

Trajectoires est une association qui oriente de manière éthique vers la psychothérapie.

RAPPORT ANNUEL 2016



De gauche à droite : Alicia Ségui, secrétariat/réseau ; Sandra Solai, directrice/ psychologue ; Sandra Carlucci, psychologue ; Nadine Fuchs-Carreras, psychologue

Point fort: Pourquoi un fonds de solidarité?

En Suisse, comme ailleurs en Europe, on observe une augmentation entre 2002 et 2010 des inégalités de santé psychique en lien avec les inégalités

TRAJECTOIRES

Association à but non lucratif dont le dessein est de faciliter l'accès à une démarche psychothérapeutique pour tout un chacun et ainsi prévenir les troubles psychiques ou y répondre le plus tôt possible.

- Reconnue d'utilité publique
- Parrainée par l'Association Genevoise des Psychologues (AGPsy)
- Adhère au « Réseau Santé Psychique Suisse »
- Soutient le projet national : « Dialogue sur la santé psychique »

de revenu (Elgar et al.; Rathman et al., 2015). Plus précisément, on constate en Suisse, que les personnes qui disposent du revenu le plus bas souffrent bien davantage de problèmes psychiques (22%) que celles ayant des revenus moyens (17%) ou les plus élevés (13%) (Moreau-Gruet, 2014).

Les « working poor », qui se caractérisent par un revenu et des conditions de vie restreints, constituent un groupe particulièrement vulnérable, en pleine croissance au niveau européen. En Suisse, il est montré que des conditions de vie restreintes augmentent le taux de dépression (Santé Psychique au cours de la vie, Rapport de base, 2016, Promotion Santé Suisse).

Même si la situation socio-économique n'est pas le seul facteur qui peut engendrer la vulnérabilité au cours de la vie, Trajectoires la prend en compte en facilitant l'accès à la psychothérapie pour tout un chacun. Si l'assurance maladie obligatoire prend en charge la psychothérapie, ceci n'assure pas automatiquement un accès égal aux soins.

De notre point de vue, la question financière ne doit pas constituer un obstacle pour accéder à nos prestations. C'est pourquoi nous avons mis en place un fonds de solidarité. Il s'adresse à tous ceux n'étant pas en mesure de s'acquitter de l'entier des entretiens; il est donc proposé une réduction des tarifs en fonction des possibilités financières. Il permet également d'offrir la gratuité aux jeunes consultants n'ayant pas l'appui de leur famille, c'est le «fonds jeunes».

Le fonds de solidarité soutient environ un quart des personnes nous consultant. Lorsqu'on y ajoute la part des personnes provenant de l'HG (avec lequel

Les jeunes ayant bénéficié du fonds de solidarité en 2016

56 jeunes entre 16 et 24 ans ont fait appel à Trajectoires sans l'intermédiaire ni l'appui financier de leurs parents. Ils ont bénéficié du fonds de solidarité (gratuité ou participation minimum selon les cas) ou sont venus par le biais de Point jeunes (HG) qui permet la gratuité également. 35 jeunes, soit 63% sont allés au terme des deux entretiens et ont reçu une orientation vers une psychothérapie.

nous avons un contrat de prestations) et bénéficiant par conséquent d'un accès facilité du point de vue financier, ceci représente environ deux tiers des personnes consultantes.

Ces mesures en faveur des personnes ayant des conditions financières

« Utile en cas de crise, de s'asseoir, d'avoir un retour par un psy et d'être aidée à envisager un dénouement et un accompagnement thérapeutique. »

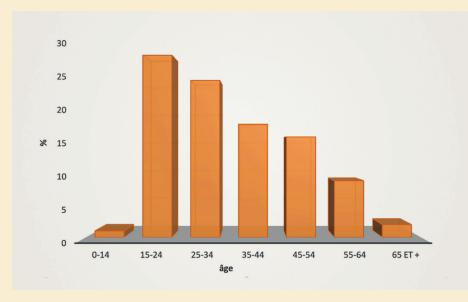
Graph 1. Evolution du nombre de demandes depuis 2007



Note : la structure a ouvert fin juin 2007

Pour la première fois, Trajectoires enregistre une baisse des demandes (-6%). Ceci correspond-il au début d'une stabilisation des demandes ou n'est-ce qu'un phénomène transitoire ? L'évolution au 1er trimestre 2017 montre que la courbe continue de croître.

