



RAPPORT ANNUEL 2023

TRAJECTOIRES : UN PREMIER PAS
VERS LE MIEUX-ÊTRE



TRAJECTOIRES
accueil • écoute • orientation

TÉMOIGNAGE



Trajectoires a changé ma vie. Je percevais un problème sous-jacent, mais je n'avais pas idée de l'ampleur du problème. Comme j'imagine beaucoup de monde, je n'avais pas de contact psy et je ne savais vers qui me tourner. Une collègue m'a parlé de Trajectoires, j'ai eu un rdv avec une psychologue qui a mis en lumière le fait qu'il était essentiel que je sois suivie par un.e professionnel.le. La mise en contact avec ma psy actuelle s'est faite facilement, un suivi a été mis en place. Un grand merci pour ça!

Emma



TRAJECTOIRES EN 2023

Désormais reconnue comme organisation de psychologues-psychothérapeutes, Trajectoires a obtenu le droit de facturer ses prestations d'orientation à l'assurance obligatoires des soins (AOS), comme le permet désormais la nouvelle loi sur le remboursement de la psychothérapie psychologique. Cette reconnaissance constitue une réelle opportunité, car elle facilite non seulement l'accès aux soins psychiques à la population générale mais elle permet également à Trajectoires de bénéficier de davantage d'autonomie sur le plan financier. L'association entrevoit désormais la possibilité d'investir des ressources dans le développement d'autres projets de prévention.

En revanche, ce changement a nécessité un grand nombre d'adaptations dans la pratique quotidienne de Trajectoires, constituant un véritable défi en termes logistiques. En outre, nous avons remarqué que certaines couches de la population, notamment les jeunes ayant une franchise élevée, semblent moins enclins à venir consulter après la mise en place de ce nouveau système. Bien que nous manquions de recul pour en tirer des conclusions, il pourrait s'agir là d'une difficulté dans l'accès aux soins inhérente à notre système de santé, à laquelle la psychothérapie psychologique fait désormais face du fait de son entrée dans l'AOS.

Cette année encore, l'association a poursuivi sa croissance puisque le nombre de demandes – 1078 – a augmenté de 11% et que le nombre d'entretiens réalisés – 1123 – et de personnes orientées – 598 – ont augmenté respectivement de 22% et 17%.

Elle compte également 15 nouveaux.elles arrivé.e.s au sein de son répertoire qui réunit désormais plus de 250 psychothérapeutes (psychologues et psychiatres).

Nous tirons finalement un bilan très positif de cette année et nous réjouissons de développer et concrétiser de nouveaux projets à l'attention de la population.

1



2



3



4



4 ÉTAPES VERS LA PSYCHOTHÉRAPIE

01. PRENDRE RENDEZ-VOUS PAR TÉLÉPHONE

Vous échangez avec un.e psychologue de l'équipe à qui vous pouvez poser vos questions et, le cas échéant, prendre rendez-vous.

02. PREMIER ENTRETIEN: IDENTIFICATION DES BESOINS

Vous abordez votre situation avec un.e psychologue de l'équipe qui vous aide à identifier vos besoins et définir vos objectifs.

03. SECOND ENTRETIEN: ORIENTATION PERSONNALISÉE

Vous recevez une proposition de soins taillée sur mesure par rapport aux besoins identifiés lors du premier entretien.

04. DÉMARRER LA PSYCHOTHÉRAPIE

Vous avez désormais en votre possession les informations qui vous permettent de contacter un.e thérapeute pour commencer un suivi.

NOTRE ACTIVITÉ D'ACCUEIL ET D'ORIENTATION EN 2023

1078

Personnes se sont adressées
à Trajectoires

Parmi ces demandes:

- **698** demandes ont abouti à un premier RDV
- **380** demandes d'information
- De nombreux contacts, formels et informels, avec les professionnel.le.s du réseau socio-sanitaire genevois (psychothérapeutes, assistant.e.s sociaux, éducateurs.trices, etc.)



