



# RAPPORT D'ACTIVITÉ 2020

**Coraasp**  
Coordination Romande des Associations  
d'Action pour la Santé Psychique

[www.coraasp.ch](http://www.coraasp.ch)

## LA CORAASP EN BREF

La Coraasp réunit plus de 25 organisations d'aide et d'entraide actives dans l'accueil, l'accompagnement et le développement de projets communautaires avec et pour les personnes souffrant de troubles psychiques et les proches. Elle fédère plus de 6000 personnes. Reconnue et soutenue, notamment, par l'Office fédéral des assurances sociales et Promotion Santé Suisse, la Coraasp élabore et met en œuvre des projets collectifs favorisant l'intégration sociale, la citoyenneté et la défense des intérêts des personnes atteintes dans leur santé psychique. Ses actions visent également à informer et à sensibiliser la population ainsi qu'à promouvoir la santé mentale au sein de la société.

Les actions et les messages de la Coraasp intègrent les savoirs spécifiques et complémentaires des personnes directement concernées par la maladie psychique, des proches et des professionnels de l'action psychosociale.

## MEMBRES DU COMITÉ

PIERRE-ALAIN FRIDEZ  
Président (conseiller national, Jura)

FERNANDO FIORI  
Vice-président (A3 Jura, Jura)

CÉCILE COMINA  
Membre (Croepi, Vaud)

JEANINE MORIER  
Membre individuelle

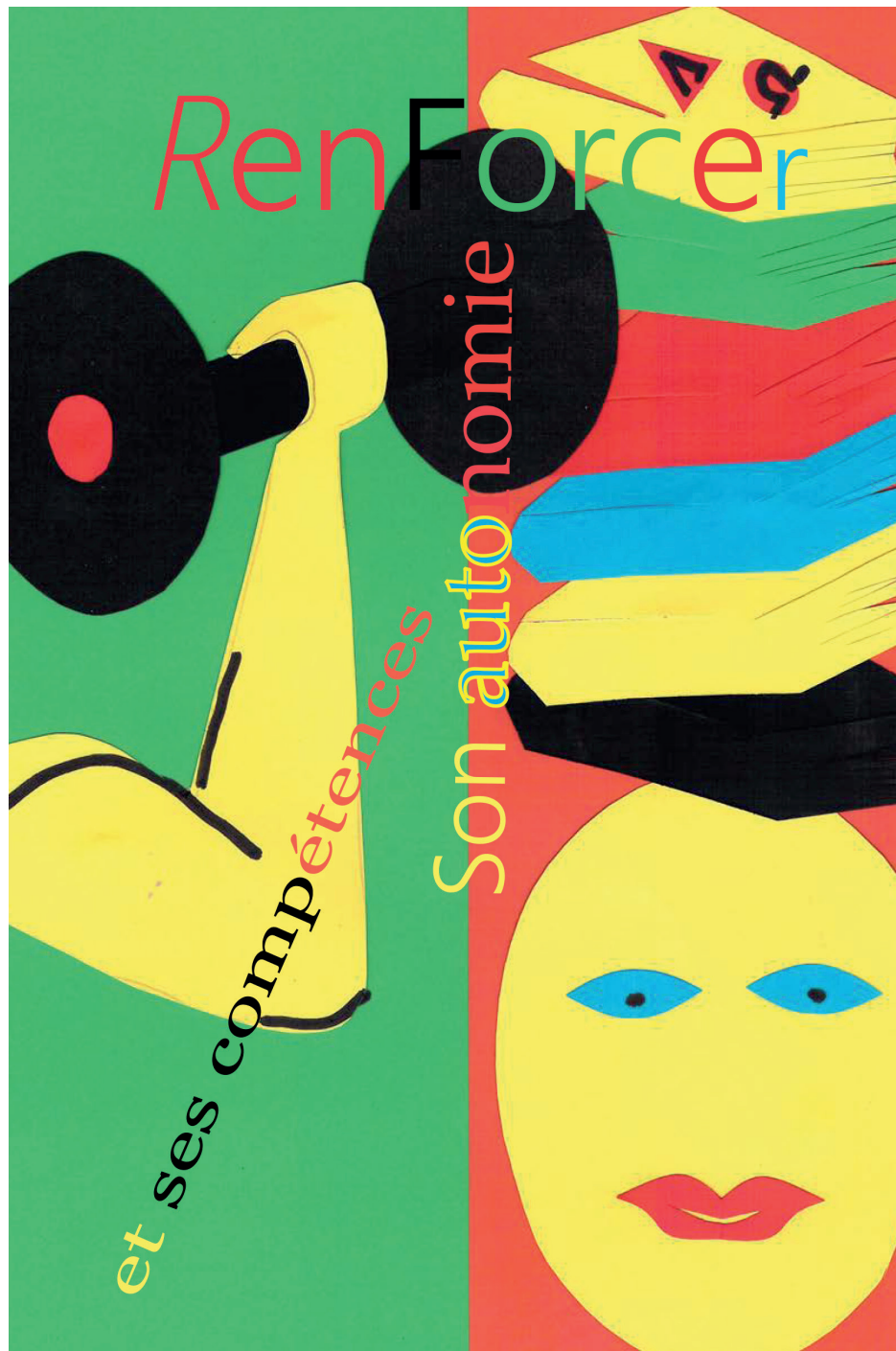
NADIA NICOLI  
Membre (Anaap, Neuchâtel)