Graph 2. Consultants par tranches d'âge en pourcent



30% des consultants ont entre 15 et 24 ans.

restreintes agissent favorablement en terme d'accès aux soins et donc de santé publique. On peut dire que pour une majorité d'entres elles, si elles n'avaient pas eu la possibilité de venir à Trajectoires, elles n'auraient probablement pas commencé une thérapie.

De plus notre dispositif remplit un point important des recommandations du Rapport de base 2016 de Promotion Santé suisse, *Santé Psychique au cours de la vie*. En effet, notre action contribue à « améliorer la capacité à chercher, comprendre, sélectionner et utiliser de manière appropriée les informations et services existants en matière de santé psychique » pour tout un chacun, quel que soit son statut socio-économique.

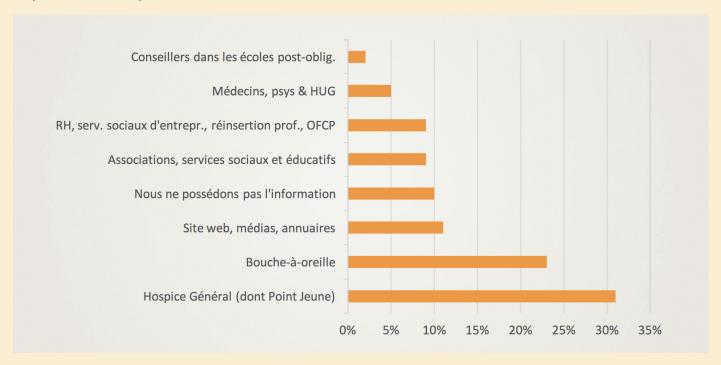
Information gratuite et entretiens d'orientation vers une démarche psychothérapeutique

| Nb total des demandes | 586 |
|----------------------------|-----|
| Personnes consultantes | 425 |
| Professionnels de la santé | |
| et du social | 161 |

Information gratuite pour tous: public et professionnels

Elle comprend l'accueil téléphonique, le travail préliminaire autour de la demande vers une psychothérapie et la prise de rendez-vous pour un premier entretien. A ce stade, nous offrons une information transparente sur la psychothérapie (les formes et modalités des psychothérapies, leurs coûts, leurs modes de remboursement). Il s'agit de démystifier, lever les aprioris et rendre une démarche psychothérapeutique accessible.

Graph 3. Comment les personnes consultantes ont connu notre association



Prestations auprès des acteurs de la santé et du social

| Type de demande des acteurs de la santé | 161 |
|--|-----|
| Collaboration de réseau | 37% |
| Mise à jour du répertoire des psychothérapeutes | 47% |
| Information sur les prestations | 11% |
| Fonctionnement de l'association | 5% |

La collaboration de réseau comprend le passage de témoin en vue d'entretiens d'orientation, l'aide à l'indication de la psychothérapie, le maintien et le développement des connexions avec les équipes et structures du réseau.

Prestations auprès des personnes consultantes

| Nombre de demandes des consultants | 425 |
|--|-----|
| Information gratuite débouchant sur un premier entretien d'orientation | 77% |
| Information gratuite sur la demande d'aide et les prestations psys possibles | 23% |

Près de 80 % des prises de contact débouchent sur une demande d'entretien d'orientation. Lors de cette étape cruciale, la psychologue répond souvent à une situation douloureuse, de crise et crée les conditions propices à la 1ère rencontre. L'information gratuite renseigne également les proches qui se questionnent.

Qui sont les consultants ayant une demande?



N=425, 60% de femmes, 37% d'hommes et 2% de mineurs.

| Nombre d'entretiens 43 | 4 |
|--------------------------|----|
| Nombre d'orientations 21 | .8 |

« Trajectoires effectue un excellent travail et m'a permis de gagner du temps en étant orienté vers les thérapeutes les plus susceptibles de correspondre à mes besoins. »

Les entretiens d'orientations aident les personnes à faire le point sur leur situation, vulnérabilités, ressources et à évaluer leurs besoins. Les orientations personnalisées garantissent un délai d'attente raisonnable vers une liste choisie de maximum trois psychothérapeutes/consultations qualifiés.