698
demandes de
rendez-vous par
téléphone



568
premiers entretiens
réalisés



545
seconds entretiens
réalisés (et 10
troisièmes entretiens)



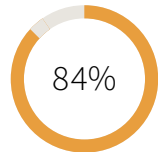
598
personnes équipées
pour commencer
leur psychothérapie

ENQUÊTE AUPRÈS DES CONSULTANT.E.S

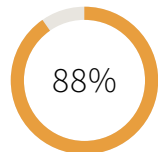
DURANT L'ÉTÉ 2023, NOUS AVONS MENÉ UNE ENQUÊTE DE SATISFACTION AUPRÈS DES CONSULTANT.E.S AYANT FAIT APPEL À TRAJECTOIRES EN 2022.



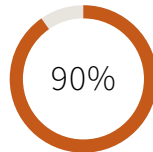
Personnes ont répondu à notre questionnaire.



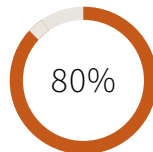
Des personnes estiment que Trajectoires leur a été utile.



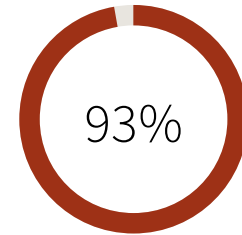
D'entre elles ont entamé une psychothérapie à la suite de leur passage.



Des consultant.e.s ayant effectué le processus d'orientation complet ont utilisé la liste de thérapeutes que nous leur avons transmise.



Ont trouvé que cette liste répondait adéquatement à leurs besoins.



Des consultant.e.s recommanderaient Trajectoires à leur entourage.

TÉMOIGNAGE



J'étais un peu perdu, à la recherche d'un.e thérapeute et ne sachant pas très bien comment choisir. Trajectoires m'a proposé, après un premier entretien, une liste de 3 personnes qui correspondaient vraiment à mes besoins. J'ai pu entamer (et terminer) une psychothérapie qui m'a été très utile. Je ne peux que recommander de passer par Trajectoires, pour moi en tout cas ça a été très efficace et utile.

Olivier



COUP DE PROJECTEUR : LE RÔLE DES MÉDECINS PRESCRIPTEURS

Aujourd'hui, les psychothérapies exercées par des psychologues sont remboursées par l'AOS sur prescription établie par un médecin généraliste, pédiatre, psychiatre ou autre spécialiste en cas d'urgence.

Ce changement a certainement dû entraîner des répercussions sur la pratique de ces médecins: des patient.e.s leur demandent désormais de prescrire des séances de psychothérapie auprès de psychologues qu'ils ne connaissent peut-être pas et pour lesquels ils engagent une certaine forme de responsabilité. Par ailleurs, il arrive que ces médecins ne connaissent que quelques psychothérapeutes et ignorent leur délai pour recevoir de nouveaux patients.

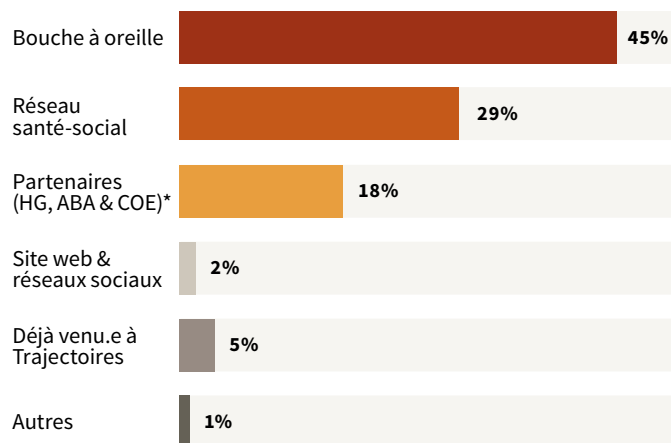
En tant que médecins, ils sont néanmoins en première ligne pour constater les difficultés psychiques de leurs patient.e.s. Si la volonté de débiter une psychothérapie est parfois claire et affirmée pour certaines personnes, pour d'autres, au contraire, aborder la question de la santé psychique n'est pas évident. Il existe en effet encore aujourd'hui de nombreuses barrières pouvant entraver la demande d'aide, comme les préjugés liés à la santé psychique, la méconnaissance des troubles et des possibilités de traitement, ou la difficulté de trouver un.e thérapeute rapidement disponible. C'est en ce sens que Trajectoires a amorcé un travail visant à se faire davantage connaître des médecins mais surtout à promouvoir une certaine collaboration avec eux.

