



## Journée mondiale de la santé mentale – 10 octobre 2016

### Allocutions de la Cérémonie officielle

Anne-Claude Demierre, Conseillère d'Etat de Fribourg

Monsieur le Président du Grand Conseil,  
Madame la Présidente de la CORAASP,  
Madame la Députée et Vice-syndique,  
Madame la Directrice,  
Mesdames, Messieurs les invités

C'est avec un très grand plaisir que je m'adresse à vous à l'occasion de cette Journée mondiale de la santé mentale. Je remercie la Coordination romande des associations d'action pour la santé psychique (Coraasp) de m'avoir invitée au vernissage de l'exposition « Osons le Ramdam, parlons d'états d'âme ». C'est une très belle initiative qui permet de célébrer de manière originale et artistique la journée mondiale pour la promotion de la santé mentale.

J'aimerais saluer tous les efforts que vous avez entrepris année après année pour que votre organisation et tous les collectifs qu'elle représente continuent à travailler pour que les personnes atteintes dans leur santé mentale ainsi que leur famille et leurs proches puissent bénéficier d'un soutien, d'une écoute et d'un accompagnement de qualité.

Ce 10 octobre est une occasion de parler de ce qui contribue au bien-être et à une bonne santé mentale. L'objectif est de décloisonner la santé mentale et de mener des actions en lien avec des événements culturels pour toucher le grand public. Cette année, vous avez choisi d'aborder le thème du bruit, avec un slogan et une exposition: «Osons le ramdam, parlons d'états d'âme!», pour briser le silence qui s'installe parfois autour des patients et des proches concernées par une pathologie de la santé mentale.

La santé mentale est une composante essentielle de la santé et du bien-être général des individus, mais également des sociétés. La santé est bien plus que la simple absence de maladie. Elle concerne le ressenti, la manière de penser, d'agir et d'interagir avec le monde extérieur. De même que la santé mentale concerne la société dans son ensemble, les troubles mentaux peuvent affecter tout un chacun. Il s'agit donc d'un défi du quotidien, qui nous concerne toutes et tous, à tous les âges de la vie en tant qu'individu, membre d'une famille ou citoyen d'une communauté. Il est donc tout à fait normal que la santé mentale soit aujourd'hui l'une des priorités de la politique de l'Etat de Fribourg en matière de promotion de la santé et prévention.

Le Plan cantonal de promotion de la santé et de prévention et le Plan d'action de promotion de la santé et de prévention 2011-2015 définissent les priorités de notre politique. La nouvelle Stratégie cantonale Perspectives 2030, mise en consultation en août 2016, confirme ces priorités et entend consolider la mise en œuvre des plans cantonaux en renforçant l'intersectorialité.

Ma Direction soutient les institutions avec des mandats de prestations et des subventions de projets. Parmi les institutions soutenues, on peut mentionner pour les mandats de prestations: l'AFAAP, REPER, l'Association de l'éducation familiale et pour les projets subventionnés: Astrame, Présuifri, Ex-expression et les Ligues de la santé. Je profite de l'occasion pour remercier toutes les associations qui s'engagent au quotidien dans notre Canton, avec un petit clin d'œil tout particulier à l'AFAAP et à sa Directrice Madame Antoinette Romanens qui réalise un travail extraordinaire dans notre Canton. Notre objectif est de mettre en place une stratégie orientée vers la cohérence des politiques publiques, appréciant et mobilisant ce qui se fait dans tous les secteurs avec effet sur la santé mentale. Nous élaborons actuellement avec tous les partenaires concernés notre concept cantonal de santé mentale.

Afin de favoriser les synergies sur le long terme et de renforcer la prise de conscience de l'impact des politiques publiques sur la santé mentale, il nous semble essentiel d'inclure différents secteurs, et non uniquement celui de la santé, dans le processus de son élaboration. Le plan cantonal sera mis en lien avec la stratégie nationale portée par Promotion santé suisse et ses nouveaux Programmes d'action cantonaux santé psychique pour les enfants et jeunes adultes et les personnes âgées.