DANIEL PRÉLAZ  
Membre individuel

SUSANA RAMOS  
Membre (Re-Pairs, dès octobre 2020)

BLAISE ROCHAT  
Membre (Afaap, Fribourg)

PATRICK ROSSETTI  
Membre (Centre Espoir, Genève)



## LE MOT DU PRÉSIDENT

Chères amies, chers amis,

Malheureusement les années se suivent et se ressemblent. Comment débiter mon propos sans aborder le sujet incontournable du moment, la question sur toutes les lèvres qui dicte notre vie : la pandémie de Covid-19, ce fléau qui a paralysé le monde, tétanisé nos projets et nos énergies, limité notre champ des possibles, assombri notre quotidien, et nous a contraint·es à l'isolement, derrière nos masques et souvent tout simplement confin·e·s à domicile.

Avant la Covid-19, la vie n'était pas simple pour la plupart d'entre nous, mais on avait nos habitudes, nos bons et mauvais moments, nos espoirs et nos difficultés... la société vivait et respirait... comme nous... Depuis un peu plus d'un an, la peur s'est installée, la peur de la maladie, la peur de l'autre qui pourrait nous contaminer, mais aussi la crainte de nous-même pouvoir contaminer nos proches. Avec une conséquence : nos contacts humains se sont restreints au maximum. Et j'aimerais avoir une pensée émue pour vous toutes et tous, personnes malades, fragiles, au moral déjà chancelant en temps normal, vous toutes et tous qui avez dû traverser ces mois interminables marqués par le semi-confinement, les privations et les interdictions, avec plus de courage et parfois de souffrances que vos congénères. Car quand on n'est pas bien, et que la morosité gagne les cœurs de toute une société, comment recevoir les sourires et les paroles réconfortantes dont on a encore plus besoin que les autres.

Mais vous avez résisté, vous avez tenu bon, et grâce à votre courage exemplaire, grâce à la solidarité et aux liens forts tissés avec vos proches et au sein de nos différentes associations, vous allez pouvoir récolter bientôt les fruits de vos efforts, de nos efforts à toutes et à tous.

Chères amies, chers amis,

Un vaccin salvateur et notre résilience vont tout prochainement terrasser ce virus. La vie normale va reprendre. Mais d'autres défis nous attendent, en particulier veiller à assurer la pérennité de notre système social, après ces temps difficiles également pour les finances publiques. De nouveaux défis que nous saurons relever ensemble, et gagner.

Tous ensemble, nous sommes plus forts. Nous sommes la CORAASP.

*Pierre-Alain Fridez, président*

## LE REGARD DE L'ÉQUIPE SUR 2020



### FLORENCE NATER DIRECTRICE

«Nous sommes tous vulnérables!» Ces mots étaient ceux de l'invitation au Congrès du Graap 2017. Des termes qui résonnent particulièrement alors que nous traversons depuis plus d'un an une pandémie qui affecte la santé physique mais aussi la santé mentale, qui bouscule nos

repères et nous oblige à réinventer les liens du vivre-ensemble. Durant cette période tourmentée, les organisations de la Coraasp ont fait preuve de créativité pour rester en lien avec leurs membres et utilisateurs. Merci à chacune et chacun pour cet esprit communautaire réinventé!



