dans les pratiques

issues de la psychosociologie, telles la psychoéducation ou la psychopédagogie.

Prise dans le champ des sciences humaines, l'association en santé mentale est essentiellement faite de relations humaines.

L'association en santé mentale, c'est :
- des qualités psychologiques, dans le lien d'association entre les individus,
- une sociologie de groupe, de collectif,
- des compétences qui ont valeur d'échange entre les personnes.

Les qualités sont l'écoute et l'empathie, le non-jugement, le respect de l'autodétermination de soi et de l'autre, la chaleur humaine, et toutes constituent une sensibilité particulière, un gage d'adhésion à des valeurs humaines, un humanisme.

La sociologie du groupe (pourrait-on dire des pairs, ou d'une équipe, ou d'une «famille») est composée de trois éléments : le groupe qui forme l'association, les liens sociaux qui s'y tissent, et le fonctionnement (soutenu par des structures).

Le groupe de pairs, ou l'association, par l'interaction entre les gestions individuelles et la gestion commune, peut vouloir, et ce serait son but, être un vecteur de soin (en santé mentale).

Dans les liens sociaux, en plus des possibilités de rencontres amicales et de l'entraide, ou de l'aide, entre pairs, on trouve toute une gamme d'habiletés sociales, individuelles ou collectives, tels des aspects de motivation, d'émulation, d'engagement, à côté d'autres traits psychologiques et de santé psychique. On trouve également des habiletés comme la gestion du lien interpersonnel, la participation associative, la gestion d'atelier, l'échange autour d'une problématique dans un groupe de parole, la participation aux réunions, l'expression de son opinion, la prise en exemple de problèmes réglés ensemble, la participation à des projets communs (exposition, forum, journal, site internet, etc.), la participation à la défense de ses droits.

Pour le fonctionnement, et les structures, on voit que les statuts sont l'ossature principale de l'association, qui régissent la vie en son sein, en réglant les interactions entre les groupes, les réunions, et les assemblées, et portant inscription des buts poursuivis.

Dans une association en santé mentale, les compétences, qui sont tout simplement l'offre, ou les prestations de l'association, sont toutes liées à l'aide ou à l'entraide. L'association, les réunions ou les groupes sont les lieux de l'exercice de ces compétences. Il s'agit d'accueillir,

d'informer, d'orienter, de se réunir, de gérer, d'organiser, d'administrer, de décider, de partager les compétences, de prendre exemple sur autrui. Il s'agit aussi de s'exprimer : échanger les histoires, le savoir (groupe de parole), ou créer (atelier artistique), ou militer pour les droits et la cause des souffrants psychiques (représentation).

La formalisation d'une association est nécessaire pour que se mette en place une appartenance, pour que l'initiation et le développement de projets, ainsi que leur réalisation, soient promus. Une voix et un discours cohérent et légitimés peuvent se développer.

L'expression

Dans les associations en santé mentale autogérées de souffrants psychiques aujourd'hui à Genève, on trouve ces formes d'expression que sont les témoignages, les images peintes, ou encore la lutte militante. Toutes sont empreintes de sensibilité, toutes passent par la mémoire et par l'art.

Lorsque la souffrance trouve à s'exprimer, dans les arts ou dans la parole, des œuvres avec leurs sens sont mises au jour, et l'artiste, par son observation, ou aidé dans son observation, peut peut-être, au travers de son œuvre, revivre un trauma passé, et

dans sa prise de conscience, l'accepter et trouver le chemin de la résilience.

Les expressions sensibles de la souffrance, témoignages, images peintes, ou lutte militante, changent les choses, font évoluer l'artiste, et font évoluer la société, aussi par l'exposition publique qui fait des œuvres des objets culturels, d'usage plus facile.

Ces changements nous importent, ils sont révélateurs, ils sont réparateurs.

L'expression des souffrants psychiques, et de ceux qui les soutiennent, amène à la société un questionnement et une réflexion toujours renouvelés sur l'intégration sociale de la différence.

Ainsi au service de la société, le mouvement des souffrants psychiques est d'utilité publique.

Les demandes des souffrants psychiques sont spécifiques de leur condition, y compris les revendications de droits liés à leur cause, c'est donc eux qui peuvent les énoncer et les exprimer légitimement.

Quant à l'initiative usagère, elle pourrait être mieux soutenue, par tous ceux qui le peuvent.

Et si les professionnels du psychosocial éprouvent des difficultés à passer du pouvoir à leurs usagers (empowerment / habilitation), peut-être cette mission pourrait-elle être remplie par des professionnels en santé mentale ayant l'expérience du trouble psychique, je veux parler des pairs-praticiens en santé mentale.

Modèle social

L'association en santé mentale est une des mailles du filet social institutionnel et associatif local, c'est une petite unité.

Le monde de la santé mentale a besoin de multiples ressources pour exister.
Les politiques et les financeurs forment la première ligne de soutien.
Les psychothérapeutes et leurs pharmacopées assistent le patient au long de sa maladie.
Les professionnels du psychosocial interviennent pour tout le processus d'intégration sociale.
Et à son niveau social, on trouve l'association en santé mentale, les lieux de l'expression et de la culture des souffrants psychiques, les groupes de parole, les ateliers artistiques, qui luttent contre l'isolement et le désoeuvrement, qui permettent d'avoir de l'exercice pratique, de regagner un statut d'actif, d'être co-décisionnaire.
L'association en santé mentale induit des implications de soi, et des effets pour soi bien réels, un peu de responsabilité retrouvée.

Au travers de l'association en santé mentale, le modèle social proposé repose sur :
- l'association comme unité de base
- une action d'aide ou d'entraide
- la gouvernance participative, ou autogestion

Le phénomène association peut offrir une stabilité sociale.

Sa prévention tertiaire est formée du lien social et de l'activité d'atelier ou du groupe de parole. Les rechutes de maladie psychique sont moins nombreuses.

Le groupe entretient l'espoir du rétablissement.

La gouvernance participative, ou autrement dit l'autogestion, et l'autonomie acquise redonnent à la personne des compétences d'auto-organisation, dans son administration personnelle ou dans ses projets créatifs. L'association, les projets communs entretiennent la solidarité.

La création d'associations en santé mentale

Les associations autogérées genevoises de souffrants psychiques sont toutes des associations en santé mentale.

Chacune d'entre elles contribue à la visibilité d'une culture associative, au service de la santé mentale. Toutes, elles engagent la déstigmatisation des souffrants psychiques,

et leur intégration sociale. Elles offrent du lien social et des activités, dans la solidarité et le partage.

Leur exemple montre bien que l'entraide sous la forme associative est pertinente, et que pour développer cette entraide, il conviendrait de promouvoir la création d'associations du type association en santé mentale.

Merci

Jean-Marc Allaman

PLATEFORME PSY GENÈVE/ ROMANDIE

Dans le contexte de différentes rencontres avec plusieurs associations ou institutions, l'Expérience a écrit quelques textes, souvent inédits, en lien avec des problématiques particulières. Sans reprendre ces problématiques, les textes sont ici présentés pour eux-mêmes.

En lien avec Arcade 84

COMMENTAIRE SUR

«APPROCHE SOCIALE ET COMMUNAUTAIRE DE L'ERGOTHÉRAPIE»

13.07.08

Il semble qu'au cœur du processus d'intégration se trouve la relation sociale, comme autant de gestes de communication. Devrait-on se poser la question de la qualité de la communication, de son contenu, plus ou moins vivifiant, culturel et susceptible d'empowerment de la personne ? Les relations sociales se sont des dynamiques différentes, qui suivent des règles individuelles (d'expression) internes et un code social de communication ((phrase à reprendre, avec inclusion de l'expression, de la qualité de la communication ?))

L'aspect de l'expression personnelle et individuelle me semble tout aussi important d'une intégration de soi et en soi avant d'être avec un environnement de relations. L'avis des animateurs d'ateliers de création, arts plastiques ou écriture, me semble important à avoir sur ce sujet.

La création, l'écriture, sont avant tout une expression personnelle et libératrice de soi, avant d'être éventuellement mise en commun, en public, en relation avec un cercle social, en exposition.

C'est cette dimension de l'expression, catharsis de difficultés, de souffrances, et de jouissances personnelles, que j'aimerais voir considérées en même temps que la

place de la relation sociale.
Mais peut-être que l'expression est incluse dans la relation sociale ?

29.08.08

Pour former une communauté composée de gens interconnectés les uns aux autres, il est évident que la relation sociale d'individu à individu est l'unité de base, nouée par ce contrat social dont a pu parler Bakounine. Ce n'est pas elle, sans sa qualification, qui va pouvoir nous donner les lieux d'intervention possible à son existence. Elle est, au niveau individuel, la rencontre de deux expressions individuelles, expression orale, écrite ou manuelle (lieux d'intervention). C'est pourquoi l'expression, les activités de création, orale, écrite ou manuelle, me semble aussi importante que sa mise en jeu dans la relation sociale. Je milite pour que soient intégrés au social et au communautaire la dimension des animations de l'Arcade 84, des activités de création, et celle plus autonome de certaines personnes avec leur activité propre.

La relation sociale (le lien social, cf), à elle seule, n'est pas suffisante à expliquer l'importance de l'ergothérapie dans la communauté, dans la société. Imaginons la relation sociale et un complément, l'expression et la communication. L'expression est une création de soi au monde (autopoïèse, cf), sa communication suit un code social pour établir la relation sociale. D'un socius à l'autre, l'expression et le code social forment une dynamique (relationnelle), qui peut être d'empowerment (celle-ci est initiée par soi vers l'autre en tant que ressource, et renvoie un certain pouvoir d'agir (à définir… !).

Expression et communication favorisées par les animations, par les animateurs. Gestes, paroles, écrits, images.

«***Approche sociale et communautaire de l'ergothérapie***»
de Alain Riesen et Roger Schuler
in «Ergothérapie comparée
en santé mentale et psychiatrie»,
Manidi M.-J. (dir)
Édition EESP, Lausanne, 2006

En lien avec Arcade 84

UTOPIES POUR L'ARCADE 84

Le 18 octobre 2013

Une utopie pour l'Arcade 84

Ceci est une utopie déjà en marche, une pratique.
Il s'agit de respecter l'autodétermination d'une personne aidée, et de respecter par sa prise en compte, comme le revendique l'Arcade 84, le « propos le plus ténu » de la personne.
La relation aidant-aidé, que l'aidant soit thérapeute ou d'un autre horizon professionnel, peut prendre trois formes primaires. Soit elle est directive, et l'avis de l'aidant domine ; le monde de l'aidé sera selon celui de l'aidant. Soit elle est participative, et l'avis de l'aidé compte pour partie, ainsi que l'avis de l'aidant ; le monde de l'aidé sera selon une balance, un mélange, mais où l'aidé ne saura toujours pas quel est son monde propre. Soit elle est neutre, et seul l'avis de l'aidé compte, sa décision ; le monde de l'aidé lui ressemblera, il s'y reconnaîtra, y retrouvera sa propre expérience, une consistance plus conforme à son attente.
L'aide neutre est peut-être une forme de coordination, comprenant de l'organisation et une mise à disposition de moyens.
Petit à petit, l'aide neutre permet de voir apparaître librement le monde de l'aidé, non perturbé, non dominé, non influencé, permet la culture de l'émergence du monde de l'aidé, de l'autre.

L'aidé, comme l'aidant, peut être une personne ou un groupe de personne.
Je crois avoir vécu, avoir reçu cette pratique à l'Arcade 84, et mon utopie est de la voir se poursuivre et se renforcer.
18 octobre 2013 / Jean-Marc Allaman

Le 6 juin 2014

Une deuxième utopie pour l'Arcade 84

Voici un deuxième texte court que je dépose dans le partage d'«utopies » de l'Arcade 84.

Je désire parler de politique, d'idéologie. Brièvement.
Dire d'abord que j'estime l'engagement dans une association, l'adhésion, être un acte citoyen, et donc un acte politique et idéologique.
Mettant en présence des individus, l'association permet le questionnement de la relation de l'individu et du collectif. Et poser cette question entraîne déjà un type de réflexion politique, les signes d'une idéologie.
L'association est un ensemble d'individus qui peuvent être fédérés par une sorte de contrat qui réunit les intérêts, les besoins, les volontés, les droits et les devoirs de chacun.
L'anarchiste Michel Bakounine défendait ce genre de contrat, il défendait le principe d'association et de fédération libres, les libertés collectives et individuelles. Un contrat pour la solidarité de tous et l'autonomie de chacun.

L'utopie pour l'Arcade 84, enfin, est qu'elle permette à un plus grand nombre d'usagers, informés, de pouvoir aborder une dimension (une de plus ?) politique et idéologique par l'adhésion à l'association, et alors même que la maladie psychique, la souffrance et les efforts de rétablissement peuvent masquer leur culture et leur point de vue politique et idéologique. Il s'agirait là d'une action significative d'autonomisation (traduction française de l'empowerment anglais, que je voulais traduire par capacitation, mais le terme est réservé à une notion de biologie…).

Je laisse là le sujet, encore y aurait-il eu d'autres points, mais bien éloignés, sauf peut-être celui de l'aliénation et de la liberté…

Je vous salue.

Jean-Marc Allaman

En lien avec Psyfor

TÉMOIGNAGE TROUBLE PSYCHIQUE / ASSOCIATION DE SOUFFRANTS PSYCHIQUES

19 02 2009 ou plus tard

J'étais comédien. Élève-comédien. À Lausanne.

Début 88, quelque chose s'est passé, je ne sais plus quoi. Dans les six mois qui suivirent, ce fut la dégringolade. Je ne dormais que peu, mangeais peu. J'accomplissais des actions insensées, pas dangereuses, mais dépourvues de sens et d'intérêt. Je me sentais surpuissant, je pouvais tout faire, n'importe quoi. Une nuit, j'ai pénétré dans un théâtre laissé ouvert et me suis promené sur les décors, seul et sans but. Mes sens étaient très aiguisés, la stimulation était très intense. Mes pensées filaient à toute vitesse. Je flambais.

A l'école de théâtre, je perdais presque toutes les relations sociales que j'avais, et on ne m'a pas laissé continuer. Ce sont mes parents qui m'ont récupéré. J'ai été hospitalisé pour la première fois en psychiatrie, à Genève. J'y ai d'abord subi un traitement forcé, je ne devais pas être fou…

Environ un mois de traitements, plus ou moins bien acceptés. Puis, ma compagne d'alors me quitte, pour différentes raisons, aussi parce que j'étais malade psychique. Il me restait peu d'amis, et j'en perdrai encore à cause de comportements dus à mon trouble bipolaire.

Je retrouve une nouvelle relation amoureuse, et je trouve un travail de marionnettiste. Mais la maladie va bientôt m'enlever tout cela. D'abord le travail, puis, la dépression s'installant, avec le chômage, c'est la compagne qui s'est lassée et

m'a quitté. J'ai fait deux tentatives de suicide, la seconde me laissant d'importantes séquelles de brûlures aux 3e et 2e degrés.

J'ai fait un brillant apprentissage de laborant en biologie. J'ai rencontré de nouveaux amis. J'ai rencontré une nouvelle compagne, mais ça n'a pas duré. J'ai fait une dépression de dix-huit mois.

Durant toutes ces années, j'ai dû apprendre à lutter contre la maladie, apprendre jusque dans le quotidien à aménager l'espace d'une humeur volatile, je voulais me sortir de la maladie, je voulais guérir en découvrant l'origine du mal. L'hypostimulation et la remémoration m'ont aidé sur ce chemin. L'hypostimulation, non pas celle d'une chambre d'hôpital psychiatrique fermée, mais celle qui est le moyen de se soustraire aux stimulations trop intenses, comme elles peuvent le devenir en état maniaque. S'exposer à moins de lumière, moins de bruit, moins de réflexion, etc. Pour un temps donné. Et la remémoration m'a permis, dans un environnement propice, de revenir à ce qui a pu se passer début 88. J'ai retrouvé la mémoire du traumatisme subi alors.

Je suis sorti de la dépression et de mon isolement en m'engageant bénévolement dans une association d'intégration sociale de personnes handicapées, participant principalement à des activités culturelles. Ainsi je m'occupais, je me sentais utile, et je n'étais plus seul. J'étais impliqué dans une nouvelle dynamique communautaire. J'ai fréquenté une autre association d'intégration sociale, où j'ai trouvé un rythme pour une activité artisanale, la photographie noir/blanc, et une nouvelle dynamique avec l'ensemble des gens présents là. J'ai rencontré des travailleurs sociaux qui m'ont redonné goût à une activité suivie, à l'élaboration de projets.

Et j'allais avoir un projet. La souffrance ne devrait pas engloutir toute la vie d'une personne, il devrait y avoir une part de soi qui puisse se consacrer à son plaisir. Pour arriver à développer cette part de joie de la personne, il faut le plus d'autonomie possible. De l'autonomie qui se découvre dans un ensemble social que l'on participe à créer.

L'association L'Expérience est née en 1999 de la réunion de trois personnes souffrantes psychiques qui veulent montrer que leur destin n'est pas de souffrir et d'être assistés, mais que leur autonomie existe bien et qu'elle peut être développée. L'Expérience propose d'avoir des activités et de partager la gestion associative. C'est l'association elle-même qui est une expérience, où des humains souffrants psychiques sont actifs et vivent ensemble. Les buts de l'association sont sociaux et culturels. Elle compte une dizaine de membres actifs et une quarantaine de membres de soutien, elle peut accueillir jusqu'à vingt membres actifs dans son local de 100m2 au Lignon, Genève. En plus des personnes qui l'ont toujours soutenue, ses principaux soutiens sont la Ville de Genève, la Ville de Vernier et la Loterie Romande. Elle collabore à des projets interassociatifs en Suisse Romande et participe à une politique en santé psychique.