Vous le savez mieux que quiconque, la santé mentale est également une priorité au niveau intercantonal. Les cantons latins se sont réunis pour créer un site Internet de promotion de la santé mentale [www.santépsy.ch](http://www.santépsy.ch). L'offre en matière d'actions et de prestations en lien avec la santé mentale existe aujourd'hui sur l'ensemble de la Suisse. Cependant, on observe bien souvent que l'information est dispersée et difficile d'accès.

En créant un site Internet romand pour la promotion de la santé mentale, on va offrir au plus grand nombre un portail d'informations dans le domaine de la santé mentale, ainsi que des accès aux activités et programmes existants dans les cantons. La création de ce site s'est faite en étroite collaboration avec la CORAASP, que je remercie vivement pour l'excellent travail effectué ainsi que pour le soutien financier. La publication d'une plateforme Internet s'inscrit en cohérence et en lien avec la journée du 10 octobre, puisqu'elle permet de « parler » de la santé mentale et participe ainsi à visibiliser ce domaine.

Chers membres de la CORAASP, vos réflexions et vos actions s'inscrivent parfaitement dans une stratégie à long terme. Vous contribuez à la définition des contours de la santé mentale de demain, où le patient se trouve au cœur du système d'accompagnement et de soins et où ses proches sont une donnée incontournable de la problématique. Et votre charte des proches est un outil indispensable. La psychiatrie, et plus largement la santé mentale, s'inscrit aujourd'hui dans un changement de perspective. Elle vise désormais l'adaptation à la maladie et le rétablissement, en privilégiant à la fois le retour aux soins de proximité et l'arrimage de la trajectoire du patient à un projet de vie. Dans cette optique, les soins et les thérapies ne concernent plus seulement les spécialistes de la psychiatrie, mais également les patients, leurs familles ainsi que les communautés où ils vivent. Cet aspect communautaire, qui va bien au-delà des frontières naturelles des seules institutions, est un volet essentiel de la consolidation de la santé mentale et du traitement des maladies psychiques. L'accent n'est dès lors plus uniquement à mettre sur la seule guérison de la maladie mentale et la compétence du professionnel, mais sur un projet coordonné de retour à une vie qui ait du sens pour la personne et qui intègre également la famille et les proches, avec leur souffrance et leurs difficultés, mais aussi leurs ressources. Cet aspect multidimensionnel et pluridisciplinaire de la prise en charge de la maladie mentale me paraît un point essentiel.

Pour conclure, j'aimerais vous remercier toutes et tous pour votre engagement et votre précieuse contribution à cette réflexion complexe, mais tellement passionnante, sur la promotion de la santé mentale. Je vous souhaite plein succès pour votre exposition ainsi qu'une belle journée à Fribourg !

Faisons du ramdam et parlons de la santé mentale !

Anne-Claude Demierre  
Conseillère d'Etat de Fribourg

---

## Antoinette de Weck, vice-syndique de la ville de Fribourg

Madame la Conseillère nationale et Présidente de la Coraasp,  
Madame la Présidente de l'AFAAP,  
Monsieur le Président du Grand Conseil,  
Madame la Conseillère d'Etat,  
Madame la Directrice,  
Mesdames et Messieurs les invités,

Au nom du conseil communal, Je tiens à remercier la Coraasp d'avoir organisé cette exposition qui marque la journée mondiale de la santé mondiale en Ville de Fribourg à l'occasion de son année Tinguely.

Le thème choisi « Osons le ramdam, parlons de nos états d'âme » met le doigt sur un malaise de notre société. Nous n'avons jamais autant communiqué par des moyens qui n'existaient pas il y a 30 ans : Mails, sms, whats'up, mms., facebook, tweeter.

Mais que communiquons-nous ? des potins, des commérages, des ragots, des jugements à l'emporte-pièce quand ce n'est pas du mobbing exercé par ces moyens. On se lâche sous couvert d'anonymat. Dans cette cacophonie, plus personne ne prend le temps d'écouter l'autre. En outre, ces moyens de communication, ont augmenté le rythme de travail. Le stress nous empêche d'accorder du temps à un proche qui aurait besoin de s'épancher. Les démunis n'osent pas arrêter les actifs dans leur course folle !