### STÉPHANIE ROMANENS-PYTHOUD RESPONSABLE DU SECTEUR COMMUNICATION

C'est peu dire que 2020 nous aura bousculé·e·s et poussé·e·s dans nos retranchements! Nous avons dû repenser notre quotidien, nos interactions sociales, nos vies privées et professionnelles! Cette expérience inédite n'a évidemment pas épargné la Coraasp, en témoigne le contenu de ce rapport. Mais elle a aussi été révélatrice (ou plutôt la

confirmation) de cet extraordinaire esprit de solidarité et d'entraide, de cette belle créativité et de cette résilience collective dont elle fait preuve. Son développement «sur le pouce» d'un kit de survie en santé mentale pour transmettre des ressources utiles en temps de pandémie en est un formidable exemple que je garderai longtemps en mémoire.



### CÉLINE VUILLAUME RESPONSABLE DU SECTEUR FORMATION & COACHING

Flexibilité et découverte! Parce qu'il est essentiel de conserver une note positive dans tout ce qui nous accable en ces temps si particuliers! En effet, triste année du point de vue du lien social, du contact humain, de la spontanéité, des échanges et de la liberté.

Mais cela fut l'occasion de se réinventer, d'oser, de découvrir, de se dépasser, de faire autrement... et donc d'apprendre... sur soi, sur les autres et sur la manière d'appréhender les choses...



### JEAN-PIERRE ZBINDEN RESPONSABLE COMMISSION ART. 74

Que de créativité pour maintenir les liens sociaux malgré les distances sociales et la fermeture des lieux de rencontre. Nos organisations se sont fortement mobilisées pour répondre à ces défis imposés par le contexte, à travers ses prestations de conseil social, mais aussi le développement des animations ou des groupes d'entraide par visioconférence.

Avant la Covid, bien des personnes concernées connaissaient déjà le défi de maintenir des relations sociales malgré des fluctuations de santé. Dans le contexte de la pandémie, elles ont pu mettre à disposition de pairs et du public cette expertise acquise au fil de leurs parcours de rétablissement.



### CHLOÉ MEILLARD CHARGÉE DE PROJET SANTÉPSY

2020... une année toute singulière! Une année qui, sur le plan professionnel, rime notamment avec adaptation, réactivité et créativité. Comment rendre «Covid compatible» nos projets Santépsy.ch? Comment contribuer à l'effort collectif pour soutenir la population face à cette crise et à l'in-

certitude qu'elle génère? Pour cela, il a fallu sortir des chemins connus pour en explorer d'autres. Une expérience que j'ai vécue comme riche et stimulante, possible grâce à une cohésion d'équipe précieuse. Merci les collègues!



### CORINNE BERGUER SECRÉTAIRE

Ce qui m'a le plus touchée en 2020, c'est la faculté d'adaptation de toutes et tous concernant les cours que nous proposons. A cause de la Covid, certains cours ont dû être modifiés: des parties en présentiel, des autres par visioconférence, des dates et horaires modifiés. Mes félicitations vont tout spécialement aux par-

ticipant·e·s qui ont dû se familiariser avec ces nouveaux outils informatiques, affronter les difficultés liées à une participation à distance. Chacun·e a fait preuve d'une grande flexibilité que je trouve admirable. Puissent toutes ces qualités développées vous servir au quotidien et favoriser votre bien-être.

# POINTS FORTS 2020

## SECTEUR COMMUNICATION

Après un succès tel que celui de la première Mad Pride de Suisse, à Genève en 2019, et avec le report de l'édition prévue à Berne le 10 octobre 2020, organiser une **Journée mondiale de la santé mentale** représentait un réel défi, qui plus est en temps de coronavirus. Défi néanmoins relevé avec succès, grâce à la réactivité, à la mobilisation et à la créativité des membres de la Coraasp et de la Commission en charge de l'organisation de l'évènement.

En quelques semaines, un peu plus d'une trentaine de personnes concernées ont répondu à un appel à témoigner sur leur **kit de survie en santé mentale** pour surmonter la crise liée à la pandémie de coronavirus. De magnifiques récits, extrêmement inspirants pour chacune et chacun, ont été réunis et ont servi de base pour réaliser un calendrier permanent, proposant chaque mois une ressource pour renforcer sa santé mentale, illustré par un extrait de témoignage. Le calendrier a été distribué dans les réseaux de la Coraasp et de ses membres, lors de divers évènements locaux le 10 octobre, et a rencontré un vif succès. Ses messages ont même été mis en film par l'Afaap dans un court-métrage extrêmement réussi diffusé sur les réseaux sociaux.

La Coraasp est un acteur reconnu depuis plusieurs années dans le domaine de la santé mentale et son action est de mieux en mieux connue au-delà de ce cercle. Sa sollicitation régulière et de plus en plus fréquente, dans les médias, en est un signe révélateur.