L'Expérience, c'est découvrir de la personne souffrante psychique la place sociale qu'elle peut occuper, l'action citoyenne qu'elle entreprend par l'association et par l'activité. C'est aller avec sa culture, lui rendre de la visibilité sociale.

Jean-Marc Allaman

TÉMOIGNAGE PSYFOR

15 juin 2010 (avec correction 27.12.10)

Bonjour,

Je m'appelle Jean-Marc Allaman, j'ai 46 ans, je suis un ancien souffrant psychique, je suis rentier AI, et j'ai trois formations, une maturité scientifique, un CFC de laborant en biologie, et une formation de comédien et de metteur en scène. Je suis membre co-fondateur, président et animateur bénévole de l'association L'Expérience, et, depuis peu, je suis membre co-fondateur de l'association Grepsy, dont je suis devenu un des deux co-présidents.

J'aimerais parler de la désespérance que peut ressentir un souffrant psychique, surtout au début de son chemin de souffrance.
En 1988, j'avais 24 ans, j'étais élève-comédien, à Lausanne.

C'est cette année-là que j'ai fait ma première décompensation psychotique, en juillet. Si je dis décompensation, j'entends perte des moyens psychiques, mais aussi perte d'identité due à la psychiatrisation, une sorte de vide dans la personne, le statut du fou, de l'anormal. La souffrance dans le décalage.

Six mois auparavant, une chose dont je ne peux pas parler car elle n'est pas sûre s'est passée, et la série des symptômes d'un trouble bipolaire s'est produite, perte de sommeil, hypersensibilité, délire maniaque, accélération des pensées, etc. J'ai fait des rituels de magie blanche, j'ai visité de nuit le

décor d'un théâtre qui devait être fermé, je débordais d'activité, non dangereuse, mais dépourvue de sens et d'intérêt, je flambais. La souffrance de n'être jamais en repos.

La première décompensation a été suivie de bien d'autres, le désespoir d'être malade psychique est marqué là, dans la répétition de l'écroulement sur soi de la personne et de son histoire, et si l'acceptation aurait pu l'adoucir, les circonstances de vie n'ont fait que renforcer la désespérance.

La fin d'une formation de comédien en tant que marionnettiste ne correspondait pas à ce que j'avais pu espérer. Et la formation finie, c'était aussi le licenciement, pour comportement inadéquat, dû à la maladie. Le désespoir grandit. Le chômage ne vient pas arranger l'humeur générale. Un an passe et un travail à mille lieues de ce pour quoi j'ai été formé s'est trouvé, en désespoir de cause. Mieux que rien, sauf le licenciement en fin de période d'essai, à cause de la maladie, d'un comportement encore inadéquat. Encore la désespérance. *Et à cause d'un trouble neurologique, une «crampe de l'écrivain», je perdais également l'usage de l'écriture avec la main droite. (corr. 27.12.10)*

Ma compagne d'alors a traversé presque tout cela avec moi, mais si elle venait à me quitter ? Elle me quittera début 1991. La force du désespoir est alors trop grande, je tente de me suicider.

Si je vous ai raconté cela, c'est que mon désespoir était de ne plus avoir de projet de vie, *de ne plus avoir de moyens de vie (corr. 27.12.10)*, et qu'il me parait important, si l'on veut et si l'on peut aider une personne, de lui permettre l'expression et la réalisation de ses projets de vie.

Merci.

Ma participation au groupe de pilotage du forum Grepsy 2010

Notes :

1- Je m'intéresse aux projets et aux buts poursuivis par un groupe, non aux luttes de pouvoirs. Mais cependant…
2- Il ne s'agira pas, comme je l'aurais voulu, d'un état des lieux ou de la visibilité d'un travail social, mais d'une vitrine, d'une fête…

Je participe, en tant que membre représentant d'une association de souffrants psychiques, L'Expérience, au groupe de travail pour l'organisation du prochain Forum du Grepsy en 2010, sur le thème des associations de souffrants psychiques de Genève. Ce groupe de travail, comme beaucoup de groupes, rencontre, à mon avis, plusieurs problèmes dans son fonctionnement, parmi lesquels je citerai celui de l'autodétermination, celui de la coordination, et celui de l'urgence.

Pour l'autodétermination, celle du groupe et celle de chacun de ses membres, il importe de la préserver et de la susciter, et je pense qu'elle est respectée aussi dans son lien avec des ressources qui lui sont extérieures, si la décision revient au groupe. Je sens que c'est peut-être le processus de décision interne du groupe pour son autodétermination qui peut poser problème.

Pour la coordination, sa mise en place me semble nécessiter une discussion du groupe afin de décider du type de coordination voulu. En effet, hormis l'absence de

coordination, qui est déjà un style de coordination (!), on peut distinguer trois types de coordination : neutre, dont le coordinateur n'a qu'une voix consultative, participative, dont le coordinateur participe d'une voix décisionnelle, ou directive, dont le coordinateur a la décision finale.

Pour l'urgence, elle ne me semble pas très compréhensible, et ce type de gestion peut générer des stress inutiles.

Dans un tel contexte, je veux également parler du partage du pouvoir, de sa répartition. Qu'est-ce qui fait l'autorité et le charisme de chacun ? Par quel réflexe, quelle imitation, quelle contradiction, quelqu'un va-t-il adhérer à l'idée de l'autre ? Et quel est le projet de soi pour soi ? de soi pour l'autre ? de l'autre pour soi ? Qui va valider la vie et l'expression de soi ? Que des questions !

Et celui qui connaît la nature des liens humains, et qui, quand il aide quelqu'un, peut choisir de s'effacer pour laisser la place à l'expression de l'aidé, que fait-il lorsqu'il n'est pas dans la relation d'aide ?

Le lien aidant-aidé, en parallèle du lien professionnel-client, ou du lien dominant-dominé, montre une opposition de pouvoirs, une inégalité que l'entraide voudrait gommer, et que la recherche d'autonomie peut réduire.

Au travers de l'autonomie, de l'entraide, des activités et des relations sociales, les associations peuvent ouvrir la décision au collectif, préservant une distribution horizontale du pouvoir.

De plus, dans le partage bénévole, derrière les différences de compétences, de personnalités, et d'autorités, ce sont des relations d'amitié qui se développent, hors de l'opposition dominant-dominé.

Enfin, la communication est pour moi un enjeu important, dans laquelle trouver à relier la folie, ma maladie, à une raison plus sociable, à renouer un dialogue perdu et retrouvé par bribes, sur des sujets comme le social et l'exclusion, le trouble psychique et ses apports sociaux, etc.

Je m'habitue peu à considérer mon handicap psychique, à le mettre en dialectique. Un voile sur ma raison l'empêche aussi d'être perçue avec clarté. Mettre en perspective ma maladie, décoder la métaphore qu'elle révèle, comprendre ainsi des moyens de l'intégrer dans ma vie.

Dans un message au groupe de pilotage, je joue avec des limites et des limitations, j'en fais instruments de pouvoir, une menace de décompensation. J'oppose ma fatigue psychique à la réalité, je résiste à cette réalité, j'en souffre, et je crains qu'une grande souffrance ne perde et disperse tous mes

moyens psychiques, la décompensation, la folie, mon autre souffrance. Sans doute, la décompensation est-elle signifiante, en lien à l'information, à la mémoire, à la perception, à la raison, aux limitations, etc. Mais, sans doute aussi, n'est-il pas utile de l'employer comme une menace, mais plutôt de lui donner le meilleur développement possible.

Les souffrants psychiques amènent avec eux des enseignements sur la vie en société, les remèdes à la souffrance psychique sont des leçons à intégrer. Le trouble bipolaire, par exemple, caractérisé par des symptômes comme l'hypersensibilité, la perte de sommeil, les achats compulsifs, la logorrhée, l'accélération des pensées, le sentiment de toute-puissance, etc., conduit à développer des stratégies de protection, comme l'hypostimulation, l'économie de soi et de ses ressources, la limitation de la dispersion, etc., qui finissent par devenir un art de vivre, une philosophie. Cette politique, dans la même perspective d'économie, peut se compléter par l'usage des ressources locales, dans le rapport de proximité, de la ressource d'autonomie, et de celle de la culture propre. Bien sûr, chacun n'est pas bipolaire, j'essaie ici de relier ce qui fait ma différence avec la normalité.

Dans mes limites je garde mon équilibre, et si je suis débordé, un travail psychique sur les limites s'établit pour un nouvel équilibre, pour ne pas se perdre dans la

décompensation, le non-retour dans ses limites. Que veut dire changer les limites, qui doit le faire, pourquoi et comment, change-t-on toujours, y a-t-il un rythme ?

C'est dans la rencontre de ce que j'appellerais les philosophies thérapeutiques des uns et des autres que pourraient, j'en suis sûr, se développer une nouvelle communication pour une meilleure intégration sociale, pour favoriser le langage et l'expression des souffrants psychiques, pour partager les compétences, les connaissances, les expériences.

Et si je participe à l'élaboration du forum du Grepsy 2010, c'est pour essayer, avec d'autres, de rendre visible un travail social, un mouvement auquel j'appartiens, et son exigence.

Jean-Marc Allaman
janvier 2010

JOURNEES SOCIALES A BELLE-IDEE LES 12 ET 13 OCTOBRE 2000

Notes préliminaires en pagaille

- Révolté et en opposition, mon discours veut toujours démonter les mécanismes, d'où pas de collaboration ?
- Parano, non, intégrité !
- Partenariat : on prend les 'groupes' (avec présence de juriste, accompagnant, ou autre = défenseur patient ?), on leur ajoute un partenaire, et on change le cadre (comme psy-tri)= réinsérer dans la thérapeutique ?
- Mon cas ressort de l'implication dans une association qui se distancie de la psychiatrie.
- Je me suis engagé à montrer l'engagement (possible) de gens comme moi (malade), de ma condition. Je ne peux plus nier cet engagement, aller dans le désengagement sans prouver le manque d'engagement.
- Loin de tous les standards de la sociologie, de la politique, de l'économie, de la psychiatrie, et de toutes les –logies (?), plus près de la vie, l'existence, la logique du quotidien (philosophie, théologie, etc…)… respect de l'autonomie et de la personnalité au travers de L'Expérience.

Notes de la séance préparatoire à Belle-Idée le 29.09.00 (présence d'associations de patients, de proches ainsi que de psychiatres de Belle-Idée)

Sous l'égide globale du social

- L'objectif est de concevoir un rapprochement.
- Il y a un malentendu à résoudre. Je me demande qui peut le résoudre, vers l'affirmation des différences.
- Avec la présence des associations s'ouvre la perspective de refaire la psychiatrie (j'aimerais rêver la psychiatrie avec des étudiants). La peur cependant de la récupération par la psychiatrie des revendications des associations impliquerait une détention supplémentaire de savoir par les psychiatres qui conforterait leur pouvoir.
- Les moyens existent (hypostimulation etc…), mais leur application est défectueuse.
- Mesure d'action en santé publique.
- Il ne s'agit pas de se reconnaître, il s'agit de générer du respect.
- Qui peut garder l'information du réseau, et quelle information (= connaissance ?)
- Ce qu'on ne connaît pas fait peur ?
- Structure des débats
  - sujets : accueil parents-proches/confidentialité (comment réduire la fracture entre les proches et les patients, question du Relais.)
  - 3 sujets proposés par L'Expérience (voir question ci-dessous)
  - équipe mobile en ville/moyens ? (question du Relais)
  - Attention, le partenariat n'est qu'une notion au travers de laquelle l'information peut transparaître (dixit les psychiatres)
  - Le respect permettrait peut-être de concevoir une structure d'intégration dans la cité de la problématique psychiatrique, d'apprivoiser et banaliser la maladie (dixit le Relais)
- Préparation aux journées sociales, résumé.
  - présentation des associations.
  - Information, connaissance, éducation ?
  - Trois thèmes parmi des propositions des associations.

Notes post-préparatoires 29.9.00

- Le patient qui s'en sort fonctionnant essentiellement en opposition (différentiation, second degré de l'identification) à la psychiatrie, le partenariat semble difficilement envisageable sans concilier des extrêmes dans une dialectique des contraires s'ouvrant en un nouveau champ d'action sociale, ni psychiatrie, ni combat identitaire.
- Le partenariat serait peut-être un pacte avec le diable, admettre l'opposé (éventuel) de là ou l'on commence à se définir, mettre fin à cette définition, ce combat pour sa vie, cette identité.
- Admettre l'opposé (sa vie, son avis) sans compromettre l'élaboration de sa vie propre, son propre avis.
  Admettre les différences intellectuelles et stimuler leur interaction au profit de tous, (les malades, moi, devant accepter et faire accepter les limites, et celles-ci peuvent être de rester dans l'opposition constructive à la psychiatrie et de ne pas pactiser.)
- Partenariat = plate forme d'échange, partage d'expérience ?
- Quelle reconnaissance avons-nous dans ce partenariat ? = nouveau mode d'existence ! ?
- Partenariat coopération concurrence je ? et la place du contradicteur ?
- Peut-on être partenaire si l'on s'oppose ?

Questions préparées et non prises en compte pour les journées sociales 12-13 octobre 00

En italique les questions choisies par Marie-Helène.

- Quelles raisons sociales fondent ce nouveau partenariat ? (à quel mouvement social correspond ce partenariat ?)
- Dans le partenariat, quelles sont les crédibilités respectives ? (Ex : les psy et les proches sont plus proches…)
- Quel contrat social régit le partenariat ?
- Quelles sont les règles du jeu et qui les édicte ?
- *Les partenaires sont-ils égaux, et admettent-ils la place du contradicteur (si je vous dis : - vous êtes nul, continuerez-vous à coopérer ?)*
- En quels termes la psychiatrie définit-elle l'humanité ?
- Qui règle les lois de l'individualité ?
- *Y a-t-il d'autres moyens que la psychiatrie pour permettre aux gens d'aller bien ?*
- Le pouvoir et les connaissances du psychiatre peuvent-ils être partagés (fonction sociale)
- *La psychiatrie est-elle capable de rendre les gens indépendants ?*
- La psychiatrie permet-elle à l'être social de retrouver sa place ?
- La psychiatrie permet-elle la réintégration des patients, ou n'est-elle qu'une gestion de ces patients, un pis-aller de la société,un butoir… ?

Table ronde des associations des journées sociales à Belle-Idée 12 octobre 00

SUJETS RETENUS PAR LA PSYCHIATRIE POUR LA TABLE RONDE DES ASSOCIATIONS
FEUILLE REMISE AU MOMENT DE LA TABLE RONDE
Questions

1. **Système d'information**
   Réseau social coordination
   Qui informe la personne de l'existence des associations
   Qui est à même de donner des informations sur les approches alternatives

2. **Implication des familles dans le suivi des patients**
   Accueil des familles pour les informer et les rassurer
   Transmission des informations
   Education des familles

3. Aspect paternaliste de la psychiatrie
Les personnes soignées sont infantilisées
Elles ont besoin d'aide mais elles perdent leur autonomie
Certains ont crée des associations pour se responsabilisé à nouveau
Recherche d'identité de la part des patients
Difficulté d'accepter la différence et de retrouver une place dans la société

4. Demande pour la création d'une antenne mobile de soins en psychiatrie
Cette équipe pourrait ainsi se déplacer quand les familles sont en difficulté.

NOTES DU JOUR

1. Système d'information
- Quelle information, quelle intellectualité ?
- Une petite structure est-elle en opposition avec une grande structure, au niveau de son pouvoir à demander ou à fournir de l'information ?
- La force politique et parallèlement la crédibilité sont données en fonction de la grandeur de la structure (vrai faux ?)
- L'existence de l'Association ne dépend pas d'une force politique (comme définie ci-dessus), elle tient de l'idée d'exister sans assistance, un vrai partenaire du réseau.

2. Implication des familles dans le suivi des patients
3. Aspect paternaliste de la psychiatrie
- Le cadre de la réunion ici doit être considéré comme juste pour parler.
- Le psychiatrocentrisme genevois…
- Il faudrait recréer un véritable tissu social, un village psychiatrique où puisse se développer des activités et un accès à des connaissances intellectuelles.
- On parle de soins et de politique de soins dans la hiérarchie intellectuelle de la psychiatrie (excluant le patient), donnant à entendre un discours sans plus d'objet, c'est-à-dire le patient, sa place dans la société, civile et psychiatrique.

4. Demande pour la création d'une antenne mobile de soins en psychiatrie.

<u>Résumé subjectif après les journées sociales de Belle-Idée les 12 et 13 octobre 2000</u>

Table ronde/partenariat psy-assoc.
J'ai vu dans la journée une bande d'intellectuels se gargarisant de discours du soin et de sa politique en occultant complètement le patient et le réel débat de société qu'on aurait pu lui attacher. Dommage.
Arrivant à 17 h 30 à la table ronde (rectangulaire…), j'ai eu un mauvais trac, je n'ai pu dire grand-chose.
J'aurais du attaquer en remerciant pour l'invitation au partenariat et en ajoutant qu'il n'existerait pas si nous n'évoquions pas les difficultés respectives.
J'aurais dû émettre la phrase qui s'était formée pour moi d'avoir participé à cette journée : - on entend parler de soins et de politique de soins, mais la politique est ailleurs, au bas de la hiérarchie intellectuelle que l'on entend depuis ce matin et qui se gargarise de discours sans même plus d'objet, c'est-à-dire le patient et sa place dans la société, la société civile et la société psychiatrique.
A quoi j'aurais ajouté toute la liste des questions préparées pour le sujet (voir plus haut).