Notre travail semble avoir porté ses fruits puisque, parmi les 29% des personnes qui ont été orientées à Trajectoires via le réseau santé/social, 13% d'entre elles ont été orientées par leur médecin traitant. Cela marque un changement significatif puisque en 2022, elles ne représentaient que 3%.

COMMENT LES CONSULTANT.E.S ONT-ILS.ELLES CONNU TRAJECTOIRES?

PROVENANCE DES CONSULTANT.E.S

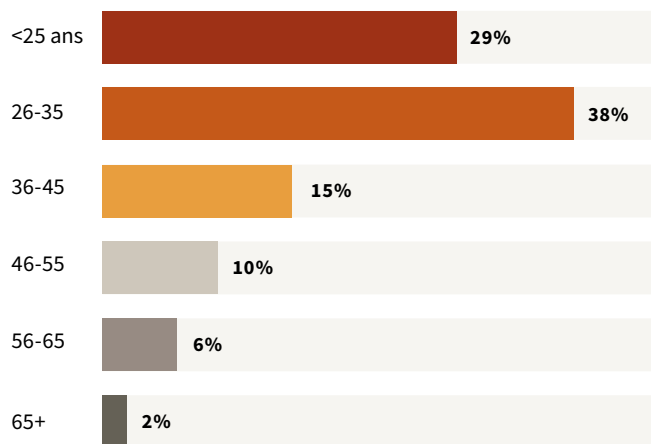
N = 286



* Hospice général, Association pour le Bien-être des Aveugles et Conseil Oecuménique des Eglises

QUEL EST L'ÂGE DES CONSULTANT.E.S À TRAJECTOIRES?

RÉPARTITION DES CONSULTANT.E.S PAR TRANCHES D'ÂGE
N = 555



En 2023, et pour la première fois dans l'histoire de Trajectoires, la tranche d'âge des moins de 25 ans n'est pas celle qui a consulté le plus nos services. Si les deux tiers de notre patientèle restent, comme de coutume, les personnes âgées de moins de 35 ans, il s'agit néanmoins d'un phénomène intrigant.

En effet, l'Office fédéral de la statistique a récemment informé d'une augmentation de la détresse psychologique dans la population, et notamment auprès des jeunes femmes de 15-24 ans. Les jeunes, qui ont peu de moyens financiers et une franchise élevée, renonceraient-ils alors à consulter pour des raisons financières?

Bien que Trajectoires propose toujours la gratuité aux jeunes pour ses prestations d'orientation grâce au Fonds de solidarité, les raisons financières peuvent constituer un frein dès lors qu'ils souhaitent démarrer un suivi psychothérapeutique à la suite de leur passage.

Par ailleurs, nous observons également une légère mais constante augmentation des consultations de personnes âgées de 65 ans et plus: en 2022, elles n'étaient que de 1%, avant de passer à 2% en 2023 avec une tendance encore à la hausse au premier trimestre 2024 (5%).

Si l'on élargit aux personnes âgées de 56 ans et plus, l'augmentation est encore plus marquée: 5% en 2022, 8% en 2023 et une tendance à 13% au premier trimestre 2024. Comme pour les personnes plus jeunes, les raisons de cette dynamique sont à ce jour obscures et feront l'objet d'investigations de notre part.