En 2020, la Coraasp est intervenue dans une quinzaine d'articles et émissions radios, principalement sur les thèmes de la santé mentale au temps du coronavirus, du remboursement par la Lamal des psychothérapies effectuées par les psychologues et en lien avec la campagne Santépsy.

En tant que partenaire opérationnel de Santépsy, la Coraasp a aussi été très active et visible lors de la **Journée d'action pour la santé mentale au temps du coronavirus organisée par l'OFSP le 10 décembre**, qui a généré plus d'une soixantaine d'articles et une douzaine d'émissions radio et TV dans toute la Suisse.

## SECTEUR POLITIQUE SOCIALE

Inspirés par leurs expériences, observations et préoccupations sur la santé mentale en lien avec la pandémie et l'après-Covid, les membres de la commission politique sociale ont travaillé activement durant l'été 2020 à l'élaboration de **recommandations destinées aux autorités politiques**. Après un processus de consultation interne auprès de l'ensemble des membres Coraasp, celles-ci ont été validées par l'assemblée générale en octobre puis adressées à tous les députés des parlements cantonaux romands ainsi qu'aux parlementaires fédéraux des cantons romands. Ces recommandations portent sur **l'importance du filet de protection sociale, la reconnaissance d'autres formes d'engagement que le travail salarié, la complémentarité des engagements professionnels et bénévoles ou encore la promotion de la santé mentale**. Si ces recommandations ont donné lieu à un bon relais par les médias, elles sont aussi importantes dans la durée pour conduire les actions de la Coraasp dans l'intérêt des personnes affectées dans leur santé psychique.

La Coraasp a suivi avec intérêt la **votation du canton de Genève de novembre 2020 où une large majorité de la population a accepté de rétablir les droits politiques des personnes qui en sont privées parce qu'elles sont au bénéfice d'une curatelle de portée générale ou d'un mandat pour cause d'inaptitude**. Un pas important dans le respect de la convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées. D'autres cantons romands ont engagé, avec plus ou moins de succès, des démarches pour aller dans ce sens.

## SECTEUR FORMATION

La Coraasp souhaite remercier chaleureusement **tous les acteurs et actrices du secteur formation** – les participant·e·s, les formateurs et formatrices, les lieux d'accueil – pour leur **flexibilité, leur ouverture, leur courage et leur inventivité** afin que quelque chose puisse vivre dans ces échanges et ces apprentissages...en ligne!

En effet, un certain nombre de cours se sont déroulés en visioconférence et des aménagements conséquents ont été de mise. Bel esprit d'ouverture et d'adaptation!

Le premier cursus **Découvrir les chemins du rétablissement**, niveau I de la formation des pairs praticiens en santé mentale (PPSM), a pu se concrétiser. 18 personnes l'ont suivi intégralement et ont obtenu leur certificat. Les partenaires du projet PPSM – à savoir l'association romande Pro Mente Sana, la Haute école de travail social de Lausanne (HETSL), le Graap Fondation, l'association Re-Pairs et la Coraasp – ont poursuivi leurs travaux en vue de mettre sur pied en 2021 un 3<sup>ème</sup> cursus de la formation certifiante des pairs (niveau II).



## LES PROJETS EN PARTENARIAT

La campagne **Santépsy**, pour laquelle la Coraasp est le partenaire opérationnel, a été particulièrement active en 2020. Outre les étapes prévues, destinées aux jeunes jusqu'en avril puis aux nouveaux parents le reste de l'année, l'équipe a aussi monté en urgence une **campagne de promotion de la santé mentale au temps du coronavirus**. Au programme: une rubrique spécifiquement dédiée à la pandémie proposant conseils, ressources et informations sur différents sujets (travail, liens sociaux, anxiété, retraite, etc.) et des capsules vidéos de témoignages, le tout diffusé largement sur les réseaux sociaux.

2020 a été une année très active pour le projet **Promotion de la santé psychique des enfants de 0 à 4 ans**, pour lequel la Coraasp est aussi partenaire opérationnel. L'ensemble des contenus de la formation destinée aux professionnel·le·s de la petite enfance a été développé. La formation comprendra un module de base et 3 modules complémentaires (parentalité, travail en réseau, situations de vulnérabilité). Elle est désormais prête pour être testée lors de sessions pilotes dans les cantons qui portent le projet (Fribourg, Valais, Jura et Neuchâtel).