Rencontre à Belle Idée, 2 décembre 2000 :

Texte pour le 2 décembre 00 à Belle-Idée -droit des patients
-états généraux de la psychiatrie

I) (texte pour MottattoM, présentation novembre 00.)
L'association L'Expérience réunit une majorité de gens ayant des difficultés d'ordre psychique. Trop longtemps maintenus dans un rôle de second plan, nous montrons aujourd'hui notre véritable dimension. La structure associative, l'autogestion nous identifie autrement : notre projet est un projet de vie, une indépendance où se retrouve notre responsabilité. Le concret de nos activités, comme la gestion pratique du lieu de vie qu'est l'association, sont générateurs de ce mieux-être dont nous avons tant besoin. Sans encadrement, et au travers des moyens de l'association, le projet de chacun ou la participation de chacun au projet d'autrui permet la résurgence de compétences trop souvent et trop longtemps minimisées et négligées. Une véritable vie sociale se fait jour, un partage d'égal à égal, un ressourcement. L'association L'Expérience, c'est un autre art de vivre.

II) J'aimerais m'exprimer sur le droit des patients et sa défense.
En justice, lorsqu'il y a litige, chaque partie défend ses droits par l'intermédiaire d'un avocat. Je pense qu'il doit en aller de même de la défense des patients par l'intermédiaire de travailleurs sociaux, d'organes sociaux, d'associations de défense de patients, dont le regard plus objectif permet aux patients de se dégager d'une implication émotionnelle superflue.

III) Pour ma participation ici, j'aimerais parler du consentement éclairé, que le législateur a expressément inscrit dans la loi, mais dont on peut constater qu'il est rarement respecté par les autorités psychiatriques.
Celles-ci pourtant, par maintes études, prêtent au patient une intelligence certaine, mais qui n'apparaît guère dans leur respect du consentement éclairé.
Le consentement éclairé comporte deux éléments, le consentement, cet accord obligatoire sans lequel l'action envisagée ne peut se faire, et la connaissance que l'on doit transmettre pour obtenir ce consentement. La connaissance serait celle de la maladie, du comportement qu'elle entraîne, et des moyens de les canaliser, par un traitement médicamenteux, des stages ou des cours, un cadre adéquat, l'ensemble devant peut-être conduire à une réflexion responsable, à apprivoiser la maladie. Or, pour la psychiatrie, la maladie est un mal à bannir, et en dehors du traitement médicamenteux, elle se révèle incapable de donner au patient des moyens (stages, cours ou autres) dans cette perspective. Et au contraire, elle incite le patient, avec elle, à diaboliser la maladie.
Comment sortir de cette double impasse en respectant véritablement la notion de consentement éclairé ?

Notes complémentaires suite au débat

J'ai ajouté :

Que la communauté rejoigne la psychiatrie est une hypothèse intéressante. Je vois, aussi au travers de ce qui a été dit, deux manières d'envisager ce rapprochement.

Une proximité de la psychiatrie inscrite dans le quartier et la vision d'un village psychiatrique. Le défaut que je vois à la psychiatrie de quartier est que le patient sera déterminé comme tel par les habitants du quartier, ceci représentant une pression que le patient n'a peut-être pas envie d'assumer. Pour ramener la psychiatrie en les murs de Belle-Idée, la notion de village paraît intéressante si elle est ouverte à une habitation et à l'existence d'un tissu communautaire classique, artisan, magasin etc…, en plus de moyens structurels psychiatriques pour cadrer les patients, hypostimulation par exemple, côtoyée de cours ou de stages pour mieux connaître et gérer la maladie. Cependant, derrière un renforcement structurel de la psychiatrie qui semble oublier le patient, sa place, et le vrai cadre d'une psychiatrie vraiment sociale, force est de constater que les connaissances de la psychiatrie tant au niveau de l'enseignement des comportements qu'au niveau de stages de 'conditionnement', en bref d'une démarche d'apprentissage, d'apprivoisement de la maladie, ne sont pas transmis, et que la connaissance psychiatrique ne constitue qu'un pouvoir sur lequel s'assoient les psychiatres

Non évoqué

J'aimerais rêver une nouvelle psychiatrie, mais je me rends compte que tout a déjà été rêvé, que des raisons pratiques (économiques ?) ont présidés à des choix qui n'ont pas tenus compte de l'idéal, mais du gérable. Une psychiatrie de gestion des patients, non de soins de santé mentale. Un mandat de la société, gérer, non soigner, guérir.

Enseignement, stages, cours aux patients ou autrement dit transfert de connaissances peuvent-ils être considéré comme des soins. La position des syndicats permettrait de considérer qu'une partie du personnel pourrait développer cette perspective dans le sens ou sa sensibilité et sa compréhension pourraient rejoindre celle des patients, la position des psychiatres étant par trop éloignée (intellectualité et éloignement des préoccupations communes.). Sorte de formation continue, éducation.

De tout ce que l'on pense sur la psychiatrie, ses buts, sa structure, va-t-on vers une indépendance du patient, et quelle liberté lui laisse-t-on ? C'est dans ce questionnement que l'on pourra développer la véritable dimension sociale de la psychiatrie actuelle.

En lien avec
HUG – Belle Idée

Pour une équipe mobile de psychiatrie communautaire (EMPC)

Pour soutenir le projet EMPC avec les moyens qui sont les nôtres, L'Expérience se propose de participer au dossier qui se constitue par cette lettre.

La première question serait de savoir qui serait à même de faire l'étude d'un tel projet.

Dire sans preuve que le coût économique de la maladie psychique serait diminué. Dire surtout que le coût social lui aussi diminuerait. Et mettre en parallèle tout ce que font les associations, bénévolement. Réduire la santé mentale à une équation économique serait continuer d'ignorer l'ensemble des ressources de l'esprit humain et de son action.

À Lausanne, le SIM (Suivi Intensif dans le Milieu) montre déjà qu'une série de professionnels mettent en œuvre une psychiatrie sociale, même si les instances patientes continuent de manquer dans les organigrammes. Et si le patient est au centre, c'est que le pouvoir n'y est plus, il a migré à la périphérie…

Supprimer l'asile c'est enfin admettre que la communauté dans son ensemble est concernée, une initiative comme l'EMPC ne fait que poursuivre les actions entreprises tout au long des ressources genevoises de la psychiatrie et de ses alternatives. Et offrir le choix du soin, comme on voudra l'appeler, aussi le choix de la rupture, du lieu

de rupture, peut-être pas le domicile, et le choix de l'autonomie.

Les chercheurs en psychiatrie voient bien la nécessité citoyenne de cette science médicale, aussi tout l'espoir qu'elle doit avoir pour ses usagers.

J'adhère à ce projet EMPC, si bien sûr il comprend en son sein une participation patiente qui puisse servir de ressource à part entière afin d'en remplir les objectifs.

Une brève enquête menée à L'Expérience m'a permis de dégager des espoirs qui peuvent être attendus d'une telle nouvelle structure de psychiatrie communautaire :

- une vraie responsabilité dans les soins, une participation patiente
- une individualisation des soins
- une psychiatrisation moins violente, moins «stigmatisante»
- un meilleur respect de la personne dû à celui aussi de son contexte de vie
- la possibilité de faire venir à soi, plutôt que d'aller vers…
- moins de pouvoir d'«appareil» (structures, bâtiments, personnel, etc.)

Les craintes légitimes restent cependant celles qui sont toujours attachées à la psychiatrie elle-même, à savoir qu'elle génère l'exclusion ou la mauvaise intégration, la déresponsabilisation, et qu'elle impose plutôt que d'établir sa stratégie sur les vrais besoins et les vraies demandes exprimés par la personne.
La question des coûts économiques comparés entre le système classique et un système comprenant un tel projet EMPC a été évoquée, mais reste en suspens.

En terme d'économie en relation avec la santé mentale, j'aimerais pouvoir définir un coût social fictif, en salaires, en matériel, etc., de tout ce qu'on ne compte pas, de tout ce qui est gratuit, bénévole. Ainsi de tout l'associatif, les entourages, les personnes concernées elles-mêmes.
Quel temps, quelle énergie, pour tant de patients, tant de proches, tant de bénévoles ?

Et face à l'effort de l'associatif, quel effort de l'état, de la société ?

Enfin, j'aimerais vous proposer une alternative, soit le projet EMPC offre des garanties d'autonomisation avec un travail cohérent de responsabilisation, soit le projet EMPC comprend une participation patiente, soit encore mieux, les deux à la fois !

Pour l'Association L'Expérience
Jean-Marc Allaman

En lien avec
HUG – Belle Idée

EN SUITE DE LA PRISE DE POSITION SUR LE PROJET DE LOIS SANITAIRES GENEVOISES PAR L'EXPÉRIENCE

La question se pose :
- les forces associatives sont-elles suffisantes pour supporter un tel programme ?
La réponse est :
- Non, mais grâce à un partenariat, elles pourraient rapidement être développées

La psychiatrie sociale semble prête à mettre des moyens à disposition (exemple l'espace Abraham Joly) pour un tel partenariat, mais pour quels projets, quelles structures ?

Cela veut dire que toutes les idées et tous les projets des différentes associations pour se développer et développer leurs moyens d'actions peuvent être exprimés et entendus, avec l'idée que ce qui se développe en associatif pourra aussi être un outil en psychiatrie.

Pour assurer une visibilité sociale et formative des souffrants psychiques, ce que je demande est la mise en place d'une qualification associative, avec des années d'association, des stages, des modules, des rencontres, etc., pour les gens qui s'engagent dans cette voie après leur psychiatrisation, qualification associative reconnue par l'État et les associations concernées.
Je demande aussi la mise en place d'une politique d'emploi pour les personnes concernées, en psychiatrie sociale, dans l'instruction publique, dans l'action sociale, etc.
Des groupes de travail pourraient être

formés, avec des indemnités pour les non-professionnels.

Le chemin proposé, chemin à refaire si besoin, est celui qui passe par la sortie d'hôpital en tant que patient, passant par les associations en tant qu'associé, une sorte de formation sanctionnée par une qualification, vers l'emploi, ou une formation complémentaire si la motivation et les moyens financiers sont là.

Les cinq paliers identifiés à ce jour sont, le premier, la psychiatrie, pour un quotidien minimum, le deuxième, les associations avec des professionnels, pour un meilleur quotidien et des programmes d'activités, tels Arcade 84, Trajets, le Graap, etc., le troisième, les associations autogérées, pour les projets autonomes des personnes concernées, le quatrième, la formation ou l'intégration professionnelle, et enfin le cinquième, l'exercice professionnel.
Ce cycle peut être repris en cas de rechute.

Dans un partenariat tripartite, un idéal de coordination permettrait de confier aux proches la sensibilisation du public, aux professionnels les soins, et aux souffrants psychiques le développement d'activités, l'associatif et la défense de leurs intérêts. On sait que ces catégories se mélangent…

Dans les projets que je connais et qui se développent, j'ai noté d'abord une demande, pour que soit développé des activités, des actions dans la communauté pour les invalides (pour un temps…), comme par exemple arroser le jardin de quelqu'un, etc.
L'association Thaïs, sa directrice Mme Christiane GAUD, défend le développement de lieux de rupture, et la création d'associations en ce sens. Pareil pour l'association Arcade 84.
Un atelier expression permettrait de mettre ensemble toutes nos incohérences de discours et d'en faire un langage commun, des représentations.
Nos associations de souffrants psychiques, de patients et d'ex-patients, d'anciens patients, de personnes psychiquement troublées et concernées, ont leurs projets, des missions d'enseignement, une association tripartite pour l'espace Abraham Joly ou l'amphithéâtre Ajuriaguerra, un bulletin pour Belle-Idée ou Genève, la mise en place associative directement au contact des psychiatrisés, en partenaire de la psychiatrie sociale. Une coordination semble pouvoir s'établir, sous la forme d'un forum interassociatif mensuel des associations de souffrants psychiques, pour se rencontrer, s'informer, se coordonner, se préparer aux réunions des ressources genevoises.
Les rencontres de Belle-Idée sont déjà la commission paritaire tripartite qui nous manquait.
Il y a le projet d'équipe mobile de l'association Le Relais pour le développement com-

munautaire de la psychiatrie…
Une mise en scène intelligente, un spectacle en tournée internationale, sur un texte autour de «Mais qu'est-ce qu'une Association ?», l'association à l'exemple de nos trois suisses du Grütli…
Action-Bénévole, ASICS, Les Journées Sociales, Le Psy-trialogue, Le Grepsy (Groupe de Réflexion et d'Echange en Santé PSYchique), et tout ce que j'oublie…
Développer encore le bénévolat, le promouvoir, ouvrir des champs de vision sur le social, le culturel.
Les associations doivent définir et exprimer avec force tous les développements qu'elles désirent, tous les moyens et toute l'aide qui y sera nécessaire. Ce n'est pas un espoir, c'est là qu'il faut commencer…

La psychiatrie sociale nous récupérera, elle nous utilisera, fera de nous un de ses outils, nous instrumentalisera, mais elle y mettra le prix que nous demanderons.
Pour un début de budget, quatre à six postes de coordinateurs pour le Forum représenteraient environ (…) frs par an.
Une donnée statistique, pour répondre au besoin sur Genève, il faudrait plus d'une cinquantaine d'associations pour l'ensemble de la population-cible. Un organisme de génération d'associations semble nécessaire…

Je rêve encore, à mes moments perdus, d'une plateforme de santé mentale,

psychique et biologique, réunissant des intellos de tous bords, agrégés ou non, sortis de notre tripartition magique, dans la poésie, les sciences, le langage, pour dire, lire, écrire et exprimer, ces langues françaises qui parfois ne s'entendent plus, la langue de bois et le vulgaire, créer les passerelles du profane au sacré, de l'inconnu au consacré. Vaste programme, un rêve.

Je souhaite qu'il n'y ait pas de combats d'experts, je ne suis pas un coq, plutôt œuvrer à édifier l'interface social et humain du souffrant psychique et de son alter ego. Une expression.

Et mon rôle de pionnier est achevé. Merci.

Jean-Marc Allaman, 28.6.04

En lien avec la Planification Sanitaire Qualitative de l'État de Genève 2001-2002

RÉFLEXION AUTOUR DE LA SANTÉ MENTALE

JANVIER 2001

PRÉAMBULE

D'abord trois mots pour rire

- «Mens sana in corpore sano» signifie-t-il que le corps soit un corps social ?
- À quand de l'obstétrique sociale ?
- … en dire long sur un système de démocratie où le bon bourgeois donnerait mandat à la psychiatrie (puisque que c'est la psychiatrie qui est au service de la société, et non l'inverse…) de contrôler en sa dictature toutes les minorités et tous les artistes, non dérangés, mais dérangeants, a/sociaux.

POUR REVENIR SUR NOS PAS…

Même si ici la santé n'est qu'une métaphore médicale permettant de conforter le sentiment de justesse de l'identité de l'individu, il semble que la notion de santé sociale, en première approximation, puisse représenter l'idéal humain du bonheur, du bien-être, ou tout au moins l'image de la qualité de la vie. Qui la définit restera une question en suspens. Sa dynamique agirait du bien-être de l'individu vers celui de la société. Les moyens de son établissement en sont la justice, la psychiatrie (non la médecine, car il s'agirait de santé tout court), le travail social, la vie associative, la culture, et j'en oublie certainement.

La santé, c'est entendre la problématique et lui adjoindre les moyens de sa résolution.

La santé sociale, en incluant tous les phénomènes sociaux où existe une inadéquation à l'idéal social, au bien-être et à la bonne qualité de vie, contient la santé mentale (du latin, ou psychique, du grec). Cette dernière possède les mêmes moyens que la santé sociale pour répondre à son idéal : la justice, la psychiatrie, la vie associative, la culture, et autres.

Répondant à un élargissement de son champ d'action vers la prise en charge de cas sociaux (un bien ? une nouvelle dimension sociale ?), la psychiatrie devient la psychiatrie sociale. Sans vouloir mettre en cause la bonne foi de la psychiatrie et l'extension de son pouvoir, il convient de bien considérer quelles zones échappent encore à son contrôle. Ainsi déjà des minorités sociales et des artistes. Pareillement des associations de patients ou pour les patients. Les combats y sont toujours vivaces.

Et encore à considérer le statut du patient psychique, en et hors de l'hôpital. Un vrai défi social, de l'identité de l'individu.

Considérant encore que la santé mentale est partie intégrante de la santé sociale, il est intéressant de noter qu'on admette ainsi une problématique sociale au sein de la santé mentale.

Et, dans le «frottement social», derrière la disqualification de l'individu, psychiatrisé ou non, il s'avère nécessaire de modifier aussi le regard social. Et de préserver dans ce sens l'expression de tous ses artisans.

AUTOUR DE SENS, DIGNITÉ, AUTONOMIE PARTICIPATIVE.

Sens et dignité

Dans sa quête du sens, le philosophe nous indique déjà quelle voie celui-ci emprunte afin qu'on le saisisse, le langage. Le sens, par ce que je sais, est ce que je sais. Un sens qui n'a de mot est aussi un sens, imperceptible. Intuition et savoir le cernent, me le rendent sensible. Le langage parfois peine à le communiquer. Sens avéré et sens privé jouent leur rôle dans la relation. En société, si le rapport est à la lutte de pouvoir, le langage tenu sera soumis à la critique du bon sens et du non-sens. Un principe d'exclusion et de dénégation qui est la porte ouverte à la prise de pouvoir. Jeu difficile à l'accession au respect. Mais le sens a d'abord cette qualité vraie, cette valeur de la chose. Il se soumet à la comparaison (dont le corollaire est de ne pas être raison), il est rapporté à des échelles, de crédibilité, de différence, de densité. Échelles de raison, devoir, dont il se passerait bien. Sa raison d'être, une et indivisible, coexiste avec d'autres, à l'image de l'homme, de sa raison de vivre et de son sens de la vie.