Feed-back des consultant-e-s

Nous questionnons chaque année les consultant-e-s ayant reçu une orientation afin de connaître leur satisfaction et améliorer la qualité de nos prestations. Cette étude porte sur les consultant-e-s venu-e-s en 2015. Le taux de réponse est de 27,5%.

| Satisfaction des entretiens à Trajectoires ? | 92% |
|--|------|
| Utilisation de la liste des psys, transmise en fonction | |
| des besoins? | 78%* |
| *Parmi les consultant-e-s qui ont utilisé la liste, adéquation en | |
| fonction de leurs besoins? | 82% |
| Une démarche psychothérapeutique est | 000/ |
| en cours (ou terminée) ? | 80% |

Le taux de satisfaction général est élevé et l'adéquation en fonction des besoins est très satisfaisante. De plus, 80% ont entrepris une démarche psy. Pour certains, les deux entretiens ont été suffisants et ils savent pouvoir utiliser la liste des psys reçue si besoin. Pour d'autres, la difficulté à s'engager dans une démarche reste, l'ambivalence étant encore de mise. Ces consultants qui ont donné leur nom sont recontactés afin de leur proposer un nouvel entretien gratuit pour leur permettre d'oser poursuivre le processus vers une psychothérapie.



Trajectoires rencontre plusieurs fois par an des institutions, associations et structures des secteurs médico-psycho-social, éducatif et entrepreneurial du Canton de Genève, dans le but d'échanger autour de nos missions, de tisser ou enrichir des collaborations spécifiques.

Les équipes partenaires rencontrées dans le cadre du [café] Réseau :

Pour les jeunes :

- Pro-apprenti-e-s de l'OFCP, une équipe de psychologues conseillers en orientation aident les jeunes à surmonter un passage difficile au sein de leur apprentissage.
- SOS enfants (BCAS), une équipe de psychologues offre gratuitement un soutien psychologique aux enfants, ados et leurs parents.

Domaine Ressources Humaines:

Dans un but de prévention des risques psychosociaux (absentéisme, difficultés relationnelles au travail, burnout, etc.) et suivant les directives du SECO, nous proposons aux RH d'entreprises de mettre à disposition de leurs employés un bon gratuit, anonyme et confidentiel pour deux entretiens d'évaluation et d'orientation.

Le service **RH de MSC** met en place cette prestation fin 2016 pour ses employés.

Rencontres et collaboration avec Jean-Yves Mercier président de Self-Leadership Foundation et professeur à l'université de Genève: nous avons bénéficié de son expertise afin de définir les critères de sélection des coachs pouvant accéder au nouveau répertoire des coachs de Trajectoires:

 Le service santé pour le personnel des Etablissements Publics pour l'Intégration (EPI)

Problématiques rencontrées

- Le franchissement d'étapes de vie: puberté, jeune adulte, mariage, parentalité, décennies, retraite
- Les difficultés relationnelles familiales: conflits intergénérationnels, questions sur sa propre enfance, famille monoparentale, abus sexuel et de pouvoir, violence intrafamiliale, conséquences de la séparation pour les enfants, trouver sa place dans la famille recomposée, sens de l'échec scolaire
- Les difficultés de couple: peine à s'investir dans une relation affective ou dans la durée, conflits et crises, jalousie, infidélité, violence, sexualité, ruptures et leurs conséquences émotionnelles, choix de l'orientation sexuelle, coming-out.
- Les difficultés de formation et professionnelles: intégration dans un groupe, échec à l'examen, choix d'une profession et de son avenir, réinsertion professionnelle, épuisement, mobbing, harcèlement, conflits avec les collègues, chômage.
- Les difficultés sociales et financières qui péjorent la santé psychique: marginalisation ou désocialisation, isolement et précarité, dettes
- La maladie physique: troubles psychosomatiques et douleurs, conséquences des maladies chroniques et invalidantes.
- Egalement: dépression, deuil, gestion des émotions et anxiété, troubles alimentaires et addictions, stress post-traumatique, conséquences de la migration et de l'exil, besoin de questionner une thérapie en cours, questionnement des proches aidants.

«J'avance bien et je suis beaucoup moins triste qu'avant. J'ai plus confiance en moi face aux aléas de la vie. Merci pour l'aide aux personnes en perte de repères comme moi.»