**Le partenariat avec le Réseau Santé Psychique Suisse (RSP) a réellement pris corps tout au long de 2020, avec l'échange régulier d'informations, la relecture et la diffusion de la version française de la newsletter trimestrielle du RSP ainsi que de divers petits textes. Une collaboration qui se prolonge au sein de l'association Mad Pride (voir p. 13).**

**La Coraasp est très heureuse de pouvoir compter sur ce nouveau partenariat qui lui apporte de riches échanges ainsi qu'une ouverture au-delà de la Suisse romande.**

## CONTRAT DE PRESTATIONS OFAS-AI

2020 aura été une année mouvementée pour les 8 organisations de la Coraasp qui participent au contrat de prestations OFAS-AI (art. 74 LAI). Elles ont dû adapter leurs prestations au contexte de restrictions liées à la pandémie, alors même que ces prestations devenaient plus vitales. Elles ont aussi dû composer avec des indications contradictoires entre les autorités et leurs services concernant les garanties de financement. Enfin, elles ont dû répondre aux frustrations des personnes concernées face aux restrictions limitant l'accès aux prestations et aux lieux d'accueil et faire avec un sentiment de perte de convivialité dans les structures.

Malgré ces écueils, le contrat de prestations OFAS-AI a pu être globalement rempli, grâce à la capacité d'innovation des organisations concernées pour adapter leurs prestations, et grâce à la reconnaissance par l'OFAS de prestations extraordinaires.

Néanmoins, penser retrouver prochainement le fonctionnement d'avant la pandémie, est illusoire. Les organisations concernées devront encore faire preuve de beaucoup de créativité et de résilience pour y parvenir.



# PERSPECTIVES 2021

Humour amour

## SECTEUR COMMUNICATION

La **Mad Pride à Berne** : D'abord prévue le 10 octobre 2020, puis le 27 mars 2021 et ensuite le 26 août 2021... la 2<sup>e</sup> édition de la Mad Pride Suisse aura finalement lieu le 18 juin 2022. L'avenir 2021 est en effet trop incertain concernant la possibilité de pouvoir, ou non, organiser un événement de cette ampleur sur la place publique.

L'édition 2021 de la Journée mondiale de la santé mentale sera donc un événement Coraasp «comme d'habitude», avec les spécificités qu'imposent la crise actuelle et les éventuelles restrictions qui prévaudront cet automne. La Coraasp devra, une nouvelle fois, mobiliser toute sa créativité et son savoir-faire pour concocter un projet original, novateur, qui fasse écho aux énormes défis que génère la situation actuelle en matière de santé mentale.

## SECTEUR POLITIQUE SOCIALE

La commission politique sociale travaillera à la **réponse à la consultation du règlement de mise en œuvre du développement continu de l'AI**. Elle poursuivra son travail de veille et d'analyse des objets de politique sociale impactant les personnes affectées dans leur santé psychique. La Coraasp maintiendra aussi sa participation au groupe d'expert·e·s en politique sociale d'Inclusion Handicap ainsi qu'au «Resonanzgruppe» santé psychique.

## SECTEUR FORMATION

Favoriser la transmission de la culture et des pratiques propres aux organisations membres de la Coraasp et cultiver le développement d'outils contribuant au développement du pouvoir d'agir collectif constitue un axe de développement prioritaire de la Coraasp. Celui-ci s'inscrit pleinement dans le prolongement du travail réalisé entre 2014 et 2017 pour formuler l'approche spécifique de l'action sociale incarnée par les organisations de la Coraasp. Cette approche est actuellement consignée dans un document de référence, mais elle se transmet essentiellement de manière interpersonnelle et informelle.

Aujourd'hui, nous entendons assurer les bases de la transmission de cette culture. Nous souhaitons aussi favoriser le développement d'outils permettant de faire émerger une expertise dite «expérientielle collective» et de soutenir des actions militantes fondées sur cette expertise.

## LES PROJETS EN PARTENARIAT

Les contenus des formations du projet «**Promotion de la santé mentale des enfants de 0 à 4 ans**» étant terminés, il s'agira en 2021 de les tester auprès des professionnel·le·s de la petite enfance des cantons qui portent le projet (Valais, Fribourg, Jura et Neuchâtel). Ces sessions pilotes permettront d'adapter au mieux ces formations aux besoins du terrain. Elles seront ensuite déployées largement dans les 4 cantons, voire au-delà si d'autres cantons manifestent un intérêt.