Le pouvoir, le devoir, mais aussi la volonté, prennent sens dans la perspective du respect de l'homme et de sa dignité, vers ces droits de l'homme en la justice, l'égalité et la liberté. Gardienne du système et de la politique de ces instances, la démocratie en oblige constamment la révision.
Le sens vient flirter avec la liberté. Croire est une liberté où le sens glisse vers la conviction, vers un inébranlable savoir où se puise le sens de l'existence (?). Aussi de croire que tout va bien au mépris de tout ce

que les gens disent n'est-il pas déjà l'amorce d'un certain sens du bonheur. L'espoir niché au profond de chacun ne donne-t-il pas un sens à la vie. La faculté de trouver une utilité à ce qui arrive, c'est donner du sens au bonheur. Le sens répond à l'utilité, ce qu'on fait des choses, non ce qu'elles sont. Un bémol pour la propriété. Un sens encore qui ne sera jamais qu'incertain, celui de la liberté d'expression. Le langage, contraint à l'exercice des structures apprises, ne se libère et ne prend sens que derrière son ajustement à la pensée dominante.

Si la perte du sens est maintenant engagée, penchons-nous sur les noirceurs de l'âme, tirons du sens de la mélancolie, cet antagoniste naturel du bonheur. Shakespeare et les romantiques ont déjà formulé leur théorie du malheur (leur sens du tragique…), théorie du bonheur du désespoir. Aujourd'hui, la théorie du malheur et du mal-être réside plus simplement dans l'adéquation de l'individu à des schémas et des tableaux cliniques, que d'habiles intellectuels statisticiens on mis en place pour avoir une meilleure vision du monde, dans laquelle ceux qui sont malheureux sont malheureux et n'ont qu'à se plier à l'identité qu'on leur assigne. Partager du sens, un espoir et une volonté, ne se fait pas sur le discrédit jeté à la face de l'autre, le fou, l'enfer de Sartre. Sans compter ce que cachent les néologismes et les abus de pouvoir d'un langage hermétique.

Ce qui était vrai avant ne l'est plus forcément maintenant, le temps change le sens, le temps d'une réflexion. L'homme s'inscrit dans le temps et dans une géographie, sa présence, son intégrité physique et psychique, est entière, quels que soient le lieu et le moment. Au-delà de soi, la confrontation

du moment commence avec le lieu, amène une volonté de l'appréhender, un sentiment de sécurité, et une assurance accrue. La vie de l'homme peut être vue comme un trajet dans une géographie, dans une maille de la réalité, ou plus encore dans des structures. Une sorte de curriculum vitae. L'âme forme aussi un trajet dans l'espace, le temps, et la pensée, mais les structures qu'elle traverse, ses mouvements, sont encore bien nébuleux pour la compréhension de l'homme. Je crains, au nom d'une liberté qui garde son sens, que l'on traque le sens de la vie des gens dans leurs trajets au sein de leurs structures, et que d'habiles intellectuels statisticiens ne formulent encore de nouveaux schémas de conformité que de nombreux paramètres incontrôlables ne manqueront pas d'infirmer. La liberté et le bonheur ne se réduisent pas à remplir un blanc, une place que l'on s'approprie. Si la réalité recouvrait celle du sentiment, de la raison et de la pensée, peut-être que la traque donnerait des résultats, mais heureusement ces trois phénomènes restent dans le domaine de la subjectivité. La réalité ne peut être qu'un regard, elle doit être un engagement, un rapport physique où se lisent la production et la création, ce concret où nous sommes tous attachés. L'évolution et le développement personnel y trouvent ce sens qui nous importe à tous. Agir, sans le sens dévoyé du travail, créer, œuvrer, sont les moyens d'une vraie dignité, d'une identité avec une réalité qui assume notre part de responsabilité. Encore faut-il toutes les structures nécessaires, et travailler ainsi à la disparition de toutes les exclusions.

Dans le dédale d'une vie et de sa réalité, la philosophie nous prête le bras, à l'image d'une religion, pour nous sauver du mal de vivre et de la peur de la mort. Interroger le sens de la vie, le sens de toute chose, afin de ne jamais laisser l'esprit en paix, le garder en mouvement, puisque la vie est ce mouvement. La vie est la jouissance du bonheur et son respect. La dignité est le regard porté sur elle, et seule la mise en jeu du respect lui permet d'être. Respect de la vie, respect de la dignité. Un réalisme oublieux, où certains ont donné leurs vies. Ne plus se poser de questions, ne plus faire de philosophie. Goûter au repos de l'âme, à la sérénité. C'est juste une question de temps…

Normes et réalités

La réalité que l'on pratique, en deçà du langage, nous assure déjà d'être vivant, mais pour respecter cela il a fallu inventer un mot, dignité. Le langage est devenu une assurance, bien que virtuelle, sur la légitimité des choses. Les actes sont porteurs de sens, mais on s'imagine pouvoir gagner de la dignité, de la légitimité, au travers du discours. On est plus intellectuel par le discours, pas plus vivant. Le respect de la vie, cependant, est aussi dans celui des codes qui nous échappent. Un sort étrange peut être aussi jeté sur la réalité : la raison, autant dire la justesse, a la capacité de l'ignorer, en tout ou partie, et ceci en sauvegarde de l'intégrité de la pensée.

Les processus psychologiques sont une grande part de l'identité, et sont le pain quotidien des travailleurs sociaux, habilités à travailler le sens de la dignité de chacun. Confrontés à de doubles identités, par exemple le patient psychiatrique et l'être social, toutes leurs forces conduiront à réédifier le respect, de soi et de la part d'autrui, et finalement à relativiser l'identité en une simple étiquette, où la vraie dignité est alors de donner sont propre sens à l'étiquette, voire de l'enlever ou d'en

changer. Mais que croire alors de l'être humain si les qualificatifs sont inefficaces…

La recherche en santé sociale, en santé mentale, au travers de l'élaboration de schémas des processus séquentiels de vie, poursuit un idéal de contrôle du mal-être et de ses victimes. La politique qui dirige ce contrôle se devrait d'être prudente, et de bien considérer si le bonheur n'est pas ce qui échappe au contrôle, au sens et à l'analyse. Dans notre société où le bonheur n'est pas la norme (…), il est heureux de voir encore que la déviance ne met pas en péril une capacité au bonheur. La maladie est ma norme, je la respecte ou pas, c'est mon for, mon jugement, mon libre arbitre, et nul ne peut nier cette liberté individuelle. Toutes les normes et leurs corollaires de disqualifications ne font que croître les résistances. À l'appui, le développement de réseaux (associatifs essentiellement), où le bien-être, le bonheur, la qualité de vie, gagnent une définition respectueuse de l'individu, unique et non standardisable. Répondre à la pression de la norme sociale, revendiquer la différence, c'est redéfinir encore le bien-être, celui surtout peut-être qu'on veut nous donner en dragées, conditionnées par des sociétés multinationales. Le partage reprend des formes non normées, des moyens dont la liberté est garantie par la démocratie.

L'autonomie participative est un concept intéressant. Il convient d'y distinguer l'autonomie et la participation. Pour l'autonomie, trois niveaux se dessinent : autonomie de l'individu, autonomie d'un groupe, autonomie d'une société. Réduire la fracture de l'identité du fou humain semble déjà essentiel à son autonomie sociale, et elle paraît déjà largement acquise. Pour ceux qui restent encore sur le carreau,

l'usage de groupes autonomes répondant à leurs aspirations d'indépendance peut concrétiser leur autonomie propre et leur indispensable visibilité sociale. L'autonomie de la société, enfin, se détermine sur sa politique. La vision serait bien sûr faussée si l'on n'admettait pas encore des interventions sur ces trois niveaux. Participer est déjà mettre en commun des moyens, des intérêts et des bénéfices, ceci impliquant une gestion collective qui sort du cadre de l'autonomie stricte et la rend interdépendante d'autres différentes forces. Le gain d'une vie, le gain d'un concret acceptable, passent au langage, au partage intellectuel, à cette interdépendance collective où le fruit de l'expérience, le langage, est cueilli. Au-delà de l'autonomie, c'est le langage qui démontre la participation.

L'autonomie participative est un concept séduisant, néanmoins il comprend sa propre négation. L'autonomie est un système isolé, et la participation implique d'être un rouage d'un système plus important. Pour une autonomie participative individuelle, je propose le mot de socialisation, dont on sait que l'on peut en changer comme un comédien change de rôle. Une sauvegarde pour ne pas figer l'humanité en mouvement. L'autonomie et la solitude qui l'accompagne constituent la première hypothèse qui peut conduire à l'idéal. D'autres hypothèses viendront, j'en suis sûr, corréler par leur bon sens la définition, toujours mouvante, de l'idéal. La réflexion peut enfin suivre ce phénomène, cette socialisation, en se demandant quels vrais moyens lui donner pour exercer sa fonction.

L'expérience s'acquiert par l'usage de la réalité, des outils pour la travailler. Travailler l'humain, traquer sa vie et son âme, ne peut apporter ce bénéfice social tant attendu. Les structures de la connaissance et du langage rentrent bien certainement dans la classe des outils du réel, et chacun a ses mots que tous devraient pouvoir entendre. Écrire le mot liberté ne suffit pas à la cerner, sa traque, son analyse, toujours échoue. La contraindre dans les processus de vie (dans le bien-être ou le mal-être) est un défi bien téméraire. Un graphique statistique ne nous permettra jamais que de considérer la différence qui nous sépare de la norme, de travailler la distance, celle-là même qu'il y a entre les hommes. Tous différents. Dans la statistique, conduite par le péquin lambda, l'utilité des concepts brillant que l'on tente d'en tirer, se révèle bien souvent pauvre d'enseignement pratique. Le frottement à la réalité du jour, de la rencontre, porte certainement en lui la réponse aux vraies questions. Que dire encore de la représentativité d'un échantillonnage, si ceux qui refusent de se soumettre au sondage agissent en fonction de convictions politiques,si il y a des falsificateurs, ou simplement de l'inattention. Et tous ceux qui ne sont pas consultés ? La marge d'erreur seule suffit alors à infirmer tout concept.
Et l'humain serait-il un dé à jouer ?

Les moyens de la santé

En santé sociale, il convient de limiter l'intervention de la médecine : ainsi, la médecine somatique ne s'occupe que peu de problématiques sociales ; au contraire, la psychiatrie est au cœur de multiples problématiques sociales, liées à la définition de l'identité (quelle place dans quelle société, dépendante de l'identité).

En santé, il conviendrait d'impliquer toutes les disciplines académiques qui s'en sentent concernées, et de réduire les querelles d'autorités.

En santé mentale, on perçoit le partage de compétences entre la psychiatrie et ses alternatives non médicales (ISO et non-ISO…)

En santé sociale, il devient urgent de bien définir quels sont les intervenants à sa mise en œuvre.

Le bien-être et le bonheur sont au programme de la santé sociale et de la santé mentale. Le mal-être est sous contrôle, chaque tranche de vie fera l'objet d'un rapport. Le bonheur est dans l'avenir radieux. La liberté se laisse faire, elle livre le secret intime de ses actes. Quelques réfractaires manifestent. La tutelle des intellectuels est devenue inutile, ils nous ont appris à vivre, leur rôle est achevé. Les gens de peu ne parlent plus de l'art de vivre. Le monopole du savoir-vivre distribue ses dragées. La police est le siège du bon sens. Elle parle seule parfois. Le modèle hiérarchique est devenu la source du développement mental. Le développement personnel est un hobby bien toléré.

La situation actuelle est loin de cette perspective, mais il reste, en santé sociale, beaucoup à faire, à la fois dans les domaines économique, structurel, humain et de la culture. Du côté de l'économie, on voit que toutes les solutions de psychiatrie, par exemple, ont existé, mais qu'elles n'ont pu s'appliquer faute de moyens. Pour le reste, je le laisse à votre entente.

La psychiatrie ne saurait faire l'économie du don d'un point de vue sur le sens de la vie.

La philosophie peut sauver du monde. Une quête qui, par fraction, donne du sens à la vie, réconforte le peu de bonheur qui nous reste, engage le combat de notre dignité.

L'être encadré dans ses structures et ses séquences de vie, doit pouvoir les partager, y réfléchir, à sa mesure, derrière des outils d'analyse tenus à sa disposition. Dans le sens commun il partagera son sens, s'orientera, modifiera son trajet et ses structures. Mais si et seulement si l'outil d'analyse du trajet, des structures, et des sentiments, est employé de manière subjective. Une étude objective ne changerait pas l'état des choses. C'est subjectivement que j'ai pu formuler la structure nouvelle qu'est l'association L'Expérience.

Une autonomie assistée, ce peut être, par exemple, pour un homme avec un trouble bipolaire, de trouver les moyens nécessaires à diriger son hypostimulation si l'humeur «monte».

Malgré les cloisonnements, l'autonomie de la santé mentale au sein de la santé sociale, et au sein de la société même, n'a pas de sens, le regard est transversal, le fou n'est plus que très rarement enfermé à vie en asile. La fracture des identités de lieux et de statuts doit être réduite et l'on se doit d'assurer l'expression du point de vue de tous.

Conclusion

En guise de conclusion, puisqu'il en faut une, je m'arrêterai sur l'espoir entrevu en psychiatrie sociale et, plus généralement, en santé sociale ces derniers mois. Le social est le mode de la relation humaine. Chacun participe, le pouvoir se partage. C'est le projet social, caché en la santé sociale, qui est important. Le double mouvement de la communication. Le pouvoir de l'État, le pouvoir de chacun, partagés. Étudier le bien-être, la qualité de la vie, concevoir l'observation de l'individu dans son trajet de vie, au sein de structures (tout est structure), dans son sentiment, ouvre la perspective formidable d'une société meilleure. Mais les plaies sont encore là. La maladie, la psychiatrie, l'asile, sont encore là. Identité trahie, le trajet en psychiatrie est mal vécu. Le social en psychiatrie est trahi. On pourrait certes comprendre la privation de liberté à des fins d'assistance, mais il reste inadmissible de violer les droits de la personne par des traitements forcés et par l'irrespect du consentement éclairé. Pour ce dernier, si de nombreuses études donnent aux malades mentaux une bonne intelligence et une grande créativité, pourquoi les psychiatres ne les utilisent-ils pas dans le sens d'une meilleure compréhension, d'une meilleure compliance, et d'un meilleur résultat thérapeutique et social ? Cependant, une gestion clairvoyante du droit des patients, droits de l'homme, se fait jour, vers un véritable respect de la dignité de la personne. La psychiatrie sociale devient une société en plus petit, où il sera loisible de faire des activités, des stages, des cours, etc. L'espoir est là, dans ce creuset, où s'admet enfin la dimension sociale de la psychiatrie et surtout celle du patient. Et la santé sociale y gagne une cohérence avec une vraie politique sociale respectueuse du droit citoyen.

Jean-Marc Allaman

Ce texte n'est bien entendu qu'une base à raturer (ndlr)

En lien avec la Planification Sanitaire Qualitative de l'État de Genève 2001-2002

EXTRAITS DU JOURNAL D'UN PHILOSOPHE

mai – octobre 2001

26.05.01

Lorsque l'esprit est «grillé», la perte de crédibilité est consommée dans l'environnement immédiat de son porteur, et la réédification de cet esprit constitue à présent un véritable défi social.

On peut concevoir la réalité par sa perte et sa reconquête. Chacun adhère à celle-ci par fragment, montrant sa discontinuité. Ajoutant les fragments bout à bout, l'esprit tend à donner à cette réalité une continuité.

31.05.01

Vous le savez, la confiance en le fou se travaille, et sans elle le fou reste fou…

01.06.01

Le principe de sélection et la distinction entre violence et non-violence devraient être remis en cause.

Si la relation sociale est essentielle, l'amour et l'amitié peuvent-ils être régi par la logique de marché ?
La redevabilité est-elle un moyen de pouvoir, ou l'économie de l'aide peut-elle être vue comme une aide sans retour, un aidé aidant à son tour.

L'homme, comme machine de gestion conçoit fort bien la marchandise, mais l'âme pourrait-elle être une marchandise ? (cf Faust de Goethe, et vous reprendrez bien un petit supplément d'âme ?)

L'homme comme machine à produire, non à aimer, exclue la psychiatrie, revisitant la valeur de l'argent entre communisme et capitalisme.

Au lieu de déterminer les causes de la maladie, l'attention se porte sur la maladie elle-même. De même, l'attention est portée sur l'ambition brimée qui en se révoltant forme un trouble psychique au lieu de se consacrer à la résolution de sa cause, à savoir le principe de sélection (il n'y a pas de place pour tous et pour satisfaire une réelle vocation, il n'y a donc pas de vrai choix d'un métier…)
Il conviendrait de pouvoir séparer la connaissance du phénomène de compétition.

Le malade parle très bien la langue malade, parce qu'il l'a apprise comme on apprend une langue étrangère. Et ceux qui les écoutent ne comprennent pas cette langue (bien qu'ils l'enseignent), ce patois«pathologique'.

La psychiatrie induit la notion de deuil de soi (qui confine au suicide ?), en marge d'un vrai questionnement sur une raison de vivre. Le deuil de soi correspondrait-il à un idéal (social), et quel idéal ?

L'âme est une marchandise. La marchandise a une âme. A quand les marchands d'âme après les marchands d'armes. Le corps est matière, comme marchandise, et elle, nous sent-elle ?