Cette prolifération de communications inutiles rend désuète l'utilisation de notre langue, la connaissance de ses nuances, de ses termes précis : tout devient :cool, super, bof et quelques termes injurieux dont je vous épargnerai l'audition.

Cette réduction de langage nous empêche de mettre le terme juste sur nos émotions, soit de nous exprimer, terme qui veut dire : EX et Premere : presser hors. C'est la raison pour laquelle, l'enseignement de la langue maternelle doit continuer à avoir une place prépondérante dans nos écoles.

En tant que directrice des écoles de la ville de Fribourg, quel ne serait pas mon rêve de voir tous les enfants devenir des prestidigitateurs de la parole ! Au gré de leurs envies, ils sortiraient de leurs cartables des mots de colère ou d'amitié au lieu de sortir les poings de leur poche ! Pourquoi ne pas réintroduire des cours de rhétorique ? Nous n'irions pas jusqu'aux exercices que s'imposait Démosthène –qui préparait ses discours des cailloux dans la bouche– mais pourquoi pas stimuler le talent, même dans les classes primaires ? Ainsi les enfants auraient les moyens d'exprimer leurs

pensées et sensations en faisant usage de la parole.. A voir si cette idée est compatible avec le plan d'études romand !

Comme le montre cette exposition, l'expression utilise d'autres formes.

La Ville de Fribourg offre gratuitement aux enfants des classes primaires une multitude d'activités créatrices extra-scolaires : dessin, peinture, céramique, sculpture, danse, théâtre, cirque, cours de flûte et de guitare.

Grâce à ces activités, les enfants réalisent qu'ils peuvent créer un nouveau monde et que personne d'autre n'aurait pu le faire. D'une feuille de papier et de crayons ou de pinceau a surgi un visage, un objet. Une année, ils ont créé des œuvres à partir d'objets mis au rebus, comme le faisait Tinguely.

On peut créer aussi sans faire un dessin ou une sculpture. Par exemple en faisant un gâteau, en tricotant, en bricolant. Chaque fois on fait surgir un objet qui n'existait pas auparavant sur la terre. Et l'on peut même créer sans aucun objet : créer un sourire, créer de la bonne ambiance, créer un gentil mot. Créer c'est ce qui fait le plus plaisir.

La vie nous met souvent dans des situations difficiles où aucune issue ne semble exister. Si l'on a pris l'habitude de faire appel à son imagination et de compter sur ce que l'on a en soi, tout à coup s'ouvrent devant soi des chemins insoupçonnés.

C'est ce que je souhaite à nous tous et toutes.

Antoinette de Weck

Vice-syndique de la ville de Fribourg

---

## Cesla Amarelle, présidente de la Coraasp

Madame la Conseillère d'Etat,  
Monsieur le Président du Grand Conseil,  
Madame la Députée et Vice-Syndic de la Ville de Fribourg,  
Mesdames et Messieurs en vos titres et fonction,  
Chers ami-e-s,

C'est avec beaucoup de plaisir et un sentiment de responsabilité que je m'exprime aujourd'hui dans le cadre de l'ouverture de ce vernissage. *Plaisir*, parce que ce que la Coraasp, qui fédère aujourd'hui plus de 20 organisations actives dans le domaine de l'accueil, l'accompagnement et le développement de projets communautaires pour les personnes souffrant de troubles psychiques et les proches, est devenue une institution incontournable en Suisse romande. Elle témoigne notamment de cette exposition qui est à la fois ludique et profonde. Les machines de Tinguely sont perçues dans le monde entier comme une allégorie de la société industrielle et de consommation. Pour Tinguely lui-même, la machine représente l'humour et la poésie. Et les nombreuses roues composant ses machines seraient le symbole à la fois de la sagesse et de la folie. Parce qu'il a très tôt avoué avoir besoin de faire des « choses bizarres » et parce qu'il décline dans ses machines tous ses états d'âme, Tinguely est probablement l'artiste qui peut le plus nous inspirer dans cette réflexion artistique et collective sur la santé psychique dont nous avons tant besoin.

