



**3<sup>ème</sup> Congrès national sur l'entraide autogérée**

# Groupes d'entraide entre jeunes adultes

**Samedi 19 novembre 2022**  
Careum Auditorium, Zürich

## Les groupes d'entraide pour les jeunes adultes

L'âge moyen dans les groupes d'entraide est relativement élevé (plus de 50 ans). Cependant, certains sujets abordés dans l'entraide ne concernent que les jeunes et d'autres posent des défis différents au quotidien pour les jeunes que pour les personnes plus âgées. Si certains jeunes concernés préfèrent échanger avec des personnes de leur âge, d'autres participent à des groupes d'âges mixtes. D'autres encore proposent de nouvelles formes d'échange et de communauté.

Quelles conditions doivent être réunies pour que l'entraide entre jeunes adultes fonctionne ? Comment les professionnel·le·s et les jeunes impliqués dans l'entraide peuvent-ils encourager l'entraide entre jeunes ? Le congrès vise à promouvoir un échange entre les jeunes concernés et engagés dans l'entraide et les professionnel·le·s sur ce type de questions.

# Aperçu du programme

**Samedi 19 novembre 2022, 9 h 15 – 16 h 30**

Après une présentation introductive au thème, trois blocs d'ateliers seront proposés. Quatre ateliers se dérouleront simultanément dans chaque bloc. Chaque atelier n'a lieu qu'une fois, il sera donc possible de participer à trois ateliers sur un total de 12. Un atelier par bloc sera à chaque fois traduit simultanément du français vers l'allemand et un autre de l'allemand vers le français. Détails : voir les pages suivantes

<b>Dès 8 h 30</b>	<b>Café, accueil</b>
<b>9 h 15</b>	<b>Mot de bienvenue</b> (A, traduit en F) Dr. Stefan Spycher, CEO Careum, Lukas Zemp, Directeur Info-Entraide Suisse
<b>9 h 45</b>	<b>Regard au-delà des frontières – L'entraide entre jeunes en Allemagne :</b> <b>Introduction au thème de la conférence</b> Equipe Entraide entre jeunes, Centre national de contact et d'information pour la promotion et le soutien des groupes d'entraide NAKOS (A avec traduction A > F)
<b>10 h 30 – 11 h 45</b>	<b>Premier bloc d'ateliers</b>  1.1 <b>L'entraide entre jeunes adultes se présente :</b> (f avec traduction f > a, discussion possible dans les deux langues) <b>Dépression post-partale Suisse</b> 1.2 <b>Les jeunes et le cancer ? L'offre AYA de la Ligue contre le cancer des deux Bâle</b> (uniquement en A) 1.3 <b>Participer sans être sur place !</b> (uniquement en A) <b>Les médias sociaux comme possibilité de soutien et d'échange entre des personnes concernées par une même maladie</b> 1.4 <b>Les young carers à la barre :</b> (A avec traduction A > F) <b>Formes participatives de soutien pour l'autonomisation des young carers</b>
<b>11 h 45 – 12 h 15</b>	<b>Réseautage, restauration, partie culturelle et interactive</b>
<b>12 h 15 – 13 h 30</b>	<b>Deuxième bloc d'ateliers</b>  2.1 <b>Collectif JAD</b> (F avec traduction F > A) <b>le processus de création d'une communauté d'enfants proches aidants</b> 2.2 <b>Collaboration entre entraide et établissements d'enseignement</b> (uniquement en A) 2.3 <b>MADNESST</b> (A avec traduction A > F) 2.4 <b>L'entraide entre jeunes : L'âge a-t-il une importance ? Pourquoi et pour qui ?</b> (uniquement en A)
<b>13 h 30 – 14 h 00</b>	<b>Réseautage, restauration, partie culturelle et interactive</b>
<b>14 h 00 – 15 h 15</b>	<b>Troisième bloc d'ateliers</b>  3.1 <b>L'entraide entre jeunes adultes se présente :</b> (uniquement en A) <b>young ilco et jeunes adultes guéris, Cancer de l'enfant en Suisse</b> 3.2 <b>Refuge-Neuchâtel – du soutien mutuel pour des jeunes personnes LGBTQ+</b> (F avec traduction F > A) 3.3 <b>MeWell-Community</b> (A avec traduction A > F) 3.4 <b>Du projet de recherche participatif à l'organisation d'entraide Careleaver Suisse</b> (uniquement en A)
<b>15 h 15 – 15 h 45</b>	<b>Réseautage, restauration, partie culturelle et interactive</b>
<b>15 h 45</b>	<b>Table ronde finale interactive : Que gardons-nous de cette journée ?</b> (bilingue avec traduction)
<b>16 h 30</b>	<b>Fin</b>