Au sein de la norme, il n'y a pas de fracture entre la pensée et l'action, sinon oui (a-norme).
Atomisation sociale et individualisme.
La multiplication des médias, l'accès à toujours plus de culture et de représentations, où la relation sociale s'acquiert par procuration et sans partage, hypertrophie la compétence au lien social, et atrophie son emploi.
(On perçoit mieux le bénéfice potentiel du phénomène d'hypostimulation).
De la facilité…
Le danger de la représentation, (et son lien avec le phénomène de la reconnaissance) c'est de donner à contrefaire sans«comprendre»(originer), sans se rattacher à l'individu particulier (différent) par son histoire propre, son invention (la conscience de son histoire et sa conscience tout court), sa maturité et sa réalisation.

02.06.01

Plusieurs formations, c'est une formation décousue.
Dans une société de loisirs, en tenant compte de ses besoins et de ses impératifs, une école active paraît nécessaire, comme une éducation en formation continue, où l'ambition et l'histoire individuelle raconteraient une histoire sociale, et permettraient l'accès au vraies connaissances nécessaires à l'individu.

Deux produits du contexte social : certification de qualification et certification de déqualification.

Avec la maladie, l'a-normalité, l'exclusion, il ne peut y avoir d'intégration, il ne peut déjà y avoir qu'une économie parallèle. Hors de l'orthodoxie économique (actuelle)…

École active, formation et éducation continues.

Connaissances pour accéder à une «place» (respectabilité…) dans la société, ou
connaissances pour dire son histoire dans l'Histoire, faire partie du mouvement social (et son stress ?), sa création (la mienne) ? ou
connaissances pour… ?

Inventer des filières de compétences nouvelles : exemple : du phénomène de

décompensation on tire des phénomènes de compensation conscients (les phénomènes de compensation ne sont pas forcément conscients.)

Le malade ou le péquin lambda et les peurs des : - psychiatrie, psychologie, psychisme, psy – etc…
La reconnaissance est aussi celle d'une terre inconnue.
Plus que l'identité, l'identification, au sens d'un mimétisme ou d'une reconnaissance (celle qui considère la norme et son exclusion), constitue peut-être le moteur de l'existence sociale (du lien social et de l'intégration).

Une souffrance peut être de (devoir) vivre différemment et de se rapporter à la norme, à l'idéal, ou à son ambition (volonté de pouvoir).

L'exemple des maquilas de certain pays d'Amérique latine pourrait peut-être nous apporter un élément de compréhension sur ce qui peut motiver le bonheur, à savoir peut-être le besoin d'un contrôle sur l'ensemble travail – produit, identique peut-être au besoin d'un contrôle sur l'ensemble réalité – outils-de-la-réalité.

03.06.01

Voilà de quoi, je l'espère, nourrir vos «réseaux» neuronaux…

La santé mentale ne peut simplement développer des garde-fous (avec autant de raisons de les transgresser) sans déjà pouvoir«ramener»les fous au sein de la communauté, sans quoi il y aura toujours une proportion de fous, plus ou moins grande suivant une politique de santé sociale.
Savoir quel pourcentage de déviance est socialement acceptable est un enjeu politique (?)

Peut-on éviter d'avoir affaire à une force socio-politique de plus (sous la forme d'une association) ?
Mais l'association est un garde-fous, autant qu'un moyen d'«arriver».

04.06.01

La culpabilité, qu'elle soit autogène ou hétérogène, est largement employée dans la lutte de pouvoir qui continue d'opposer les hommes. La culpabilité (et tous les mécanismes de stress qui lui sont liés) est véhiculée dans la culture (éducation), et il est ainsi difficile d'apprendre à respecter la norme d'une part, et le hors – norme d'autre part.

Il y a un fossé entre trouver sa vie qui est la norme, et retrouver sa vie qui dénote une a – normalité.
Un dépressif retrouve sa vie là où il l'a laissée (?), on peut y voir un décalage, une perte de temps, une a – normalité, une exclusion sociale ou un autre niveau de conscience ? et la dépression se vit, pour quoi ?
(Ne dites pas à un dépressif qu'il est dépressif…)

N'oublions pas la dimension de rupture, la révolte, qui pourrait être revendiquée.
Dans le chemin qui va de la révolte à l'acceptation, on ne peut envisager la seconde pour exercer la première.

16.06.01

J'ai conçu que le soi puisse être fort, solide ou dur. Ce qui est difficile, car mon éducation jusqu'ici a été largement insécuritaire. Comment le soi peut-il être fort, qu'est ce qui le rend fort ?

Hypothèse 1 : la reconnaissance dans la relation sociale génère la santé (mentale).
Hypothèse 2 : il existe une reconnaissance

positive et une négative.
Réflexion : Pourrait-on expliquer la déviance par une balance négative de reconnaissance, un déficit ? Et le déviant, dans sa mesure, en serait-il responsable ?
Si l'on peut originer la déviance de cette manière, il convient de mettre en doute le phénomène de reconnaissance, et de postuler l'indispensable présence du phénomène de sécurité.

Le déviant psychique pourrait être appelé un parapsychique.
Il a plus de reconnaissance pour la déviance psychique.
Il pose la question de savoir si nous sommes à la merci du jugement des autres (en opposition avec le for intérieur) ?

17.06.01

La frustration est une reconnaissance négative.

Celui qui (par quelle expérience ?) ne supporte pas la frustration (qui la supporte ?) a-t-il besoin d'un équilibre plus fort du côté de la reconnaissance positive ? Est-ce socialement acceptable ?
Le travail contre la frustration devient un moteur (nécessité). Mais cette motivation est-elle«juste' ?
La gratification est une reconnaissance positive. Quelle en est l'origine, quelle est sa destination ?
Prendre le bon, laisser le reste.

Celui qui… tomberait-il plus facilement dans un déséquilibre (déviance) des reconnaissances positives et négatives ? Je ne crois pas à ce modèle trop simple. Il y aurait soi ou la nécessité du combat de la frustration. Ou alors les moyens de tourner la frustration en avantage (réversibilité) ?
Mon insécurité sociale.

Notre société (de la peur ?) ne permet pas à l'homme d'attendre l'approbation d'autrui pour faire ou dire ce qui lui semble juste.
Société de soi et d'autrui où s'intègre la solitude et la question de la société et de la confiance que l'on peut en avoir.
Sans approbation cet homme ne fait rien, il dépressionne en juste motif, il attend pour faire ce qui n'est pas lui (double personnalité, et sans «soi») ou il agit seul ou en petit groupe. La motivation (le moteur) est en soi (c'est quoi soi ?).
Sans la confiance sociale cet homme agit seul (confiance et soi) ou ne fait rien.
Il doit être sûr de lui, convaincu de son bon droit, et raisonnable (avoir la raison…).

A-t-on le droit, et dans quel but, de soumettre quelqu'un, dans son éducation, et sans l'avertir, à une reconnaissance négative ? Peut-on considérer d'être sciemment soumis à une reconnaissance négative (dans son éducation…) ?
Confiance… (en soi, et sociale).

Philosophe.
Dans la vie nous sommes sensés supporter des frustrations involontaires, non des frustrations volontaires (sévices).
Bonté.
Nous apportons à autrui les beaux fruits de notre expérience (notre éducation), les ayant triés des autres, et comme les fruits d'autrui sont beaux (confiance…).
Si ce sont les mauvais, la culpabilité de celui qui donne seule joue, l'autre les prend pour beaux (utiles…).
Il n'y a pas de mauvais fruits.

18.06.01

L'homme (moi) soumis à une reconnaissance négative majoritaire devient-il un déviant ? et soi ?

22.06.01

Tissé de peurs et d'insécurité.
Une «chaîne», chaîne de conditionnement, celle des conditions de la vie (?), conditionnement par intégration («éducation»).
Une«chaîne»communautaire et sociale, de la psychiatrie à la société.
Imaginez les conditions dont vous avez besoin ; «ils» ont besoin des mêmes.

Entre le 22 et le 27.06.01

En admettant que le psychisme soit une direction donnée à toutes les psychés, le psychisme serait donc un courant. Il est certainement bien de développer la prévention, afin de maintenir les psychés dans le psychisme (autant dire le droit chemin…). Cependant les déviants sont toujours là, et si il n'est pas développé de moyens (de soins en plus de la prévention) pour les ramener au courant dominant, ils resteront à l'avenir des déviants (et des exclus). De plus ces déviants seront au fil du temps remplacés par d'autres déviants, étant entendu qu'il existera toujours de la transgression psychique (autrement appelée folie).
Privilégier la prévention c'est privilégier les biens portants. Et nous devons aussi admettre le devoir de développer les moyens nécessaires à ramener les déviants dans le psychisme ambiant.
La folie que l'on appelle parfois liberté ou progrès, quelques-uns uns en tombent et il faut des moyens ou une histoire, de les relever.
On traque la folie au plus près, grandissant la connaissance du possible, du psychisme. Et la société a-t-elle besoin de ses fous, ses butoirs, ses boucs émissaires, etc….

Je mentionne un phénomène, celui de déprimer et de compenser.

27.06.01

L'ambition et sa reconnaissance jouent dans le maintien ou l'exclusion du psychisme ambiant.
Elles sont faussées dans le domaine du théâtre, où se gère la carrière, non la création. Dans le jeu, (déjà le jeu malsain du chômage) de ces deux objets. On gagne sa place, on ne fait pas de l'art.

03.07.01

Curieuse économie sociale de la qualité et du défaut.
Économie aussi de la redevabilité (= rendement).

Aimer pourrait-il être de couvrir les défauts de l'autre.
Si on est aidé, on aidera certainement d'autres que ceux qui nous ont aidés.

09.08.01

Prévention.
Reconnaissance.
Sécurité (Maîtrise…)

11.08.01

Interdépendance de l'intégration sociale et de l'intégration intellectuelle.

15.08.01

Ne plus se reconnaître soi-même… ?

Economie de se reconnaître et d'être reconnu.

25.08.01

Les concernés ne sont pas informés (de leur nouveau monde…).
Série de mesures et de réflexions :
- créer une antenne médicale et sociale, un

office d'orientation post psychiatrie, au soin de l'état.
- créer un document de présentation du réseau (psychiatrie et alternatives) donné au patient psychique à l'entrée ou à la sortie de Belle-Idée, au soin de l'état.
- le droit à l'information est un droit du patient, un droit de l'homme.
- éviter de disperser les forces d'associations en représentations inutiles.
- toucher les vrais concernés.
- les informer de ce qui se passe pour eux (psychiatrie et social…)

29.08.01

Système et économie de la reconnaissance, oui, mais la jalousie… (reconnaissance négative ?).

07.09.01

Économie de la reconnaissance pour une société de comédiens.

08.09.01

La reconnaissance et son économie s'opposent à l'intelligence. Celle-ci, même par fragments, rejoint la réalité, même par fragment, rejoint une cohérence. Si, par fragments aussi, l'exclusion existe, on indique la déviance au système normé et il y la mise en place de processus (système) de réintégration, de rattrapage, de récupération.

10.09.01

Réédifier une intelligence où la jalousie (affect psy) n'intervient pas.

21.09.01

Si l'on admet la reconnaissance comme un précédent de l'identité (de la personnalité), comment définir celle-ci en cas de reconnaissance négative (un pouvoir et une volonté…).
Si l'on statue sur la reconnaissance (sans distinguos et sans exclusion politique…), toutes les influences, autant négatives que positives (et toutes inconscientes) jouent. Alors comment se prémunir (conscience) des négatives (menant à l'exclusion).

- défaut de reconnaissance, (non manque, mais indistinction positives-négatives).
- déviance (sociale, individuelle, psychique ou intellectuelle).
- regagner sur la norme sociale (quotidien, activité, comportement, objectifs)

22.09.01

Au travers des médias, par exemple, la culpabilité et la peur engendrent le stress, qui pourrait être évité par le développement du phénomène de sécurité (ou sûreté.) Etre sûr de soi et être sûr de son environnement.

29.09.01

Si la politique libérale est celle du laisser-passer laisser-faire, est –elle aussi celle du laisser-penser laisser-dire ?

30.09.01

La reconnaissance est toujours positive, pour autant qu'on sache la décrypter.
Savoir la décrypter est un phénomène de prévention.
Le drame est de prendre du faux pour du vrai, c'est l'histoire et le destin de chacun, où l'erreur nous apprend…
La violence administrative remplace peut-être la politesse par une vérité, où la violence représente peut-être le choix de vérité d'une société à la dérive.

Chacun a-t-il droit au succès, à la réussite ?

La clé de la réussite est-elle la prévention ?
Cela implique d'apprendre à reconnaître, dans les enjeux de (des) l'ambition (s), la reconnaissance positive de la négative.

04.10.01

L'arme de la reconnaissance se retourne contre celui qui n'est pas d'accord.

05.10.01

Reconnaître de l'intelligence à l'autre est un à priori (un devoir).
La lutte de pouvoir est une lutte d'intelligence (de reconnaissance d'intelligence ou non).
Nier l'intelligence est une (fausse) ascendance.
À affiner.

07.10.01

Reconnaissance.
On ne fait plus une chose pour elle-même, pour sa bonne facture, pour sa réussite, pour son excellence, pour sa perfection, pour sa qualité, pour sa justesse, mais pour sa reconnaissance, son intégration (dans une justesse normée et sous les regards jaloux) au système, entraînant l'acte dans les devoirs de séduction et de compétition, où la représentation même devient sans plus d'objet.

Dans la course à la reconnaissance, il n'y aurait même plus le plaisir dans l'acte même, nous entraînant dans une économie de la représentation, où il y a trop de faux-semblants pour que l'on puisse s'y reconnaître (discerner et estimer la valeur vraisemblante)...
À moins de se reposer sur séduction et compétition, et d'être entraîné vers quelle société ?

08.10.01

La reconnaissance est un sentiment, subjectif… Affect opposé à l'intellect ?

Sans distorsion (et ceci est très important), il convient de distinguer les signes de la reconnaissance, dans leur expression, des moyens de leur lecture, distinction où le sens peut varier de l'émetteur au récepteur. On pourra déjà admettre là la reconnaissance comme un langage, un langage commun.
Pour sa perpétuation la société se doit de préserver :
- 1) au travers de sa dignité, l'être social, individu ou groupe.
- 2) le lien social, tendant à la cohésion et à la cohérence.

L'usage d'un langage commun, peut-être celui de la reconnaissance, fait partie du lien social, au sens où c'est lui qui constitue en grande partie le lien lui-même.

De ce corpus de réflexions, il devrait être possible de tirer un texte raisonné d'environ une dizaine de pages.

Jean-Marc Allaman

En lien avec la Planification Sanitaire Qualitative de l'État de Genève 2001-2002

LETTRE OUVERTE À LA PSQ

Pour le 6 décembre 2001

Franchement, oui, je suis contre.
Contre l'autosatisfaction béate du système psychiatrique au mépris du patient et de sa communauté.
Naturellement le régime despotique de la psychiatrie s'oppose à l'idée même de la communauté pour laquelle elle est sensée travailler. Une communauté citoyenne avec son pouvoir, ses droits, son autonomie, ses possibilités d'activités et de formation. Mais quelle forme sociale lui donner ?

Abus de pouvoir, on déplace le sens des mots : l'hyperstimulation que constitue l'enfermement, le traitement forcé et le mépris du consentement éclairé, glisse au doux nom d'hypostimulation. On veut avoir la paix…
Comment une ville de l'importance de Genève peut-elle se permettre plus d'une centaine de suicides par années (comme autant de fusibles sociaux qui claquent), sans même se poser les bonnes questions de ce qui entraîne ce phénomène ?
Quel respect a-t-on de la parole de ceux qui partent au suicide ?

Je rêve aussi d'une psychiatrie qui réponde à mes besoins, même si je suis en bonne santé et que l'asile n'est qu'un risque.

Ose-t-on parler de communauté psychiatrique ?
D'un côté une communauté médicale très organisée, de l'autre une communauté

désorganisée de soignés. Question : qui tire ainsi profit du système d'ensemble ? Le soigné psychiatrique est une victime sociale, preuve en est son défaut de droit en psychiatrie…
Pour la communauté citoyenne à l'asile !
Tentons sur des fondements démocratiques, d'organiser la communauté des patients, à l'asile déjà (un rêve que peu d'entre nous s'autorise), dans les associations d'aide ou d'entraide, et même dans des entreprises. Tout l'environnement social de cette communauté devrait être retravaillé…

Suis-je l'étranger, votre victime. Le sens-je, moi victime autonome. Me le faites-vous sentir, à moi victime hétéronome.

La tiers-victimisation est-elle un phénomène social indispensable ? Une minorité, victime idéale, pourra-t-elle inventer ce modèle communautaire où l'on ne reproduit pas le modèle «dominant» et où la victime n'existe pas ?
La communauté, le collectif, a déjà pris de nombreuses formes dans nos sociétés : elle est affective, sociale, intellectuelle, d'habitation, de formation, etc.
La communauté véhicule tous les phénomènes psychiques : autant d'affects, d'intellects, d'actes et de gestes issus d'une volonté.
Il semble malheureusement que nous ayons toujours besoin d'un plus petit que soi.
La fédération MottattoM qui accueille l'association L'Expérience, l'écoute-t-elle, fait-elle du social en la gardant comme parent pauvre à charge, et peut-elle ainsi revendiquer plus de soutien auprès des autorités ? La minorité s'appuie-t-elle sur une minorité… Une victime ?
Le réflexe est de désigner une victime, sous-tendu par la croyance en un pouvoir, ne serait-ce que celui de ne jamais être ou devenir victime soi-même. Là déjà se justifie la lutte de pouvoir dans un schéma tripartite indiquant un rapport de pouvoir. Et les culpabilités refoulées circulent jusqu'en des impasses d'où elles ne sortent plus, jusqu'en des vasques, pauvres fous…
La leçon est que son innocence s'achète au prix de la culpabilité de l'autre…
Un modèle communautaire de la différence devrait pouvoir désamorcer cette fatale bombe à retardement….
Le conseil d'un ami : Je me placerai toujours du côté du plus faible…

Je reconnais que je n'ai pas su reconnaître. Pas su reconnaître mes ennemis.
Et se reconnaître en victime, de manière autonome ou hétéronome, conjugué avec le devoir de perfection qui en découle, constituerait-il l'idéal humain ?
Moins on a de moyens de se parfaire, plus le devoir de perfection est grand…

La reconnaissance pourrait-elle travailler contre la tiers-victimisation, contre l'exclusion ?
Si je me reconnais des ennemis, je me victimise, et ce n'est pas supportable.
Si mes ennemis me désignent (me reconnaissent !) en victime, je suis victimisé.
La place est la même, sauf la responsabilité. Mais quelle vie ? Victime et conscient de l'être ?
Si je ne me reconnais pas d'ennemis, une forme de non-violence, une vie tranquille peut-être ; une pensée à suivre…

Je ne suis pas (ou plus) victime. Mais n'ayant pas su reconnaître mes ennemis (et ma victimisation), j'ai été (comme on est) victimisé sans le savoir.
Y a-t-il un autre choix qu'être victime ou

dominer, un autre choix que victime ou bourreau (le suicide réunissant les deux…) ?
Pour déjouer un système qui de toute façon la sacrifiera, la victime consciente du schéma de tiers-victimisation préfèrera se sacrifier elle-même (suicide) et mettre ainsi le système en échec.