- Ariane Dreyfus, psychologue faisant partie du groupe de confiance à l'Etat de Genève
- Le cabinet de psychologues du travail Edna Didisheim
- L'Œuvre suisse d'entraide ouvrière (OSEO)

Et encore:

- Le Service d'Addictologie Grand-Pré des HUG (Prof. D. Zullino), avec lequel nous ouvrons une collaboration en orientant de manière directe les personnes vers les psychothérapeutes adéquats de la consultation (dont nous connaissons la pratique), sans passer par la phase d'évaluation du service. Cela permet de faciliter l'accès et gagner du temps pour les futurs patients.
- L'association romande DIS NO, contribue à prévenir la maltraitance et abus sexuels envers les enfants. Trajectoires collabore et soutient DIS NO, dans son développement d'un réseau de psychothérapeutes qualifiés prêts à recevoir en thérapie des personnes préoccupées par une attirance ou des fantasmes sexuels envers des enfants.
- Echanges avec les associations de sourds et malentendants : l'association genevoise des malentendants (AGM) et la Fédération suisse des sourds, dans le but d'explorer si les personnes sourdes et malentendantes ont un accès facile vers les démarches psychothérapeutiques. Plusieurs échanges avec la Fédération suisse des sourds, qui crée pour la Romandie une brochure de sensibilisation sur la santé. contenant des listes de psys pratiquant la langue des signes notamment. Dans son répertoire, Trajectoires dispose d'une liste de psys répondants à ces diverses demandes.
- Rencontres avec Appartenances; le projet pôle santé du nouveau quartier des Vergers à Meyrin.

| PERTES & PROFITS 2016 | | | |
|----------------------------------|------------|---------------------------------|------------|
| RECETTES | | CHARGES | |
| Subventions publiques | | Frais en personnel | 126 892,05 |
| - Etat Genève | 28 000,00 | Frais de locaux | 15 906,10 |
| - Communes | 16 250,00 | Frais de communication | 5 855,00 |
| Soutiens financiers | | Frais administration | 5 538,10 |
| - Famille Firmenich | 15 000,00 | | |
| - BCGe | 2 000,00 | Marchandises et prests de tiers | 1 635,60 |
| - Fondation privée genevoise | 25 600,00 | Frais AG + Comité | 1 520,75 |
| - Fondation Coromandel | 10 000,00 | | |
| - Donateur anonyme | 5 000,00 | | |
| | | | |
| Entretiens d'orientation | 20 250,00 | Fond de solidarité | 8 055,00 |
| Prestations pour l'HG | 22 985,00 | | |
| Prestations pour ABA | 1 440,00 | Consults fonds solidarité 2015 | 1 180,00 |
| Fonds de solidarité | 8 055,00 | Consultations fonds jeunes | 1 770,00 |
| Consultations fonds jeunes | 1 770,00 | | |
| | | | |
| Cotisations membres | 9 550,00 | | |
| Dons | 21 485,00 | | |
| Locations tiers, autres produits | 1 350,95 | | |
| Réserve 2015 rencontres psys | 2 880,00 | | |
| Total recettes | 191 615,95 | Total charges | 168 352,60 |
| RÉSULTAT DE L'EXERCICE | 23 263,35 | | |

Rencontres, échanges, contributions

4 rencontres avec des groupes de 5 psychothérapeutes faisant partie du répertoire ont eu lieu à Trajectoires avec notre équipe. L'objectif, à travers la présentation d'une vignette clinique et les

échanges autour, sous la forme d'une intervision, est de mieux les connaître, leur style, compétences et qualités, afin d'affiner nos orientations et indications vers leurs pratiques.

Trajectoires participe et s'engage à travers 4 évènements:



Trajectoires est une association qui oriente de manière éthique vers la psychothérapie.