# 1<sup>er</sup> bloc d'ateliers

10h30 – 11h45

## 1.1 L'entraide entre jeunes adultes se présente :

**L'Association Dépression post-partale** (présentation en français avec traduction F > A, discussion bilingue possible)

- > **Felicitas Torri**, responsable Romandie
- > **Annika Redlich**, directrice du bureau Thalwil

L'Association Dépression Postpartale Suisse informe sur la dépression post-partum et vient rapidement en aide pour soutenir les parents concernés, proches et professionnel.e.s de la santé dans toute la Suisse. Lors du congrès Madame Annika Redlich, directrice du bureau de Thalwil et Felicitas Torri, responsable Romandie, partageront leurs expériences privées et professionnelles. Elles ont participé aux groupes de parole physiques lors des post-partum difficiles et animent maintenant virtuellement des groupes d'entraide en ligne pour des parents. Elles parleront des avantages et des difficultés des différentes formes de groupes de soutien qu'elles connaissent, expliqueront pourquoi le post-partum est une phase de vulnérabilité et quels sont les facteurs à risque d'après les dernières études.

## 1.2 Les jeunes et le cancer ? L'offre AYA de la Ligue contre le cancer des deux Bâle (uniquement en A)

- > **Miriam Döbeli**, Collaboratrice de projet Ligue contre le cancer des deux Bâle

L'offre AYA de la Ligue contre le cancer des deux Bâle est née à l'automne 2018 de l'initiative d'un jeune couple concerné. Depuis mai 2019, Miriam Döbeli est responsable du programme AYA en tant qu'ancienne proche d'un jeune patient atteint d'un cancer. Dans l'atelier, elle présente la manière dont elle a mis l'offre sur pied et quels sont selon elle les défis de l'entraide entre jeunes en Suisse.

## 1.3 Participer sans être sur place ! (uniquement en A)

**Les médias sociaux comme possibilité de soutien et d'échange entre des personnes concernées par une même maladie**

- > **Silvia Jauch**, manager en médias sociaux et influenceuse

Silvia Jauch souffre elle-même de rhumatisme et, en tant qu'« influenceuse », elle informe activement et régulièrement sur ce sujet et d'autres thèmes de son quotidien. Elle rapporte son expérience sur la manière dont les plateformes de médias sociaux telles qu'Instagram ou les blogs peuvent mettre en contact, soutenir et amener les personnes concernées à échanger ainsi que sur les défis qui cela engendrent.

## 1.4 Les young carers à la barre : (A avec traduction A > F)

**Formes participatives de soutien pour l'autonomisation des young carers**

- > **Eva Schellenberg**, BA, collaboratrice scientifique, Haute Ecole de santé Careum
- > **Fabian Berger**, MA, collaborateur scientifique, Haute Ecole de santé Careum
- > **Deux ou trois young carers**

Les « young carers » sont des jeunes entre 15 et 25 ans qui prennent soin d'un-e proche malade. Les nouvelles formes alternatives d'entraide communautaire « Get-Together » et « young carer peers » seront présentées en collaboration avec young carers. Le développement de ces groupes a été réalisé en étroite collaboration avec les young carers et leur devise est la suivante : « Nothing about me, without me ! »

# 2<sup>ème</sup> Bloc d'ateliers

12 h 15 – 13 h 30

## 2.1 Collectif JAD – le processus de création d'une communauté d'enfants proches aidants (F avec traduction F > A)

> **Muriel Vial**, travailleuse sociale, membre fondateur du collectif

> **Florian Sallin**, travailleur social, membre fondateur du collectif

Le Collectif JAD fédère les jeunes et moins jeunes qui ont grandi avec des parents ayant des troubles psychiques en Suisse romande et qui, par conséquent, se sont construits en tant qu'enfants proches aidants. Basé principalement sur le besoin d'échanger entre personnes ayant vécu des expériences similaires, le collectif a pour objectif de promouvoir la sensibilisation aux enfants proches-aidants auprès des professionnels de santé et des jeunes.

## 2.2 Collaboration entre entraide et établissements d'enseignement (uniquement en A)

> **Equipe d'entraide entre jeunes NAKOS**

La collaboration entre les centres de contact pour l'entraide autogérée et les établissements d'enseignement peut contribuer à attirer l'attention des jeunes sur l'entraide communautaire de façon adaptée au groupe cible. Les résultats actuels d'une enquête NAKOS sur les exemples de bonnes pratiques en matière de collaboration seront présentés. Les participant-e-s à l'atelier auront ensuite la possibilité d'échanger leurs points de vue de manière interactive.

## 2.3 MADNESST (A avec traduction A > F)

> **Simone Fasnacht**, fondateur-riche et co-président-e de MADNESST, accompagnateur-riche de rétablissement

MADNESST est un réseau d'activistes de la santé mentale dont la souffrance psychique a été diagnostiquée et qui sensibilise le public au thème de la santé mentale. Il développe, organise et réalise des projets visant à lever les tabous et la stigmatisation ainsi qu'à normaliser la souffrance psychique. Lors de l'atelier, la méthode de travail de MADNESST sera présentée et les participant-e-s réfléchiront à ce qui la lie et la différencie du concept de l'entraide.

## 2.4 L'entraide entre jeunes : L'âge a-t-il une importance ? Pourquoi et pour qui ? (uniquement en A)

> **Anita Huber**, Psychologue lic. phil., chargée de cours à la Haute Ecole pour l'animation communautaire ARTISET

**Nous aimerions nous pencher ensemble sur les questions suivantes :**

Comment encourager et accompagner l'auto-organisation des jeunes ? Comment les personnes (spécialisées) peuvent-elles mettre en place et accompagner des groupes d'entraide entre jeunes tout en encourageant leur autonomie ? Comment encourager les jeunes à s'engager ? À quoi devons-nous faire attention ? Et qui est responsable de quoi dans ce processus ?

**Nous aborderons à ce sujet :**

- Les opportunités et défis connus de la promotion de la jeunesse et de l'animation communautaire ;
- Les besoins et l'organisation dans le domaine social et en groupes des jeunes et des jeunes adultes ;
- Les possibilités et les limites selon les différentes phases du développement : Les opportunités et les défis liés aux fondements pédagogiques et psychologiques du développement.
- Les difficultés en tenant compte des aspects juridiques

# 3<sup>ème</sup> Bloc d'ateliers

14 h 00 – 15 h 15

## 3.1 L'entraide entre jeunes adultes se présente : young ilco et jeunes adultes guéris, Cancer de l'enfant en Suisse (uniquement en A)

> **Kathrin Villiger**, membre du conseil d'administration Ilco Suisse et personne de contact young Ilco Suisse

> **Zuzana Tomášiková**, responsable du Centre de compétences pour jeunes adultes guéris

Dans cet atelier, deux organisations d'entraide entre jeunes se présenteront et échangeront entre elles et avec le public : – Ilco Suisse s'adresse à tous les porteur·euse·s de stomies en Suisse et à leurs proches (partenaire, parents, connaissances). Avec young Ilco Suisse, l'idée est d'offrir aux personnes concernées plus jeunes/actives un point de contact en cas de questions. Pour ailleurs, il est important que les jeunes aient la possibilité d'échanger entre eux car les préoccupations sont différentes à 20 qu'à 60 ans.

– Les jeunes adultes guéris sont une communauté d'intérêts d'adultes atteints d'un cancer dans leur enfance ou leur adolescence, ayant survécu et ne suivant plus de traitement. Les rencontres et événements réguliers sont coordonnés et organisés en collaboration avec le service Survivors de Cancer de l'Enfant en Suisse. Zuzana Tomášiková est la directrice du centre, patiente-experte, active depuis plus de 15 ans dans la communauté du cancer de l'enfant et elle-même une survivante.

## 3.2 Refuge-Neuchâtel – du soutien mutuel pour des jeunes personnes LGBTIQ+ (F avec traduction F > A)

> **Aline Tatone**, psycho-sexologue et thérapeute de couple

Le Refuge-Neuchâtel est un espace d'accueil et d'accompagnement des jeunes LGBTIQ+ et de leur entourage et un centre d'expertise pour les thématiques trans\* pour les services publics et les milieux de la santé et du social. Le Refuge-Neuchâtel offre différents groupes de parole (animés). Les groupes ont lieu une fois par mois en présence et des groupes WhatsApp permettent de rester en contact en tout temps. Présentation des activités et discussion avec les participants.

## 3.3 MeWell-Community (A avec traduction A > F)

> **Tiyam Nikray**, présidente de MeWell

> **Tiara Greber**, vice-présidente de MeWell

La communauté « mental wellbeing », en abrégé MeWell, est depuis 2020 une communauté d'étudiant·e·s et de collaborateur·rice·s des universités et des hautes écoles de Zurich. Des ateliers sont organisés une fois par mois sur une grande variété de sujets liés à la santé mentale, ainsi que des événements communautaires qui sont autant d'occasions d'échanger et de créer des liens. Notre objectif est d'ouvrir et de faciliter la discussion sur la santé mentale afin de promouvoir une meilleure compréhension de la problématique et de permettre aux étudiant·e·s et au personnel de savoir où et comment trouver de l'aide et des informations pour se soutenir mutuellement.

Les animateur·rice·s de l'atelier aborderont la manière dont MeWell s'engage en faveur de la santé mentale et ses offres d'entraide en faveur des jeunes. Dans la deuxième partie de l'atelier, on répondra aux questions du public et on discutera des moyens d'améliorer et d'élargir les offres d'entraide entre jeunes.