Quelle autre réponse que le suicide la victime pourrait-elle proposer ?
Employer le paradoxe de reproduire le schéma de tiers-victimisation, soit que la victime désigne une nouvelle victime ?
On repousse la place de la victime sur une autre victime et on obtient une chaîne sociale victimante. Et une minorité trouve ainsi sa minorité, qui trouve sa minorité, jusqu'à l'individu qui trouvera en lui sa propre victime, et sera conduit au suicide…
Ou alors concevoir le schéma de tiers-victimisation comme une place de victime tournante dans le temps, entre moi, toi et lui ?
Comment une victime pourrait-elle sortir (de soi-même ou grâce à autrui) de son rôle de victime ?
La question devient celle de savoir s'il est possible de profiter du rôle de la victime (de la cloche, du fou), là où la réponse, derrière une distance et un sourire, aide à vivre.
Et sortir du schéma de la tiers-victimisation serait-ce une utopie, un rêve de monde idéal, une impossibilité ?
La non-violence saurait-elle déjà jeter des éléments de base de cette perspective ?
Echapper à la barbarie du tous contre tous par le tous contre un est un truc de l'histoire. La politique du un contre tous devrait aussi alors être envisagée... Et l'on finira même aussi par se passer de tous les intermédiaires, vers le rapport direct du un contre un ou mieux du un avec un. Vers l'utopie du tous avec tous…

Aussi, dans le schéma tripartite de la tiers-victimisation ne reconnaît-on, en fin de compte, que deux parties, le bourreau (multiple) et la victime (unique). Deux termes qu'à l'ère de la communication nous réduirons à celui de partenaire. Des partenaires. En collaboration et sans victime expiatoire.

L'hétéronomie n'est rien si tout au bout il n'y a pas d'autonomie.
Elle est tout au plus l'expression d'une relativité.
Et l'autonomie est un absolu.
Mais les lois que se donne l'individu sont certainement un mélange d'autonomie et d'hétéronomie. Le lien social a lieu au travers d'un langage commun dans lequel il est intéressant de voir comme la reconnaissance, phénomène bien abordé par nous jusqu'à présent, fonctionne en tant que porte sentimentale. Elle ouvre en effet dans l'espace interpersonnel la dimension individuelle des lois individuelles, les sentiments. Le psychisme serait alors là garant de l'économie de la dizaine de sentiments existants, et la psychiatrie serait sensée servir là de tuteur à toute gestion sentimentale défaillante (sic !)
On aurait pu aussi emprunter une autre porte, un autre sentiment. Par la confiance par exemple, pour accéder à ce qui justifie l'existence de la norme (elle donne confiance, on prend confiance si on répond à la règle, on gagne un sentiment de sécurité, de sûreté) et pour accéder à ce qui traduit l'effet de l'écart que l'on peut prendre de la norme, ce que sont la révolte, la passion, etc.
L'activité sentimentale se traduit par des comportements, par une adéquation à la réalité, et règle ainsi la corrélation des lois individuelles, qu'elles soient autogènes ou hétérogènes.

L'intelligence n'est peut-être pas de savoir reconnaître, ni même de savoir connaître, mais peut-être de savoir tout court.
Deux aspects de l'intelligence sont la cohérence et l'expérience. La reconnaissance, elle, ne peut (ne doit) être que celle de l'œuvre de l'être, elle ne peut être celle de l'être lui-même, pris tel un pion dans les jeux de pouvoir, intellectuels ou autres. Œuvre regardée comme production, dans une optique marxiste ou dans l'optique économique moderne.

L'œuvre, comme produit de l'activité, fondera la reconnaissance du public de l'association L'Expérience par exemple. Mais cette reconnaissance ne fonde pas l'association, dont les enjeux sont certainement plus simples et plus vitaux.
Pour dire encore mes moyens d'exprimer le projet que j'ai créé, sachez que le texte fondateur de l'association L'Expérience tient autant de la psychologie, de la sociologie, de la philosophie, du travail social, que de la dissertation et de l'exposé…
Et pour ce qui est de sa philosophie au quotidien, L'Expérience a aujourd'hui urgemment besoin d'un lieu et d'argent, et à défaut elle sera suspendue jusqu'à l'obtention des moyens de son existence.

Jean-Marc Allaman
05.12.01

En lien avec la Planification Sanitaire Qualitative de l'État de Genève 2001-2002

16.01.02

INTERDICTION DE DÉRIVER

La prévention ne peut s'inscrire que dans un contexte idéologique, sociologique et politique, donné.

Aucun système ne saurait prévenir la chute de quelques sacrifiés. Ni l'utopie libérale, ni le maoïsme sournois, ni le capitalisme usurpateur, ni quelque règne culturel. Des identités en opposition, issues de l'interdit mimétique, un produit maison en somme. Pas d'autre choix que le choix de tous. Pas d'histoire individuelle. Le service social. Prévenir est-il d'ouvrir le choix, comme la non-violence, au-delà de la résistance passive, ouvre la frontière de la tolérance, travaille toujours cette limite.

Prévenir ne peut être que les moyens de la prévention, tout connaître. Je ne peux pas, je m'étonne encore. Obligation sans choix. Dictat, sans autre. Ma dignité, ma fierté comme je l'appelle, en reste bien éloignée. Dans l'irréductible expérience de chacun, il est important et nécessaire d'être là et de travailler ensemble des outils du réel pour ramener celui qui dérive au-delà de sa propre raison. La prévention se pose ainsi un peu en leurre social, pour ne rien changer au fait psychiatrique. Honteux. Changeons déjà une science mal servie, où règne encore trop d'abus.

Une maille psycho-socio-géo-politique de mon expérience de vie qui serait revisitée (je rends hommage à l'habile intellectuel statisticien, sauf qu'il ne peut s'agir, selon moi, que d'une autoanalyse) rendrait de précieux renseignements à réagencer en une pleine conscience

qui me corresponde et m'agisse en comportements adéquats. J'ai écrit noir sur blanc cette période clé de 1983 à 1991, où gisent deux tentatives de suicide en 90 et 91.

(…) Sur fond de traumatisme (par un événement) fragilisant, mon lot a été lourd, origine de la longue crise de mon psychisme. Pour ne pas raconter le silence lourd de ma propre histoire, je dirai la prévention qu'il en aurait fallu. D'abord une prévention par des cours de psychologie à l'école destinés à prévenir, à permettre de mieux gérer les éventuels traumatismes, notamment ceux consécutifs à des suicides. Prévention ensuite dans une meilleure prise en charge de ceux qui sont touchés par un traumatisme, par exemple par un suicide. Il y a à Genève une centaine de suicides par année, d'où chaque année une centaine de «groupes» à encadrer, la santé devrait pouvoir s'en occuper. Le suicide a un sens, la collectivité ne peut l'ignorer. Un fusible social qui claque, auquel correspond une dimension sociogéographique à déterminer, et où la santé devrait assumer sa responsabilité. Ceci afin d'éviter la confusion, de ne pas laisser de terrain à la maladie psychique (fragilité…).
Prévention enfin par interdiction de direction et d'enseignement dans les écoles de personnes susceptibles de viol de conscience ou de viol sexuel… qui peuvent conduire à la maladie psychique ou à d'autres déviances.

Prévenir, comment faire pour ne pas vivre la crise ? Peut-on ? Consolider le psychisme par un travail psycho-social en un temps et en un lieu avant d'aller à l'asile (et ainsi savoir qu'on pourrait l'affronter ?) ?

La générosité, intellectuelle notamment, jouera sans doute aussi un rôle clé dans la découverte des moyens de sa santé mentale.
Pour autant aussi qu'idéologie et pouvoir cessent d'être séparés au profit d'ambitions personnelles humainement inacceptables.

Mais on comprend aussi qu'une société en crise génère des individualismes sans égards pour autrui, comme on comprend qu'une société en croissance génère de la place et de l'altruisme pour presque chacun de ses membres.

Comprenez aussi, si je parle de pouvoir de la communauté, que je ne parle pas de communisme, dont la faillite est plus que visible de nos jours, tout du moins dans sa forme structurelle… Schéma du pouvoir communiste, où conscience et connaissance par l'élite du réseau communautaire, des rôles, et des pôles de leader et de victime, formant une sorte de «sociologie», assurent à cette élite une position et une stabilité encore plus incontestable que dans un système qu'il veut combattre, mais dont il garde l'héritage, maintenant le plus possible son prolétariat dans l'ignorance de tout cela, au travers notamment de la propagande.

Je vous ai écrit tout cela, quelles réponses maintenant puis-je en attendre ? Au-delà même de l'absence ?

P.S. Un sujet peut-être pour une prochaine réunion :
si «Science sans conscience n'est que ruine de l'âme»,
alors «Psychiatrie sans psychologie n'est aussi que ruine de l'âme (Psyché)».

P.S. bis : On peut inventer une prévention, on inventera ensuite sa perversion…

P.S. ter : Un apport concret qui pourrait être fait dans le no man's land proposé aux patients en sortie de l'asile, serait d'éditer à leur intention un catalogue des ressources en rapport avec leurs besoins, et qui leur permette de commencer à s'y retrouver…

Genève, le 24 mars 2004

au DASS/Etat de Genève

Concerne : consultation au 1er mars 04 sur le projet de quatre nouvelles lois sur la santé à Genève par le Département de l'Action Sociale et de la Santé de l'Etat de Genève.

Monsieur,

Veuillez trouver ci-après la prise de position de notre association, qui remplace et annule le brouillon que nous vous avons fait parvenir par erreur le 2 mars dernier.
Nous vous remercions du délai que vous nous avez accordé jusqu'à aujourd'hui.
Dans l'attente de votre réponse, et en vous remerciant de votre compréhension, nous vous prions d'agréer, Monsieur, nos sentiments distingués.

Association L'Expérience
Jean-Marc Allaman

Annexes : - prise de position de l'association L'Expérience
- commentaires sur les lois
- Annexe manquante
- Annexe manquante

Argumentaire et prise de position de l'association L'Expérience sur le projet de quatre lois sanitaires à Genève par le DASS de l'Etat de Genève.

Soyons fous, soyons idéalistes !

Lire la loi devrait être facile. La défendre est difficile.
Nous devrions tous être égaux devant la loi, elle doit être équitable pour tous.

Nous n'avons pas de commentaires sur le projet de loi sur les établissements publics médicaux.
Pour le projet de loi sur la santé, il nous est apparu comme un objet de grande cohérence, même si nous y avons des remarques, sur lesquelles nous reviendrons plus tard.
Pour le projet de loi sur la privation de liberté à des fins d'assistance, son fondement nous parait tellement incertain, sa formulation tellement ambiguë et floue, que nous pensons qu'il faudrait entièrement la remplacer.
Pour le projet de loi sur la commission de surveillance des professions de la santé et des droits des patients, qui propose une structure à priori intéressante, réduisant non pas l'engagement humain, mais les structures, nous y saluons l'introduction d'instances de médiations et de la participation patiente, même si celle-ci est sous-représentée, au sein de la commission et de sa délégation. Nous estimons cependant qu'il s'agit là, pour tout ce qui pourrait être du ressort de la justice, d'un tribunal d'exception, et nous demandons que cela cesse d'être le cas.

Médecine et justice

De nouvelles lois sanitaires à Genève devraient permettre d'écarter les confusions qui existent entre médecine et justice. La principale confusion tient au fait que prisonniers de droit commun et patients psychiques en privation de liberté à des fins d'assistance sont deux populations sous un même droit de tutelle, et que l'on distingue mal les deux régimes, de peine ou de soin. Les prisonniers purgent une peine pour un délit commis, les patients psychiques sont soignés, bien souvent parce qu'ils ont été victimes de délits. Pour les deux groupes, on distingue encore les personnes en capacité de discernement de celles qui sont en incapacité de discernement, et toutes sont pourvues d'un représentant légal, tuteur ou curateur.
La qualité d'interlocuteur ne peut être la même pour le patient psychique et pour le prisonnier.
En privation de liberté à des fins d'assistance, qui n'autorise que l'admission contre son gré en établissement psychiatrique, le patient psychique, en accord avec son représentant légal suivant les art. 409 ss CCS, est aussi en droit de se soigner et de voir ses besoins et ses demandes négociées par les soignants.
Rappelons aussi que la capacité de discernement n'existe peut-être qu'au travers de son exercice, et qu'il peut ainsi exister un véritable travail sur la capacité de discernement, et qu'enfin aussi la notion de consentement éclairé soit éclairée…
Eviter la confusion encore, pour que soient respectés les droits des patients, des patients psychiques, et leur intégration sociale, loin du champ de la délinquance et des contraintes, pour une vraie assistance.

L'acte d'internement forcé du psychiatre est une dénonciation à l'autorité tutélaire, un acte de droit commun, non médical, une privation de liberté à des fins d'assistance, et par suite de cette contrainte on comprendra facilement qu'il ne puisse être le tuteur que la loi lui donne d'être. Cela démontre la nécessité d'une autre forme de représentation légale.
Egaux devant la loi, une même dénonciation devrait être possible pour le patient, mais on sait qu'elle se heurte à l'assermentation du psychiatre et à la protection des soignants en général.
L'invention d'une loi de protection des patients psychiques serait bien utile.
Les entrées volontaires en institutions de psychiatrie ne forment qu'une petite partie des admissions, et ces patients psychiques peuvent déterminer librement l'ensemble de ce qui concerne leur séjour, sauf si ils sont dénoncés à l'autorité de tutelle et privés de liberté à des fins d'assistance.
La dangerosité, pour soi ou pour autrui, est une notion extrêmement délicate à utiliser en psychiatrie ou dans une loi s'y rapportant, par l'amalgame évident qu'elle engendre de la souffrance psychique avec la délinquance.
L'équité entre différentes populations commande un même système légal pour les unes et pour les autres, une justice impartiale, et si l'exception d'une loi de privation de liberté à des fins d'assistance doit exister, elle doit être cadrée très serrée et interdire les dérives. Pour s'y retrouver, la personne ne doit pas avoir à changer de cadre juridique sur un territoire où il n'y a pas de dedans et de dehors, pas de frontière.

La commission de surveillance

Le droit dérive dans le champ de la médecine.
La commission de surveillance, qui ne peut être juge et partie, est une commission médicale, réunissant patients et soignants, dépendante de la justice.
Ne créons pas une justice d'exception, et que le droit commun règle équitablement les litiges résultant de l'activité médicale.
Au sein d'une telle commission, nous revendiquons la parité patients-soignants.

Souffrance psychique et délinquance

La santé est un état d'équilibre physique, psychique et social qui favorise, à tout âge, l'épanouissement de la personne au sein de la collectivité. La santé psychique est peut-être l'état d'être de la personne pouvant faire usage de ses sentiments positifs (confiance, etc.), à l'exception des sentiments négatifs (peur, etc.), qui servent à l'alerte et à la défense de la personne en cas de danger. Une sorte de sociabilité opposable à toute forme de contrainte…

a) Le danger

Les notions de danger et de mise en danger doivent être définies, les dérives en sont trop faciles et trop préjudiciables.
L'atteinte à la santé psychique est caractérisée, la souffrance psychique est sensible, jusqu'au suicide, mais un réel danger pour la santé psychique existe-t-il, ou est-ce croyance ?
C'est la souffrance, non comme on la ressent, mais comme on la regarde socialement, qui est un danger, les souffrants sont prêts à n'importe quelle extrémité pour ne plus souffrir, regagner le confort de la moyenne des gens, y compris en se sacrifiant eux-mêmes. La souffrance est un danger social.
Quand elle n'est pas vécue en une réalité quotidienne, en-soi où la quête humaine d'un bonheur est aussi raisonnable qu'ailleurs.