Par ailleurs, c'est avec un sentiment de *responsabilité* que je vous parle, parce que l'existence même de la Coraasp et de son action aujourd'hui agit comme un miroir dans lequel la société toute entière peut et doit se refléter. L'existence de notre action doit nous pousser à nous poser des questions : de nature politique, sociale, économique, mais aussi tout simplement humaine, sur notre vie en commun et sur notre capacité collective à traiter les maux psychiques. La question de la santé psychique est certes aussi vieille que l'est l'histoire de l'humanité. Mais notre expérience ne nous aide pas à la résorber.

Je ne suis pas ici pour évoquer trop de chiffres. Du point de vue collectif, permettez-moi tout de même d'indiquer une référence qui me paraît cependant importante à rappeler. Près de 17% de la population suisse souffre d'un ou de plusieurs problèmes psychiques qui peuvent se manifester par des troubles alimentaires ou anxieux, des dépressions ou d'autres symptômes graves. Les maladies psychiques figurent parmi les affections les plus fréquentes et les plus handicapantes. Elles influent sur tous les domaines de vie des personnes concernées et peuvent entraîner d'importantes atteintes. D'un point de vue économique, les coûts sont estimés à plus de 7 milliards de francs par an. Les maladies psychiques représentent donc un véritable enjeu en matière de politique de santé impliquant une collaboration intensive de l'ensemble des acteurs.

Du point de vue individuel, c'est surtout aussi les implications humaines, la crainte et le sentiment d'être mis à l'écart, la révolte parfois face à l'ordre des choses, l'angoisse de ne jamais vraiment pouvoir s'en sortir, l'inquiétude permanente de voir se reproduire pour ses enfants ce que l'on a soi-même vécu, sont constants et très puissants. Plus que la maladie, c'est la conviction de se trouver dans une situation de précarité, de vulnérabilité et d'un manque de respect latent permanent qui frappe les personnes atteintes de problèmes psychiques de notre pays. Aujourd'hui beaucoup de personnes se trouvent dans cette situation, on en veut pour preuve les témoignages poignants de nos membres.

En vue de l'augmentation des cas de maladies psychiques, alors se pose bien évidemment la question de savoir : que fait notre démocratie et que font les élus pour faire face à cette réalité et à ce développement ? Pour l'heure, le constat est amer. En vérité, cela fait maintenant au moins depuis que notre association a vu le jour que la politique fédérale se caractérise uniquement par des remises en cause profondes, par des attaques déplacées et par une absence d'action manifeste de la Confédération. La liste des contre-réformes de ces dernières années est longue et se remplit constamment : révision de l'assurance-chômage, révision de l'assurance-invalidité, attaques contre l'AVS et tentative de démantèlement du deuxième pilier.

Mesdames et Messieurs, ce renoncement de la part de la Confédération est très regrettable. Comme le disait Victor Hugo, il faut être de ceux qui pensent qu'on ne peut pas détruire la souffrance en ce monde. Mais il faut être de ceux qui pensent, qui affirment et qui agissent pour détruire la précarité, la pauvreté et la maladie. Penser et agir non pas pour les amoindrir, les limiter, les circonscrire mais bien pour les détruire. Il y a des choses qui ne doivent pas être. La précarité, la maladie et la pauvreté, engagent la conscience de la société toute entière parce qu'elles constituent des torts envers l'homme. Et toute la société doit dépenser toute sa force, toute sa sollicitude, toute son intelligence, toute sa volonté, toute son humanité, pour qu'elles ne soient pas.

Et c'est ici que la solidarité de la société civile, l'entraide et les actions artistiques de soutien comme celles d'aujourd'hui sont indispensables. Car au-delà de l'aide matérielle apportée par l'Etat, cette action de la société civile apporte notamment ce bien tellement précieux, mais aussi très fragile : celui d'être considéré comme égal dans sa condition humaine, celui de faire partie d'une communauté, celui de pouvoir parler et partager.

La Coraasp fait partie de cette solidarité en marche. Il s'agit tant pour tous ceux qui donnent que pour ceux qui reçoivent de gestes et d'échanges simples, mais profonds, qui disent notre respect et notre souci face à cette maladie rampante dont le combat doit être un défi majeur pour notre vie démocratique et sociale.

Pour toutes ces raisons, je tiens à vous remercier pour votre soutien et pour partager avec nous cette belle exposition.

Cesla Amarelle