Association Trajectoires 9, rue du Vuache CH - 1201 Genève Tél: 022.344.45.77 www.trajectoires.ch info@trajectoires.ch

Sur rendez-vous

- Deux Forums organisés par la DGS:
 « Quelles action pour promouvoir la santé des genevois? » ainsi que le
 « Forum sur la promotion de la santé mentale à Genève ».
- Meyrin: Journée participative, quelle intégration pour les meyrinois en situation de vulnérabilité sociale? Engagement de Trajectoires au sein de la Plate-forme pour l'intégration à Meyrin (PIM).
- Intervention lors du Colloque du Réseau à l'épreuve de la crise suicidaire chez l'adolescent, organisé par AiRe d'Ado: « Comment deux jeunes femmes ont été accueillies et orientées ». De plus, 5 rencontres au sein de la cellule de coordination d'AiRe d'Ado, autour d'un adolescent, en tant que représentant du pôle santé.

S'inscrit dans trois groupes de réflexion :

- « Groupe de travail en santé mentale » créé par la DGS, qui a pour mission de contribuer à définir les besoins, objectifs et priorités d'action du Canton en matière de promotion de la santé mentale et de prévention des troubles psychiques.
- «Think Tank AGPsy», groupe de réflexion stratégique dont l'objectif est d'aborder les problématiques actuelles de la profession de psychologue, et dessiner les contours de ce qu'elle pourra être dans le futur.
- Comité de relecture du site internet romand santépsy.ch, dont le lancement a eu lieu le 10.10.2016.

Guide des ressources

Il s'articule sur deux plans:

 Développement et mise à jour du Répertoire des psychothérapeutes, comprenant des informations détaillées sur leur approche et terrains spécifiques d'application, les langues étrangères, le délai d'attente, les modes de remboursement. Les psychologues et psychiatres ont une formation et expérience conforme à la loi genevoise sur la santé et ont un droit de pratique pour le canton de Genève.

2. Mise à jour du Répertoire des consultations et associations

| Répertoire des psychothérapeutes | 174 p | sys |
|--|-------|-----|
| Psychologues- psychothérapeutes | 80% | 140 |
| dont 63 psychologues- psychothérapeutes en délégation | 67% | 94 |
| Psychiatres- psychothérapeutes | 20% | 34 |

Psychothérapie déléguée: le psychologue-psychothérapeute pratique sous le même toit qu'un psychiatre qui lui délègue les thérapies. C'est l'assurance de base (LAMal) qui prend alors en charge le remboursement.

Perspectives 2017-2018

- Travailler en amont avec les professionnels-relais en situation de détection précoce, afin de les sensibiliser au repérage et à communiquer autour de la demande.
- Poursuivre les collaborations avec les RH d'entreprises à l'aide de bons de consultations gratuits et anonymes à l'attention des employés.
- Accentuer le maintien de la qualité de nos prestations: garantir la prise de rendez-vous dans un délai d'une semaine.
- Développer le réseau Web, en direction des professionnels, le tout public et les jeunes.
- Organiser un évènement de promotion de la santé psychique à l'occasion des 10 ans de Trajectoires.

Equipe 2016

- Sandra Solai, psychologue, Directrice
- Nadine Fuchs-Carreras, Psychologue
- Claire Russo, puis Sandra Carlucci, *Psychologues*
- Claudia Béhanzin, puis Alicia Ségui,
 Secrétariat réseau

Nous tenons à remercier particulièrement nos 4 superviseurs: Nino Rizzo, Benoît Reverdin, Sylvie Monnier et Laurent Mammana qui offrent à l'équipe des supervisions de qualité selon leurs approches respectives.

L'Association compte 114 membres dont 4 associations.

Comité 2016-2017

• Président : Jean Zufferey

• Vice-Présidente : Clémence Bidaud

• Trésorier : Richard Bonjour

• Café Réseau: Myriam Aissaouï

- Communication : Maurine Junod
- Recherche de fonds: Nathalie Grimard, puis Diane Sulliger
- Vérificatrices des comptes : Sophie Lochet et Céline Miserez

Soutiens

Toute notre reconnaissance et gratitude s'adressent à l'ensemble de nos donateurs en 2016 :

En particulier la République et Canton de Genève, la Fondation Philanthropique Famille Firmenich, une fondation privée genevoise, la Fondation Coromandel, la BCGE.

Les Communes de Bardonnex, Chêne-Bougeries, Chêne-Bourg, Collonge-Bellerive, Dardagny, Grand-Saconnex, Meinier, Meyrin, Onex, Plan-les Ouates, Pregny-Chambésy, Russin et Soral.

Nos donateurs privés et nos membres cotisants.