Alors éloignons ceux qui souffrent, enfermons-les. Pour notre sécurité, la sécurité de nos psychismes… N'autorisons pas le rétablissement, nous finirions par payer le prix de notre culpabilité, de la culpabilité des délits et des crimes qui sont cause de tant de souffrance. Pour une société délivrée de toute souffrance, blindée.
Absurde. La vie ne pourrait-elle pas reprendre ses droits ?
Ainsi, le danger et la mise en danger doivent être clairement définis, de même que le danger pour la santé psychique, s'il existe.
Le vrai danger ne serait qu'une agression physique ou vitale, non la menace, insuffisante à moins de saisir la justice. Ceci est valable pour toute population, patients psychiques, patients somatiques, ou non-patients. Pour une population, dans quelque cadre que ce soit, les infractions au droit commun peuvent être jugées, la décision pouvant être soit une amende, soit une peine de prison, soit une admission contre son gré dans un établissement de santé. Mais tout n'est pas infraction, distinguons : la perturbation sociale gestuelle ou verbale n'est pas un danger (sauf harcèlement et manipulation ?), si elle n'est pas une agression physique. Les patients psychiques ne sont pas des contrevenants au code social, mais s'ils l'étaient, ils ne devraient pas déroger au droit commun. En institution psychiatrique cependant, puisque la prison y est interdite et qu'une admission contre son gré en établissement de santé serait un paradoxe, seule l'amende, voire les travaux d'utilité collective, seraient efficients. Ou d'autres moyens non-violents que je laisse à votre imagination…
Dans le respect des droits du patient, du citoyen.
La justice ne condamne pas le suicidé. Elle ne le peut pas. Les délinquants et les criminels sont condamnés, sauf ceux qui échappent à la justice…
La police veille à éviter le danger pour autrui. Pour le danger pour soi, des accompagnements peuvent exister. Privés de liberté, il n'y a qu'un petit nombre de patients psychiques dont on pourrait réellement dire qu'ils puissent représenter un danger pour soi ou pour autrui.
Gardes-malades, gardes-fous, police, les soignants pourraient véritablement accompagner ces personnes en danger pour soi, non les enfermer et les soumettre à contraintes, et instruire les personnes en danger pour autrui de leur responsabilité légale, non les enfermer et les soumettre à contraintes.
La définition du danger doit ressortir du droit commun, la justice n'appartient pas à la médecine, et un service de police dépendant de la justice devrait exister au sein des institutions de psychiatrie pour régler les difficultés liées au danger pour autrui.
A l'art. 5 du projet de loi sur la privation de liberté à des fins d'assistance, nous contestons la présence des notions de danger pour soi ou pour autrui, à moins d'y ajouter le grave état d'abandon ou une autre cause qui se détache d'incidences délictuelles ou criminelles, afin encore une fois d'essayer d'éviter la confusion et l'amalgame entre souffrants psychiques et délinquants.
Le danger pour soi ou pour autrui tend aussi à devenir un instrument pour contraindre avant la faute, pour punir préventivement, tel 'prévenir vaut mieux que guérir'. Nous avons le devoir de rester attentif à l'usage raisonnable de cette 'prévention', au glissement possible vers une privation de droit, interdite.
Et quel libre-arbitre le patient psychique va-t-il avoir pour estimer, lui, un danger, et quelles voies de droit va-t-on lui donner pour exercer sa citoyenneté ? Mais là encore, on se heurte à l'assermentation du médecin, à la protection des soignants…

b) Les souffrants psychiques et les délinquants

Faisons la différence entre délinquants et souffrants psychiques. Un petit schéma. Divisons notre société en trois groupes, les gens sans problèmes (?), les délinquants, les souffrants psychiques. Mettons-les dans leur milieu naturel, le monde libre, la prison, l'asile (ou l'institution psychiatrique).
Les gens sans problèmes dans le monde libre ne nous intéressent pas. De plus, nous avons bien sûr le délinquant du monde simple de la prison, et celui de l'asile de la prison. Ajoutons que tous les délinquants ne sont pas en prison…
Faisons l'hypothèse, hardie, que la majorité des troubles psychiques sont d'origine délinquante.

Nous retrouvons en asile le souffrant psychique qui est le plus souvent une victime de délit, le souffrant psychique pur, si j'ose dire et s'il existe, c'est-à-dire celui qui souffre sans cause, et le souffrant psychique délinquant, qui bénéficie de l'immunité psychiatrique, puisqu'il n'y a pas de prison à l'asile. La norme pour chaque espace est, respectivement, les gens sans problèmes dans le monde libre, les délinquants dans le monde simple de la prison, et les souffrants psychiques purs dans l'asile.
Résumons encore les contraintes de chaque espace. Pour le monde libre : aucune. Pour le monde simple de la prison : habiter une cellule (env. 9m2, il me semble), suivre le règlement, être astreint à un travail d'utilité collective. Pour l'asile psychiatrique, attention : habiter, c'est beaucoup dire, une chambre (env. même dimension qu'une cellule de prison), où le patient psychique ne peut rien aménager (contrairement aux prisonniers), suivre le règlement, cela va sans dire, mais surtout subir un régime de contraintes et d'humiliations, les violences et les excès, pour ne pas dire les abus, d'une psychiatrie instituée dont le but avoué est l'assistance et les soins. Il y a là une logique contradictoire.
Par son action, ses excès, ses abus, ses violences (enfermement, traitements forcés, mépris du consentement éclairé, etc.), la psychiatrie instituée chercherait-elle à couvrir les délinquants et les criminels à l'origine de nombre de troubles psychiques ? Comme si on s'inspirait d'une loi de la nature, la loi de la jungle, pour conserver les plus forts et éliminer les plus faibles, pour avoir la paix et pour avoir la conscience tranquille.
On ajoute à la souffrance de la personne la souffrance engendrée par un système psychiatrique sensé assister et soigner. Il y a là une éthique douteuse.
Si l'hôpital, dans son traitement de la douleur, proposait au patient qui souffre d'une sciatique aiguë un grand coup de massue à l'abdomen qui lui ferait oublier sa douleur première, cela ferait bien rire tout le monde. Le sérieux des soins n'est ni dans la violence, ni dans les contraintes.
Et si c'est calculer qu'il faut dégoûter les gens du système psychiatrique pour qu'ils n'y reviennent plus, ce n'est pas soigner et assister les gens, c'est les abrutir.

c) La capacité de discernement

La capacité de discernement est un degré de discernement. L'incapacité de discernement n'est pas l'absence de discernement (que serait-on à ce moment-là ?), donc elle est un certain degré de discernement.
Par hypothèse, l'incapacité de discernement est un alibi pour ignorer le patient, la décision avec lui, la négociation de ses besoins, de ses demandes. De plus, est-ce que fonder la capacité de discernement n'est pas de l'exercer ? Cet exercice est-il au programme ?
L'incapacité de discernement peut aussi être une protection sociale, qui n'est plus utile en établissement, ce qui signifie que la personne devrait pouvoir librement exercer sa capacité de discernement afin de songer à sa réintégration sociale.
Résoudra-t-on l'incapacité de discernement ? Pour cela, déjà écouter, entendre et négocier les besoins et les demandes du patient. A la pratique psychiatrique, qui néglige encore trop cette dimension de la relation, s'ajoute la loi, et aussi le nouveau projet de loi, qui protège trop peu l'autodétermination, la volonté du patient psychique. Et si le patient est au centre, il est nécessaire que ce devoir médical soit renforcé.
Nous demandons que dans le projet de lois la mention du 'consentement libre et éclairé' soit complétée par 'et explicite et écrit', et que pour respecter les droits des patients en privation de liberté à des fins d'assistance, les actes de consentement écrits soient co-signés par le patient et par son représentant légal.
Nous demandons que le consentement soit explicite, afin qu'une absence de consentement ne soit pas pris pour un consentement (on ne peut pas éthiquement compter avec la maxime 'qui ne dit mot consent ').

Privation de liberté à des fins d'assistance et contraintes

Nous dénonçons le projet de loi pour la privation de liberté à des fins d'assistance.
Arbitraire, il ne change rien à la situation actuelle, il nous semble inutile et inapproprié.
Nous réclamons une loi qui règle judicieusement la restriction de liberté à des fins d'assistance.
La loi sur la privation de liberté à des fins d'assistance entraîne avec elle toutes les contraintes qui peuvent exister dans les institutions de psychiatrie, notamment l'enfermement, les traitements forcés, l'absence de choix d'alternatives, le mépris du consentement éclairé, elle draine avec elles tous les excès, les abus, les humiliations.
Les contraintes contaminent tout le système de soins, le rendant inefficient.
Cette loi est un outil de prévention pour la tranquillité des soignants, le droit citoyen en est absent. Elle correspond à un régime de prisonniers renforcé.
Son titre est équivoque.
Une autre loi, un autre régime, pour des innocents, de vrais droits patients, choisir pour un traitement, une alternative, ou pour rien, pour un médecin ou pour un autre soignant, pour des médicaments ou sans. Pour tout cela, la liberté de choix du patient. Une loi qui ne permette pas de justifier autre chose que la restriction de liberté à un périmètre géographico-temporel donné et l'admission là contre son gré. Pas nécessairement l'asile. Mais cette loi n'est là que pour justifier l'existence de l'asile…
Les contraintes, si il doit y en avoir, et les droits, doivent faire l'objet de règlements, à l'élaboration desquelles doivent être conviées toutes les parties en causes. Règlements de droit commun.
Nous ne voulons pas de la discrimination et de l'exclusion d'une loi d'exception.
La loi ne règle que l'admission contre son gré dans un périmètre, rien d'autre.
D'une contrainte, on glisse vers toutes, au mépris de la dignité humaine. Il est nécessaire de restaurer cette dignité.
La restriction de liberté à un périmètre géographico-temporel est seule nécessaire et suffisante, elle doit conserver les droits intégraux du patient et le devoir des soignants de les respecter. Le ou les périmètres possibles doivent être définis, les temps de séjours, comme des peines, et même à titre provisoire, doivent être donnés, des évaluations fixées dans le temps.
L'enfermement est inhumain, la communauté est son antithèse. La psychiatrie communautaire a de l'avenir.
Le droit de contraintes est contraire à l'émancipation, qui, si nous la cherchons, oblige au devoir de soins, non au droit de contraintes.
L'élaboration d'un catalogue des contraintes, travaillé autant du côté des patients que du côté des soignants, serait sans doute nécessaire pour pouvoir discuter un jour, patients et soignants, sur les sens et les usages de la contrainte. En lien avec une loi ?
Déjà je vois que le mot contrainte s'utilise facilement quand on en applique, mais non quand on les reçoit… Et un principe d'équivalence qui nous fera appliquer des contraintes que déjà soi pourrait supporter, mais comment ne franchira-t-on pas la limite à la maltraitance et à la torture (et de ce côté-là, voit-on la souffrance, ce que peut ressentir le souffrant psychique …?).
Pour le fond, la loi de santé dit qu'il ne doit pas et qu'il n'y a pas de discrimination entre les patients, mais le projet de loi sur la privation de liberté à des fins d'assistance montre l'inverse.
Nous voulons une loi sur la privation de liberté à des fins d'assistance claire, qui, hormis la restriction de liberté dont nous avons parlé plus haut, soit un régime sans contraintes, avec respect intégral du droit patient et devoir de vrais soins de psychiatrie.

Un peu de cynisme encore : on interdit les contraintes et on les documente, comme regarder dans l'indifférence un documentaire sur la torture…

Dans la communauté

Avec la communauté, il s'agit de mettre le souffrant psychique en état de recevoir un traitement, donc de l'informer, de l'éclairer, et de respecter sa décision (car il existe une volonté de se soigner), non de lui faire subir un régime de contraintes contre-productif…
Si l'interprétation d'une loi autorise d'une contrainte toutes, cela va à l'encontre de toute fin d'assistance, de tout soin de psychiatrie, et de tous les droits des patients.

La dimension sociale du patient psychique

La problématique est moins sensible pour les patients somatiques que pour les patients psychiques, mais les possibilités d'éducation (aussi en prévention) et de formation du patient devraient être inscrites dans les articles de loi concernant les missions de la médecine, notamment de la psychiatrie.
Et si la psychiatrie, théorique et réflexive, pouvait considérer le patient comme l'humain dans son ensemble, avec son rapport à la réalité concrète, par le toucher, geste et parole, elle pourrait encore permettre son intégration au sein de la communauté, à commencer par la communauté psychiatrique, dont il est la raison d'être. Avec son aide et l'aide des associations qui le représentent, une telle intégration semble un enjeu prometteur pour l'avenir.
Un droit du patient est aussi absent du projet de lois. Le droit à l'activité. En psychiatrie sociale, surtout, cela parait indispensable, afin de véritablement tenir compte de la dimension sociale du patient psychique. Cette activité pourrait être supportée en partenariat avec les associations de souffrants psychiques, tant en activités créatrices qu'en groupes de discussion. L'exemple de la vie associative peut aussi être stimulante. Et une orientation vers les ressources du réseau des associations et institutions du territoire genevois pourrait déjà se faire.
Dans l'art. 1 de la loi sur la santé, le social comme élément de la santé indique que la promotion de l'intégration sociale est nécessaire à l'équilibre sanitaire. Il s'agit donc d'une responsabilité sociale, et pour assurer une continuité sociale entre les diverses structures de santé, le DASS pourrait-il aussi, dans le projet de lois, encourager les initiatives pour, et le développement de, l'intégration social du patient à sa sortie d'hôpital ?
Le projet de lois pourrait également structurer la présence possible des associations de souffrants psychiques et autres groupements dans les institutions de psychiatrie (avec des activités, des commissions patients-soignants, etc.).

Conclusion

Continuera-t-on d'augmenter les prérequis à la parole, simplement pour faire taire les gens ? L'élitisme n'est pas mon fort. Je préfère là déjà dire que ce qui exclue, ce n'est pas la maladie…
Le cursus psychiatrique du patient psychique est équivalent à l'expérience de vie que chacun peut avoir dans un cadre social donné et devrait être reconnu et validé comme tel.

Le souffrant psychique ne devrait jamais être conduit en asile, il faudrait véritablement avoir épuisé tous les premiers recours avant d'utiliser ce dernier-là, mais bien sûr je comprends, qui a encore du temps pour la souffrance dans notre société ?
La loi accordera-t-elle aussi au couple patient-représentant-légal, le temps d'étudier les alternatives de traitements et de médecins, avant que ne soit brandie la menace du danger, l'illusion de l'urgence ?
Et c'est encore la consolidation du pouvoir médical qui est au centre, au centre du projet de lois, le pouvoir patient n'y a pas encore sa place.
Mais je comprends, les enjeux économiques sont tels que ce sont les professionnels que l'on va chercher à protéger, non les patients (psychiques)…

Il ne s'agit pas d'éviter les délits du patient, mais de le soigner…
La souffrance psychique, le trouble, n'est pas de génération spontanée. Ses origines génétiques sont plus que douteuses, la piste délictuelle ou criminelle semble plus probable.
Dans le sentiment que son droit citoyen est égal à rien, que sa dignité est égale à zéro, on commence à comprendre la souffrance redoublée et la révolte impuissante du patient psychique. On l'entrave, on joue avec ses droits historiques de citoyen et d'homme. C'est inhumain, c'est un jeu que partout ailleurs on condamnerait.
Les patients somatiques n'ont pas, ou peu, cette difficulté-là.

Le projet de lois présenté devrait prendre plus garde à ce que l'équilibre social défini par l'art. 1 de la loi sur la santé ne soit pas rompu pour tel ou tel patient.
Le projet de lois ne développe pas assez les droits citoyens de recours.
Pour donner notre voix à ce projet de lois, il faudra que nous y voyions des avancées significatives du droit des patients (et surtout des patients psychiques), et à défaut nous appellerons à le refuser.
Le patient psychique devrait être vu et intégré en vrai citoyen, avec tous ses droits, si on ne veut pas entretenir l'exclusion sociale d'une société cynique.

On profite du projet de loi sur la privation de liberté à des fins d'assistance pour établir, pour des souffrants psychiques bien souvent déjà victimes de délits punis ou impunis, un régime de prisonniers de droit commun, où sont ignorés les vrais soins , la vraie assistance, à prodiguer, où disparaissent tous les droits des patients, où ils sont encore victimes de traitements forcés, du mépris de leur consentement, sans choix de traitements ou d'alternatives, sans pouvoir refuser les médicaments qui les paralysent, sans plus d'autodétermination, leur volonté est bafouée.
Ne devrait-on pas à l'inverse, leur donner, dans le périmètre de liberté que la loi définira, ces fins d'assistance, et donc ces soins de psychiatrie, qu'ils attendent, et qui sont incompatibles, à moins de volonté de négation et d'annihilation de la personne, avec toute forme de contrainte, qui ne doit être, on le voit ici, qu'un ultime recours.
Ils sont en droit d'avoir réponse à leur attente, ils sont en droit qu'on les écoute, que l'on respecte leur droit patient et citoyen. Trop souvent victimes déjà, ils réclament ce respect, avec lequel ils peuvent repartir dans leur vie, tout au long de leurs soins, d'activités, et dans la communauté.

Association L'Expérience/Jean-Marc Allaman,17.03.04

Merci à tous ceux qui m'ont apporté leur aide à l'écriture de ce texte.

Copie aux associations : Arcade 84, ATB, Face à Face, Galiffe, Le Biceps, Le Relais, Le REEV, L'Expérience, Ministère Sida, Parole, Pro Mente Sana, Psychex, Thaïs, Trajets, Vires.
Copie à Forum Santé.
Copie au DASEE de la Ville de Genève.

Prise de position de l'association L'Expérience sur le projet de quatre lois sanitaires genevoises du DASS/Etat de Genève

Remarques non-exhaustives sur les textes de lois en projet

Projet de loi sur la **privation de liberté à des fins d'assistance.**

Art. 3 alinéa 2 Demande de sortie : à qui ? à l'établissement, à la commission de surveillance, à la chambre des tutelles ?

Art. 7 Le certificat médical devrait être remis en copie au patient.

Art. 9 alinéa 2 Sur recours du patient, la décision devrait être suspendue jusqu'à décision de la commission de surveillance ou d'une autre autorité et la personne devrait être surveillée jusque là.

Art. 13 Les sorties dites temporaires devraient continuer de s'appeler sorties conditionnelles.

Projet de loi sur la **commission de surveillance des professions de la santé et des droits des patients.**

L'introduction dans la loi d'instances de médiation et d'une participation patiente est un point positif.

Tout au long des quatre textes de loi, il apparaît que le secret médical n'est pas toujours garanti.

Art.8 alinéa 1 Personne habilitée à décider des soins au nom du patient, cette notion devrait être égale à une décision prise par le représentant légal en accord avec le patient (c'est-à-dire en ayant obtenu le consentement éclairé du patient par le représentant légal).

Art.26 alinéa 1 Il manque un système de recours et d'ajournement de la décision.

Art.27 Il faudrait supprimer « le cas échéant ».

Art.28 alinéa 1 Il faudrait supprimer « pour autant que son état de santé le permette » et remplacer par « ou par un autre moyen ».
alinéa 3 Les compétences de la délégation sont trop larges et elle devrait dépendre ou de la commission de surveillance, ou de la justice.

Projet de loi sur la **santé**

Art.13 Il serait souhaitable d'avoir aussi un représentant des patients dans cette autorité supérieure.

Art.17 b) Education de la population, et en particulier des patients.
d) Il serait bien de renforcer ce point.
ef) Ces deux points sont polémiques et discutables.
j) La formule devrait être plus large et s'adresser encore à d'autres catégories de patients.

Art.21 Un bel article

Art.24 Un article utile

Art.29 alinéa 4 Une participation patiente est-elle prévue ?

Art.31 La participation des associations de patients est-elle prévue ? Si oui, de quelle manière ?

Art.41 alinéa 2 D'abord remplacer « manifestent » par « ont ».
Ils observent le règlement intérieur, à condition qu'il ne soit pas contraire à leurs intérêts, ce qui implique qu'il serait peut-être bien d'en avoir accord par les associations de patients.

Art.46 alinéa 1 Qu'en est-il de l'information en psychiatrie aujourd'hui ? Ce droit est important pour l'éducation du patient.
alinéa 2 Remplacer « peut demander » par « reçoit ».
alinéa 3 Le patient doit recevoir et signer un reçu…
alinéa 4 Confusion possible entre le patient décide et le professionnel de la santé décide.
La phrase « décider en toute connaissance de cause » correspond à élaborer son consentement éclairé (notion).

Art.50 alinéa 3 …en tenant compte de la volonté présumée de celui-ci et de son expression ?

Art.51 alinéa 4 Si la mise en cellule d'isolement à caractère carcéral est interdite, l'enfermement en chambre (qui équivaut à une cellule) doit aussi être interdit.

Art.52 Quelle information, quelle négociation, quel écrit, quel recours pour le patient ? Cela est indispensable, comme une voie de droit contre les abus. Cette voie de droit devrait être accessible sur place et dans l'heure (Par la délégation de la commission de surveillance ou autre). Un autre délai serait trop long, la contrainte serait passée. Il manque à cet article des mesures de médiation et de négociation préalables.

Art.93 Et l'incitation à la formation continue des patients ? Les associations de patients pourraient proposer des activités, ce qui aurait une double utilité, proposer de l'associatif et permettre geste et parole dans des activités.

L'Expérience/Jean-Marc Allaman/22.03.04

Copie aux associations : Arcade 84, ATB, Face à Face, Galiffe, Le Biceps, Le Relais, Le REEV, L'Expérience, Ministère Sida, Parole, Pro Mente Sana, Psychex, Thaïs, Trajets, Vires.
Copie à Forum Santé.
Copie au DASEE de la Ville de Genève.

Groupement d'Associations Genevoises
pour la Consultation de l'Avant-Projet
du Nouveau Droit de la Protection de
l'Adulte
p.a. Association L'Expérience
19, ch. du Château-Bloch
1219 Le Lignon
courriel : l.experience@bluewin.ch

12 et 13.01.04
Recommandé/LSI

Département Fédéral de Justice et Police
Palais Fédéral Ouest
3003 Berne

En 3 exemplaires.

Mesdames, Messieurs,

Notre groupement de consultation, basé sur les documents mentionnés en annexes, après discussions et réflexions, exprime sa volonté de voir revu et modifié l'avant-projet du nouveau droit de la protection de l'adulte sous l'angle d'un droit du patient égalitaire pour les patients somatiques et les patients psychiques, dans le respect du discernement et de l'autodétermination de chacun, avec la nécessité pour ce faire de pouvoir bénéficier de l'éclairage d'une ou plusieurs personnes de confiance, éclairantes, au sens de la notion de 'consentement éclairé'.

Merci de votre attention, et dans l'attente de votre réponse, nous vous prions d'agréer, Mesdames, Messieurs, nos sentiments distingués.

Groupement d'Associations Genevoises
p.o. J-M Allaman

Annexes : (non-jointes) - lettre du DFJP du 25 juin 2003 aux associations intéressées
- Avant-Projet de modification du Code Civil Suisse, juin 2003
- article ZVW Guillod/Helle 5/2003, p.355-360
- prises de position : a) CORAASP b) Le REEV/Les Sans-Voix
c) L'Expérience d) ATB
e) Une personne physique
- aperçus-procès-verbaux et invitations pour notre consultation

Prise de position de l'association L'Expérience pour la consultation sur la 6e révision de la LAI, premier train de mesures.

Nous, association L'Expérience, avons quelques remarques sur le projet de 6e révision de la LAI, qui s'énoncent comme suit :

Le système de rentes et de diverses structures d'intégration est nécessaire à lutter contre la désinsertion et l'exclusion dont peuvent souffrir les handicapés. On devrait pouvoir mieux qualifier le degré de désinsertion et d'exclusion d'une personne.

Pour économiser des rentes, on part du principe qu'un handicap avéré par le passé a disparu comme par enchantement, c'est nier le handicap et la souffrance de la personne.

La réinsertion professionnelle pour certains demandeurs de prestations AI se justifie si est développé un véritable accès au marché de l'emploi, à des places de travail, par une obligation faite aux employeurs.

Le revenu minimum du rentier AI, avec sa rente ordinaire et ses prestations complémentaires, devrait atteindre les 3'000.- CHF/mois.

Il faudrait trouver un meilleur financement du droit social qu'est l'AI. Le nouveau mécanisme de financement parait insatisfaisant à garantir le droit AI.

Il faudrait pouvoir mieux déterminer et prévenir les causes de handicaps, notamment psychiques (isolement, exclusion, conditions de travail, etc.).

Nous voulons exprimer notre solidarité avec les personnes souffrant de fibromyalgie ou de troubles somatoformes douloureux, et revendiquer pour elles le droit à la rente AI.

Nous croyons que les économies proposées ne sont qu'un déplacement de charges sociales, et que ce que va gagner l'AI sera perdu par l'assistance sociale et les actions sociales, avec une dégradation du cadre sociale et de sa garantie.

Nous adhérons, en tant que membre Coraasp, à la prise de position de la Coraasp du 6.10.09 sur la consultation sur la 6e révision de la LAI, premier train de mesures(cf).

Pour L'Expérience
Jean-Marc Allaman

Ceci est un argumentaire approximatif de besoins et d'attentes de personnes souffrantes psychiques de l'association L'Expérience, argumentaire qui s'appuie essentiellement sur les buts poursuivis par l'association et mentionnés in extenso au bas du présent document.

Un cri : ne plus souffrir.
Ne plus souffrir de la maladie psychique.
Ne plus souffrir de la discrimination sociale.
Guérir. Exister. S'exprimer.

L'attente globale est certainement celle d'un développement de l'identité et de l'expression, d'un développement de l'image sociale et d'une culture. Elle traverse le social, le médical et le culturel.

Les besoins sont :

Individuellement :

- d'autonomie participative
- d'activité propre
- de relations sociales

Collectivement :

- de respect de la dignité / dignité dans la souffrance et dignité pour les droits citoyens
- d'intégration sociale, donc de lutte contre la discrimination, la stigmatisation et l'exclusion/marginalisation
- d'une psychiatrie non-violente, donc de lutte contre les violences (physiques, psychiques, sociales) de la psychiatrie
- d'une visibilité sociale, donc de lutte contre le repli social
- de liberté d'expression
- de pouvoir dans les structures sociales, notamment pour la défense des intérêts des personnes souffrantes psychiques
- de soutien / de moyens financiers pour des infrastructures, du matériel et pour le fonctionnement / de la reconnaissance de l'expérience propre / de la formation / de l'organisation. (Note : la CORAASP joue ici un rôle important, avec d'autres instances de soutien)
  Je mentionne ici le besoin d'empowerment, qui peut-être correspond au besoin de soutien (empowerment = soutien ?)
- d'entraide
- d'autogestion ou de gestion collective

16.3.10 : individuellement ou collectivement : - besoin de participation (et invitation à la participation)

In statuts de l'association L'Expérience :

Art. 3 L'Association a pour but de permettre à ses membres actifs, une majorité de souffrants psychiques, d'avoir une activité propre et de gérer de manière collective et autonome l'association et ses ateliers. L'Association est un lieu de vie, un terrain d'expérimentation et d'évolution personnelles, sans encadrement médical ni socioprofessionnel, où le quotidien, dans la vie associative, et par l'organisation ou la participation à des activités en ateliers, s'articule en une identité distincte privilégiant le sentiment de dignité, la confiance en soi et en autrui, et l'engagement. Elle favorise ainsi l'expression de ses membres actifs, par l'activité ou son exposition.

Elle est un lieu de vie, d'échanges, d'activités, de rencontres.

Elle développe une image sociale positive en accord avec ses membres.
Elle utilise aussi pour réaliser ses buts des outils éducatifs et culturels.
Elle peut promouvoir la création d'associations ayant un but analogue.
Elle participe, dans la mesure de ses possibilités, à la défense des droits des patients psychiques.

14.11.14 / MATINÉE D'INFORMATION ET DE RÉFLEXION SUR LA POLITIQUE DU HANDICAP À GENÈVE PAR LE DEAS

Le sentiment général que j'ai eu sur l'ensemble des cinq présentations proposées en 1h40 est celui d'un repli de l'État sur ses institutions, un blindage à l'influence de ressources extérieures.

De l'information, il y en a eu, heureusement, mais de la réflexion il en a manqué, les questions mêmes posées dans les 20mn prévues étant balayées d'un revers de la main.

Pas de consultation des associations et institutions non-publiques, les questions qui avaient pu être posées par écrit auparavant, nous avons appris qu'il y en avait plus d'une centaine, mais qu'on ne pouvait nous y répondre. Espérons qu'un document du DEAS traitera prochainement de toute cette matière, et sera transmis aux 130 invités présents…

Pour couvrir l'ensemble de la politique cantonale du handicap, M. M. Poggia a suggéré de pouvoir aussi faire appel à de généreux philanthropes, autrement dit il engage un certain nombre de ressources associatives ou institutionnelles à poursuivre leur demande de fonds auprès d'organismes privés. Ceci pour un début d'économie, le restant passant par l'optimisation des prestations, confinant à l'efficacité et à l'excellence des génies, que nous ne pouvons pas tous être, et générateur de stress et de contrainte psychique, tant pour

les acteurs de terrain professionnels que pour les handicapés.

On a parlé de la philanthropie, on n'a pas parlé d'humanité, la politique du handicap a pour objet les prestations, et les handicapés eux-mêmes ne sont plus que des objets, quand on parle autonomie c'est forcément celle qu'on leur apporte, et sinon c'est qu'ils ne sont pas handicapés, autonome et non à la charge de l'Etat… On ne s'intéresse pas aux gens, à leurs besoins, à leurs attentes, on veut faire sauter les listes d'attente, on veut ôter des moyens de gestion aux travailleurs du domaine du handicap !

Une optimalisation (et non une optimisation, disons une harmonisation) des ressources de l'institution d'État et des institutions et associations privées est sans doute souhaitable, mais il y faudrait une volonté de dialogue plus importante, et des instances de décision participatives. Les handicapés bénéficiaires de prestations sont aussi, ne l'oublions pas, individuellement ou en regroupement, des ressources d'aide ou d'entraide dans différents domaines, et à différents niveaux.

Nulle mention dans les discours entendus de ressources autres que celles de l'État (sauf peut-être la philanthropie…), la Commission Cantonale d'Indication elle-même semble orienter les demandes d'aide vers les services d'Etat ou affiliés.

Il serait temps qu'une politique globale du handicap à Genève soit élaborée avec tous les intervenants concernés qui le désirent, temps de convoquer des États Généraux du handicap à Genève.

Un point positif cependant, pour terminer, c'est le soutien dont semblerait pouvoir bénéficier des structures favorisant l'autonomie des handicapés (empowerment, self-empowerment), bien sûr aussi pour les raisons d'économies que cela permet.

Jean-Marc Allaman

Inédite, 23.07.2015

LETTRE OUVERTE AUX PROFESSIONNELS DU PSYCHOSOCIAL OU L'ÉTÉ DES DEUX MALAISES

Les propos qui suivent sont en recherche, ils ne sont pas toujours justifiés (normalisés).

Un jour, un professionnel du psychosocial m'a demandé comment je décrirais la limitation de communication (premier malaise) que je pouvais ressentir avec lui ou certains de ses semblables. J'ai balbutié les mots de statut professionnel, de (auto-)stigmatisation, un début d'explication, ce fut tout.

Le langage, le plus structuré et le plus sauvage (le plus fou ?), et sa communication sont en cause. Le langage des mots et celui des émotions, surtout lorsqu'on parle.

Le problème que pose la communication pourrait être évacué en admettant qu'il ne s'agit que d'un accès facilement aménageable entre un émetteur et un récepteur. C'est oublié qu'elle est une structure qui peut dépendre de liens hiérarchiques, de statut, de pouvoir, d'autorité (de culture, d'intelligence, de mémoire ?).

Mais le partage vivant de la langue et de la culture, sens en mouvement, ne se fige pas dans cette perspective. Les traits d'humanité de chacun s'expriment en une vaste structuration personnelle, mais dont seule une petite partie sera mise en commun (communication), les mots.

Si le langage est pris dans un cadre de

référence (un courant, une école, un mouvement), même le propos le plus ténu, l'expression du désir le plus ténu, si c'est aussi lui qu'on veut entendre, risque de n'être compris que comme une indication, d'autre chose, de n'être qu'une interprétation. Sans cadre de référence stricte, les mêmes propos, mêmes désirs, agiront comme des révélateurs d'une vérité à suivre. Et il est nécessaire d'intégrer cette vérité, si l'on veut intégrer la personne. Et ce processus est aussi à sa mesure un véritable facteur d'innovations pour la société.

Autrement ce peut être l'isolement et la perte d'autonomie.

Ainsi le dit et l'entendu peuvent être pris pour vrais, et gagner une conscience claire intelligente de ce qu'elle défend.

Le langage professionnel est structuré selon un code éthique et un code rhétorique qui oriente la communication vers une formulation allant dans le sens du professionnel (tendant à donner raison au professionnel). Il confère à celui qui exerce la profession l'autorité certaine de sa raison sur l'autorité incertaine (ou non certifiée) de celui à qui il s'adresse (l'autodidacte, le sauvage, le naturel, l'amateur, le profane).

Là, on peut dire que l'étiquette est contraignante.

Seuls les humanistes curieux peuvent entendre sans filtre la langue vivante dans chacune de ses inflexions, et à chaque parole édifier un sens nouveau, réactualisé. Le respect des mots du souffrant psychique, dont l'autorité est incertaine, est nécessaire à la société qui veut l'intégrer, avec son langage propre.

Dans cet esprit d'intégration, j'appelle les professionnels du psychosocial à bien considérer la place faite aux initiatives des usagers de la psychiatrie, à ce que j'appelle l'initiative usagère, citoyenne et bénévole, qui a déjà pu amener nombre de projets, dont les associations autogérées.

Pour le sens qu'il peut avoir, il est nécessaire de préserver la possibilité de l'engagement citoyen bénévole, non-salarié, au sortir de l'hôpital psychiatrique. De plus, l'initiative usagère a besoin d'être encouragée (mais comment ?), pour qu'existe l'expression du savoir des souffrants psychiques, l'expression de leur liberté, de leur autonomie, de leur autodétermination.

Enfin, je trouve regrettable que les luttes menées pour appeler «pairs» les «patients» hors de l'hôpital (et souvent

constitués en associations autogérées) soient reniées au point que ce qui était devenu association de «pairs» soit relégué à n'être à nouveau plus qu'association de «patients», une régression qui n'est là que pour protéger l'appellation de pairs aidants professionnels.

La pair-aidance n'est pas nouvelle (deuxième malaise), ce n'est pas une école qui nous l'apporte, mais l'entraide dans les associations. S'entraider, c'est être pair-aidants. Osons peut-être la différence entre pair-aidant professionnel et ce que j'appelle pair-aidant naturel (ou sauvage, ou autodidacte, ou amateur, ou profane).

Il est évident que de par son statut, le pair-aidant professionnel, sera un interlocuteur privilégié des autres professionnels, par esprit de corps, plutôt peut-être que le pair-aidant naturel, amateur.

C'est pourquoi je répète mon appel à la meilleure conscience des professionnels du psychosocial, pair-aidants professionnels compris, pour l'initiative usagère, et pour une place et une reconnaissance des pairs-aidants naturels.

Les structures autogérées, sans salariés, participent grandement à la prévention en santé mentale, elles œuvrent pour la dignité citoyenne et l'autonomie des personnes.

Et à Genève, elles risquent de disparaître, si l'on n'y prend pas garde, au profit d'une structure qui serait alors gérée par des professionnels salariés.

Le choix, et celui aussi de la diversité, est là, pour l'avenir.

Jean-Marc Allaman / 23.07.2015

ASSOCIATION L'EXPÉRIENCE

SEPTEMBRE 2019