COUP DE PROJECTEUR : TRAJECTOIRES AU FESTIVAL ALTERNATIBA

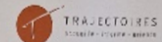
Trajectoires est allée à la rencontre du grand public en tenant un stand au Festival Alternatiba qui s'est déroulé au Parc des Bastions début septembre.

Outre les diverses informations données sur les activités de l'association, la santé psychique ou encore la psychothérapie et les soins qui existent à Genève, nous avons proposé une activité qui avait pour but d'informer et sensibiliser les personnes sur les différentes orientations qui existent en psychothérapie.

Nous en avons également profité pour demander aux passants ce qu'était pour eux la psychothérapie. Voici quelques-unes des réponses: «Me (re)trouver», «Réfléchir sur qui je suis vraiment», «Indispensable pour chaque être humain, même pour les

plus sains d'esprit et ceux sans trauma», «Se réconcilier avec soi-même et ses traumas», «Parler à quelqu'un sans jugement».

Au moment de tirer le bilan de l'événement, une impression prédomine: de nombreuses personnes se sont arrêtées pour lire nos flyers et autre roll-up, mais peu d'entre elles ont «osé» venir nous parler directement. Un signe supplémentaire des tabous qui entourent aujourd'hui encore la santé psychique, dont on ne parle que difficilement à visage découvert?



TRAJECTOIRES: UN PREMIER PAS VERS LE MIEUX-ÊTRE

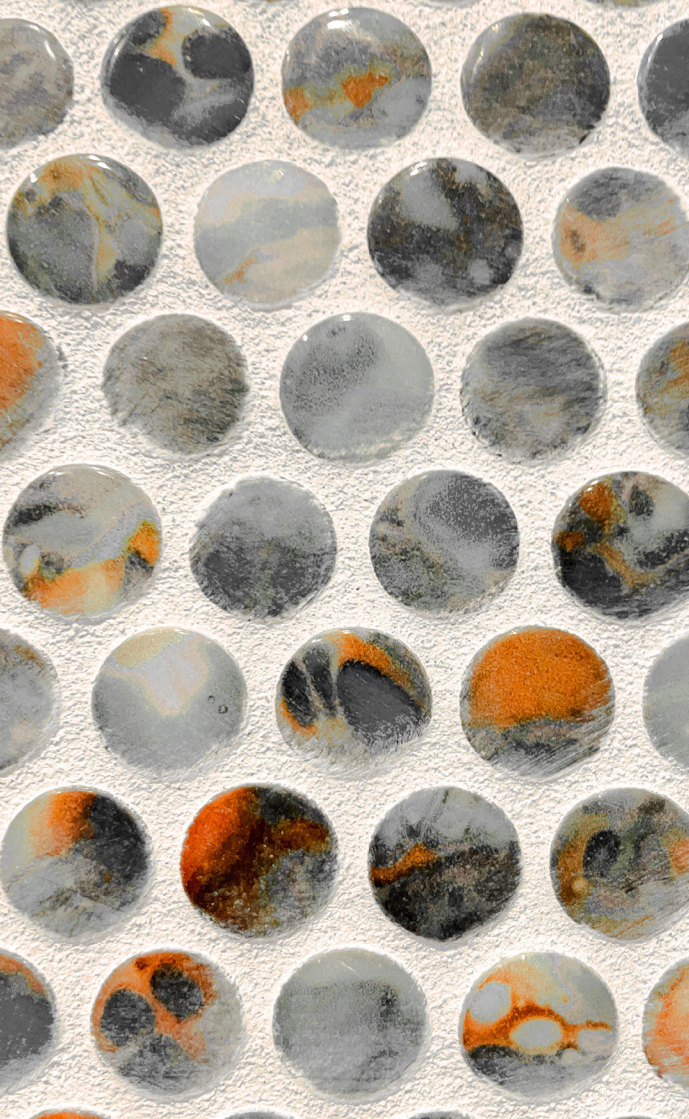
Vous vous posez des questions sur la santé psychique ou souhaitez des renseignements sur les diverses possibilités de soins à Genève?

L'équipe de Trajectoires vous répondra et vous aidera à trouver des solutions adaptées à vos besoins et à votre situation. Venez nous rencontrer en toute confiance et nous vous accompagnerons.

Vous désirez commencer un suivi psychothérapeutique? Vous ne savez pas comment trouver un·e psy qui vous convient?

Quel·le est le·la professionnel·le qui correspond à votre situation? Comment choisir un·e professionnel·le qui vous convient? Comment trouver un·e professionnel·le qui vous convient?





L'IMPORTANCE DU TRAVAIL EN RÉSEAU

En tant que plateforme indépendante et éthique entre la population, les services sociaux, les médecins de famille, les entreprises (ressources humaines) et les services psychologiques existants (publics, privés, psychiatres et psychologues, associatifs), Trajectoires accorde une grande importance au travail de réseau.

En effet, pour pouvoir réaliser un travail d'information et d'orientation qui soit le plus approprié à chaque personne et à chaque problématique, il est essentiel pour nous de connaître au mieux les acteurs genevois, d'échanger autour de nos missions, de tisser ou enrichir des collaborations spécifiques.

LE TRAVAIL DE RÉSEAU RÉALISÉ EN 2023



ATELIERS DE SENSIBILISATION

Trajectoires propose aux professionnel.le.s des ateliers de sensibilisation sur les troubles psychiques et la psychothérapie.

→ **En 2023, 2 ateliers ont été réalisés pour 21 assistant.e.s sociales aux des Centres d'Action Sociale de l'Hospice général à Saint-Jean et à Vernier.**

Trajectoires avait déjà réalisé des ateliers pour les collaborateurs et collaboratrices de l'Hospice général en les accueillant dans le cadre de leur formation interne. Cette année, le dispositif des ateliers a sensiblement changé puisque chacun d'entre eux a été réalisé au sein même du CAS pour une équipe de professionnel.le.s déjà constituée. Ce changement a permis une amélioration de la qualité des ateliers comme attesté par des retours

très positifs. L'organisation in situ avec une équipe ayant l'habitude de travailler ensemble a certainement contribué à l'augmentation des échanges autour de situations sociales concrètes.

LES PSYCHOLOGUES DU RÉPERTOIRE

La particularité de Trajectoires est de développer et d'entretenir un répertoire détaillé de spécialistes (psychologues-et psychiatres-psychothérapeutes) avec qui nous collaborons et entretenons des liens régulièrement.

→ **2 rencontres d'intervision ont été organisées afin de resserrer les liens avec les psychothérapeutes de notre répertoire. Elles ont ainsi réuni 15 professionnel.le.s.**

→ **15 nouveaux et nouvelles psychothérapeutes ont intégré notre répertoire en 2023.**

→ **Actuellement, 254 professionnel.le.s font partie du répertoire de Trajectoires.**

LES ÉQUIPES RENCONTRÉES

ADEPSY, CAP Formation, Le Biceps, STOP SUICIDE, L'Ecole des Parents, La Fondation 022 Familles, Le CTAS, Le Collectif Santé Mentale Genève, Le Collège du rétablissement de Pro Mente Sana, minds, AUTONOMIA

COMPTE DE RÉSULTAT 2023

CHARGES		PRODUITS	
Activités	22'719,00	Produits nets des prestations	269'141,00
- Permanence téléphonique	14'706,00	Produits bruts des prestations	302'515,00
- Fonds de solidarité	5'561,00	./.Pertes sur créances et variation provision ducroire	- 33'374,00
- Orientations	2'012,00	Contributions du secteur public	61'400,00
- Prestations de tiers	440,00	État de Genève	50'000,00
Charges de personnel	305'095,00	Commune de Chêne-Bourg	6'000,00
Autres charges d'exploitation	45'977,00	Commune de Meinier	200,00
- Charges des locaux	27'320,00	Commune de Vandoeuvres	500,00
- Charges d'administration et d'informatique	17'320,00	Commune de Grand-Lancy	1'000,00
- Charges de publicité	1'337,00	Commune de Meyrin	1'000,00
Charges et produits financiers	210,00	Commune de Pregny-Chambésy	1'500,00
Charges exceptionnelles, uniques ou hors période	10'000,00	Commune de Russin	1'000,00
		Comune de Chancy	200,00
		Soutiens financiers privés	61'450,00
		Fondation Alfred & Eugénie Baur	10'000,00
		Ernst Göhner Stiftung	15'000,00
		Autres Fondations privées	29'000,00
		Cotisations des membres	6'740,00
		Dons de particuliers	710,00
		Autres produits	50,00
TOTAL DES CHARGES	384'001,00	TOTAL DES PRODUITS	392'041,00
RÉSULTAT DE L'EXERCICE	8'040,00		

BILAN FINANCIER 2023

ACTIFS		PASSIFS	
Actifs circulants	102'331,00	Capitaux étrangers à court terme	18'639,00
Trésorerie	29'925,00	Dettes à court terme résultant de l'achat de prestations de service	1'906,00
Créances résultant des prestations de service	55'736,00	Passifs de régularisation (passifs transitoires) et provisions à court terme	16'733,00
Du croire - provision pour risque sur créances	- 9'000,00	Capital de l'organisation	85'731,00
Actifs de régularisation	25'670,00	Fonds propres de l'association	77'691,00
Actifs immobilisés	2'039,00	Bénéfices ou perte reporté	8'040,00
Immobilisation financières	1'717,00		
Immobilisations corporelles meubles	322,00		
TOTAL DES ACTIFS	104'370,00	TOTAL DES PASSIFS	104'370,00

LES VISAGES DE TRAJECTOIRES EN 2023



L'association réunit
63 membres dont
3 organisations.

ÉQUIPE Equivalent temps plein : 275%



Diane Sulliger
Directrice
administrative/projets



Marc Baertschi
Directeur clinique



Joëlle Ducat
Psychologue-
psychothérapeute



Leyla De la Grandville
Psychologue-psychothérapeute
jusqu'à août



Nadia Leuzzi-Boaretto
Psychologue-
psychothérapeute



Noémie Lamy Rousseau
Psychologue-psychothérapeute
en formation



Maryline Rodellar
Psychologue-
psychothérapeute



Sara Poncini
Secrétaire-comptable



Marie Kamkoum
Psychologue-psychothérapeute
dès novembre

COMITÉ



Ludivine Bertizzolo
Trésorière



Nicolas Favez
Chargé de relation avec
l'Université de Genève



Sandra Carlucci
Référente pour la clinique

Vérificateur et vérificatrice
aux comptes

Laurent Mammana
Psychologue-psychothérapeute

Viviana Barbato
Psychologue-psychothérapeute

PERSPECTIVES 2024

1

DÉVELOPPER DE NOUVELLES ACTIVITÉS DE PRÉVENTION

Après plus de 15 ans, l'activité d'orientation que réalise Trajectoires est connue et reconnue dans le réseau psycho-social genevois. Aujourd'hui, il s'agit de développer de nouvelles activités de sensibilisation destinées au grand public mais aussi aux populations particulièrement vulnérables. En 2024, deux ateliers de sensibilisation sont au programme; l'un pour les jeunes et l'autre pour les adultes.

2

COMMUNIQUER SUR LA SANTÉ PSYCHIQUE ET LES POSSIBILITÉS DE SOINS

Depuis sa création, Trajectoires poursuit essentiellement sa mission d'information en répondant aux questions que les personnes se posent sur la santé psychique et les diverses possibilités de soins qui existent à Genève. Aujourd'hui, elle souhaite agir en amont en produisant elle-même différents contenus. En partageant son expertise, elle aspire ainsi à améliorer les compétences des personnes en matière de santé psychique et de soins tout en se faisant connaître davantage du grand public.

3

CONSACRER DAVANTAGE DE TEMPS AUX INITIATIVES DE RÉSEAU

À Trajectoires, le travail de réseau est essentiel puisque son équipe fait le lien entre les personnes et leurs besoins en termes de santé psychique et les différents acteurs du réseau genevois qui peuvent y répondre spécifiquement. Aujourd'hui, elle souhaite créer davantage de liens et être plus présente dans le réseau. En 2024, Trajectoires a intégré le Collectif Santé Mentale Genève et participe activement à l'organisation d'un événement à l'occasion de la journée mondiale de la santé mentale qui aura lieu le 10 octobre.



REMERCIEMENTS À NOS SOUTIENS

Nos financeurs publics

Le département de la santé et des mobilités de la République et canton de Genève, en particulier M. Mauro Poggia et M. Pierre Maudet pour leur soutien, ainsi que les collaboratrices et collaborateurs du Secteur de prévention et promotion de la santé de l'Office cantonal de la santé. Les communes de Chêne-Bourg, Meinier, Vandoeuvres, Lancy, Meyrin, Pregny-Chambésy, Russin et Chancy.

Nos donateurs privés

La Fondation Alfred & Eugénie Baur, Ernst Göhner Stiftung ainsi que deux fondations souhaitant rester anonymes.

Nos partenaires

L'Hospice général, l'Association pour le Bien des Aveugles et malvoyants (ABA), le Conseil Œcuménique des Eglises, l'AGPsy (Association genevoise des psychologues) ainsi que tou.te.s les membres du réseau santé-social de Genève avec qui nous avons pu collaborer cette année et qui nous côtoient dans notre mission d'aide à la population genevoise et plus globalement pour la santé psychique.

Nos membres

Nos membres individuels et collectifs qui s'engagent pour la mission de Trajectoires et plus globalement la santé psychique en offrant leur soutien précieux et régulier.

TÉMOIGNAGE



Je suis allée vers Trajectoires parce que je trouvais trop difficile de choisir UNE personne au milieu de tous les thérapeutes existants. Après des années à vouloir commencer une thérapie, sans jamais faire le premier pas, n'avoir qu'un seul numéro à appeler a été la facilité qui m'a permis d'enfin me lancer dans ce parcours. La discussion avec la psychologue de Trajectoires m'a aussi permis de faire le tour de ma situation, et de mieux identifier ce que j'avais envie/besoin de travailler en priorité.

C'était un premier contact avec l'exercice de se raconter soi-même, comme une préparation ou un «amuse-bouche» pour la suite. Parmi les thérapeutes proposées, je suis allée en voir une, qui m'a sincèrement dit qu'il lui manquait une spécialisation pour pouvoir m'accompagner correctement. J'ai donc finalement, par mes propres moyens, trouvé une thérapeute spécialisée qui me convient tout à fait.

Maria

“

Mon passage à Trajectoires a été salvateur. J'y ai découvert les différents types de suivi psychologique et celui le mieux adapté pour moi, ce que je n'avais jamais eu la chance d'avoir auparavant, car c'était toujours des conseils de proches «va chez... elle/il est bien...» très flous et sans aucune conscience de la spécialisation de la personne. Aujourd'hui je suis toujours suivie par la personne conseillée par Trajectoires et je ne me suis jamais sentie autant comprise et soutenue. Heureusement, car cela m'a aidé à passer une grosse étape de ma vie et à prendre des décisions difficiles concernant mon entourage toxique pour moi. Je les recommande à tous.

Sophie



Association Trajectoires

25, route des Acacias CH - 1227 Les Acacias
+41 22 344 45 77 • info@trajectoires.ch
www.trajectoires.ch • CCP 17-274542-4