## 3.4 Du projet de recherche participatif à l'organisation d'entraide Careleaver Suisse (uniquement en A)

> **Rose Burri**, présidente Careleaver Suisse

> **Renate Stohler**, Haute Ecole des sciences appliquées de Zurich (ZHAW) – Travail Social

> **Thomas Woodtli**, membre fondateur Careleaver Suisse

La création de l'association Careleaver Suisse a été initiée, entre autres, par des membres du groupe d'accompagnement du projet « Transition vers l'autonomie : les enfants placés en familles d'accueil participent ! » initié par le département de Travail social de la ZHAW. L'atelier présentera comment le groupe d'accompagnement a été impliqué dans le projet et ce qui a motivé ses membres à fonder une association. Le but est de défendre les intérêts de ses membres, comme la déstigmatisation et l'égalité des chances au niveau politique et social. Cela a permis de créer un réseau qui relie les jeunes, réfléchit à des solutions durables dans le domaine de l'aide à l'enfance et à la jeunesse et participe aux discussions. Il présente également les défis et les expériences tirées de ce processus.

# Informations sur le congrès

Samedi 19 novembre 2022, 9 h 15 – 16 h 30

## Lieu du congrès

Le congrès a lieu à :  
l'auditoire Careum, Pestalozzistrasse 11, Zurich

## Itinéraire et plan de situation :

<https://careum.ch/de/raumvermietung/zuerich/auditorium>

## Frais de participation

Bénévoles, étudiant·e·s/apprenti·e·s	Fr. 35.–
Professionnel·le·s	Fr. 130.–

Nous souhaitons délibérément favoriser l'accès au congrès aux personnes engagées bénévolement dans l'entraide et aux jeunes en formation. Nous vous remercions de votre honnêteté lors de votre inscription. Nous vous enverrons une facture après votre inscription.

## Inscription

Vous pourrez vous inscrire en ligne à partir du 30 juin 2022  
[www.infoentraidesuisse.ch](http://www.infoentraidesuisse.ch) → Actualités → Nouveautés et événements  
> **Clôture des inscriptions** : 15 octobre 2022 - prolongé jusqu'au 31 octobre

Suite à l'inscription, vous recevrez une facture pour les frais de participation. En cas de désistement avant le 5 novembre, nous prélevons des frais de traitement de 50 francs (professionnels) ou de 10 francs (bénévoles). En cas de désistement de dernière minute entre le 5 et le 19 novembre, le montant total de la participation est dû (exception : justificatif de maladie).

## Remarques importantes pour l'organisation

### > Traduction simultanée :

Lors du congrès, une traduction simultanée allemand <> français sera proposée pour la présentation introductive et certains ateliers. Elle sera assurée par l'application de traduction Syntax. Les participant·e·s recevront des informations à ce sujet avant le congrès.

### > Covid :

Les règlementations en matière de Covid en vigueur au moment du congrès seront respectées. Dans le cas où le congrès ne pourrait pas avoir lieu en présentiel, il aura lieu entièrement en ligne. Dans un tel cas, les participant·e·s en seront informés en temps utile. Les frais de participation seront alors adaptés. Une forme hybride (simultanément en présentiel et en ligne) n'est malheureusement pas possible.

### > Marché de l'information :

Les partenaires et les participant·e·s ont la possibilité de mettre à disposition du matériel d'information sur leurs propres groupes, organisations ou projets. Veuillez l'indiquer dans le formulaire d'inscription en ligne. En raison de l'espace limité, il n'est malheureusement pas possible de mettre à disposition du matériel d'autres prestataires. Nous vous remercions de votre compréhension.

### > Attestation de participation :

Une attestation de participation sera délivrée sur place.

## Contact

Le congrès est organisé par Info-Entraide Suisse [www.infoentraidesuisse.ch](http://www.infoentraidesuisse.ch)

> **Informations** : Elena Konstantinidis, chargée de projet, [e.konstantinidis@selbsthilfeschweiz.ch](mailto:e.konstantinidis@selbsthilfeschweiz.ch)

## Partenaires

La réalisation du congrès ne serait pas possible sans nos généreux partenaires.  
Un grand merci à eux !

## Partenaire principal

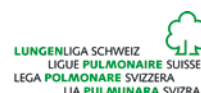
**careum**

Careum  
Hochschule Gesundheit  
Teil der Kalaidos Fachhochschule

## Partenaires



krebsliga schweiz  
ligue suisse contre le cancer  
lega svizzera contro il cancro



Rheumaliga Schweiz  
Ligue suisse contre le rhumatisme  
Lega svizzera contro il reumatismo