

# Clin d'oeil de l'afaap

Octobre / Oktober 2017

## Journée mondiale de la santé mentale 2017

### Exposition à Morat

Le 10 octobre, un petit groupe de l'AFAAP s'est rendu à Morat, pour aller découvrir sur place l'exposition sur le thème de l'authenticité : « Avec ou

tant en scène certains aspects de l'authenticité, autant ceux qui l'entravent que ceux qui la facilitent, ont fait naître un certain nombre d'émotions dans le groupe, et nous avons échangé avec enthousiasme sur ce thème. Nous sommes ensuite allés con-

moment de convivialité. Sur le chemin du retour vers la gare, nous nous sommes encore promenés sur les remparts, où nous avons joui d'une vue splendide, et jusqu'au bord du lac, qui était magnifiquement ensoleillé. C'est avec de beaux souvenirs en tête que nous avons repris le train en direction de Fribourg, et pu encore observer le début des belles couleurs de l'automne.

Margaux

### Manifestation à Colombier

Il est 12h15 et nous nous donnons rendez-vous à la gare de Fribourg pour aller à Colombier. Une belle journée en perspective. Installés dans le train, nous sortons nos pique-niques et mangeons tous ensemble. Une fois arrivés sur place, nous faisons des groupes d'environ 15-20 personnes pour la visite guidée du parcours didactique des associations de la Coraasp, « Avec ou sans masques, soyons vrais ! »

Le thème était porté sur l'authenticité et une dizaine de tableaux se trouvaient dans le village de Colombier formant une boucle. Ils étaient tous différents les uns des autres. Ces derniers étaient composés de textes, de témoignages et d'images. Chacun illustrait un élément lié à l'authenticité, par exemple, la vulnérabilité, l'acceptation, l'affirmation ou encore le bien-être.

La visite terminée, une bonne collation est la bienvenue. Fruits, gâteaux sucrés et salés ainsi que des boissons sont à disposition. Chacun peut se servir et passer un moment convivial avec les personnes présentes.

Il est l'heure de se rendre dans la salle de théâtre. Nous avons la chance d'écouter plusieurs discours et de visionner 2 clips vidéo de promotion de la santé mentale. Si vous êtes intéressés à les voir ou à les revoir, il est tout à fait possible en se

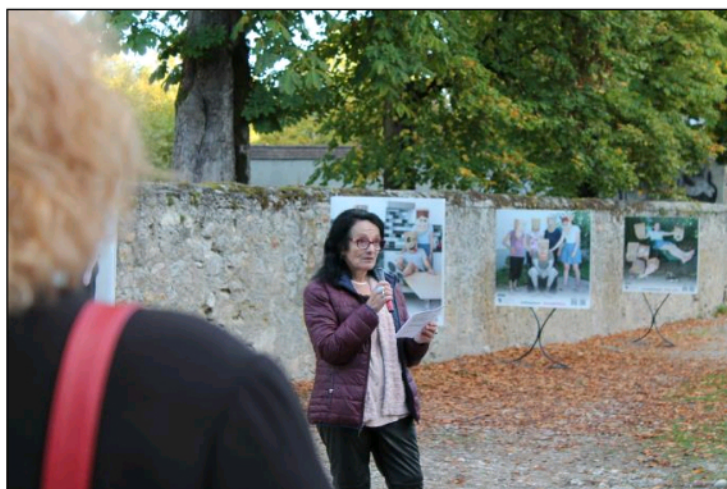


Photo : Nelly Keller, présidente de l'AFAAP, lors du vernissage de l'exposition, le mardi 3 octobre

sans masques, soyons vrais ! » Nous avons commencé par une petite balade dans les jardins près des remparts, puis sommes arrivés sur le lieu de l'exposition. Les grandes photos met-

templer la belle vitrine de Morat tourisme, dans laquelle étaient exposés tous les masques originaux réalisés par les membres. Après toutes ces découvertes, nous avons fait une pause-café au soleil (ou presque), et nous avons tous bien profité de ce



Photo : visite de l'éc à Morat le 10 octobre

rendant sur le lien suivant : <http://www.santépsy.ch/fr/>

À présent, place à la pièce de théâtre qui s'intitule « On est tous Achille » qui est issue d'un projet porté par le Graap-F et Rebond'Art. Cette dernière

comportait 2 parties. La première consistait en des témoignages, quant à la deuxième, elle était fondée sur l'humour. Nous avons passé un bon moment de divertissement. La pièce était vraiment bien jouée et le message très enrichissant.

Un magnifique apéro nous attendait à la sortie du théâtre, une fois de plus, nous avons passé un agréable moment en discutant avec les personnes présentes. C'était une bonne occasion de rencontrer les membres des autres associations.

À 20h30, il était temps pour nous de prendre le train et de retourner sur Fribourg. Le chemin du retour s'est très bien passé, dans la rigolade, la bonne humeur et les discussions.

Cynthia

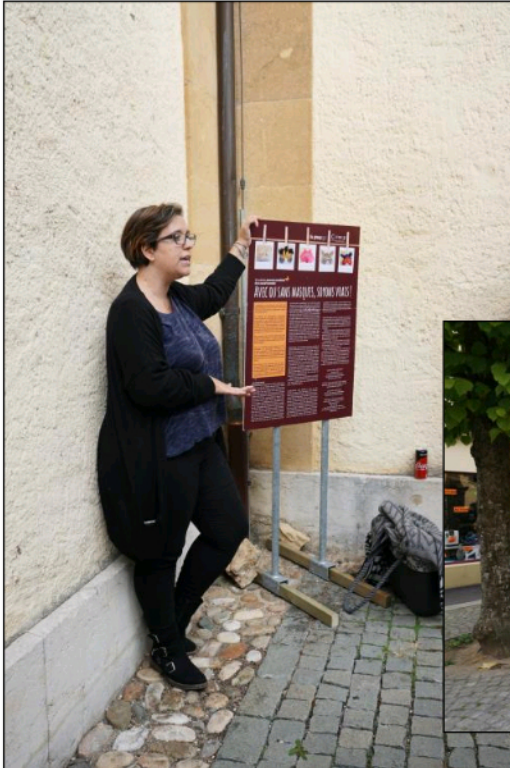


Photo : Visite du parcours didactique à Colombier