Après s'être adressée aux jeunes en 2019, puis aux nouveaux parents en 2020, **la campagne Santépsy parlera aux seniors en 2021**. Des informations, des conseils et des ressources spécifiques, des témoignages filmés et des podcasts d'entretiens avec des expert·e·s leur seront proposées sur le site [www.santépsy.ch](http://www.santépsy.ch), dans une brochure et sur Facebook, réseau social prisé par les 65+. Des interventions télévisées sont par ailleurs prévues.

En parallèle, des actions sur les réseaux sociaux auront lieu jusqu'à l'été pour soutenir les jeunes durant cette période de restrictions qui les affectent particulièrement. Une campagne de promotion de la santé mentale des personnes au chômage sera en outre lancée à l'automne.

L'année 2021 s'annonce donc aussi riche et dense que 2020 pour l'équipe de Santépsy !

En 2021, la Coraasp se réjouit aussi de poursuivre et développer son **partenariat avec le Réseau santé psychique suisse**, à travers la diffusion de ses informations et nouvelles en Suisse romande et au sein de l'association Mad Pride Suisse.

## CONTRAT DE PRESTATIONS OFAS-AI

Selon une nouvelle norme dont l'application a pu être repoussée à 2023, la **Coraasp devra fournir directement un volume de prestations OFAS-AI (art. 74) triplant quasiment son volume habituel de 2019**. Cette exigence de l'OFAS va constituer un véritable défi pour la Coraasp et pour ses 8 organisations sous-contractantes. Et cela alors même que les besoins de soutien et d'accompagnement vont aller croissant au sein de la population. La Coraasp et ses 8 sous-contractants vont devoir faire preuve de solidarité et de créativité afin de trouver le chemin pour répondre à la fois aux exigences OFAS et aux besoins du terrain ... le tout avec des ressources financières qui demeurent limitées.



UNE INITIATIVE DES CANTONS LATINS ET DE LA CORAASP, SUR MANDAT DE PROMOTION SANTÉ SUISSE

## REMERCIEMENTS

La réalisation des projets de la Coraasp et son rayonnement en Suisse romande ne sont possibles que grâce à l'engagement et au soutien de nombreux acteurs. Nous tenons à remercier chaleureusement:

- Nos organisations membres, les membres du comité et des commissions internes de politique sociale et 10.10
- Les cantons latins réunis au sein du groupe de travail santé mentale et tout particulièrement Mme Alexia Fournier-Fall et le Dr. Claude-François Robert, respectivement coordinatrice et président de la Commission de prévention et de promotion de la santé des cantons latins
- Nos partenaires de différents projets tels que l'association romande Pro Mente Sana, la Haute Ecole de Travail Social de Lausanne, l'association Re-Pairs, le Graap Fondation, le Réseau Santé Psychique Suisse, Inclusion Handicap, Agile, les Forum Handicap cantonaux
- La Haute Ecole de Travail Social de Fribourg, l'Université de Genève (CAS en promotion de la santé), le syndicat du personnel des transports (SEV), pour leurs sollicitations d'interventions
- L'Office fédéral des assurances sociales (OFAS), tout particulièrement M. Chin By Eap, et la Fondation Promotion Santé Suisse (PSCH), en particulier Mme Catherine Favre et M. Philippe Haeberli, pour leurs partenariats et engagements financiers
- La Loterie Romande pour son appui financier pour la poursuite de l'adaptation de nos outils de communication
- La Fiduciaire AIGC, et tout particulièrement Mme Sandrine Ayer et M. Chany Schmid, pour leur précieuse collaboration
- Et toutes celles et ceux sans qui nous ne pourrions mener notre action et que nous ne pouvons nommer de façon exhaustive

EXT

## NOS MEMBRES

ABA, A-cube, Aetoc, AFS Berne-Neuchâtel, Ajaap, Afaap, Anaap, APF, ATB&D, AVEP, A3 Jura, Centre-Espoir, Croepi, Emera, Graap-Association, Graap-Fondation, L'Expérience, L'îlot, Le Relais, Parole, Patrouille des sentiers, Pinos, Re-pairs SchiSme, SISP SA, Synapsespoir, Trajets.

Pour obtenir une liste à jour de nos membres, merci de vous référer à notre site internet

## CONTACTS

CORAASP

Coordination romande des associations  
d'action pour la santé psychique

Avenue de la Gare 52  
1003 Lausanne

[info@coraasp.ch](mailto:info@coraasp.ch)

Partenaire de



021 311 02 95  
(mardis et jeudis de 14h à 17h)

[www.coraasp.ch](http://www.coraasp.ch)

Avec le soutien de



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera