

“oh” ...

s o m m a i r e

Décodage

Quelle liberté face
aux images?



Dossier

Témoigner d'un
trouble alimentaire



On en parle

Les groupes de
parole et d'écoute



TÉMOIGNER
à quel prix?



Courrier des lecteurs

Recherche partage d'expérience

Coucou!
Moi c'est Marine, j'ai 20 ans, je suis atteinte de TCA, tantôt anorexie, tantôt boulimie. Je suis sur le chemin du retour à la surface, car je suis une thérapie et mes crises ou mes jeûnes sont de moins en moins fréquents, même si je reconnais être fragile encore. J'espère aider les gens qui souffrent encore de ces maladies en entretenant une communication régulière, car j'entrevois le jour. Je pense pouvoir les aider de par mon expérience, sans avoir de regard culpabilisateur ou juge qui puisse les mettre mal à l'aise.
Il faut dire merde au culte de la minceur, merde à cette obsession qui veut nous faire penser à notre silhouette avant notre santé physique et psychologique. Je comprends la souffrance que tous les malades peuvent endurer. Je sais combien il est dur de rebrousser chemin, mais aussi combien ça en vaut la peine. Il y a une vie à gagner mais aussi une confiance en soi qui nous permettront de garder la tête haute, et peut-être de se sentir un peu plus forte par ce que l'on aura réussi à surmonter.
En tant que nana, personnellement, ce sera la plus belle des victoires. J'espère vous avoir donné «l'envie d'avoir envie» de gagner sur ce coup là. La vie est entre vos mains.
Je souhaite beaucoup de courage à celles qui décideront d'entreprendre ce chemin. Cela en vaut vraiment la peine.

MARINE

Vous pouvez écrire à Marine par mail:
marinebry@planetis.com

Recherche témoignage pour mémoire

Salut! Je m'appelle Laura et je suis étudiante en sociologie à l'Université de Fribourg. Je rédige actuellement un mémoire sur l'anorexie en la liant à une thématique sociale, celle de l'identité. Le thème du travail est le suivant: comment comprendre l'anorexie du point de vue identitaire? Malheureusement je ne peux pas avancer dans la réalisation du mémoire parce que je ne dispose pas d'un nombre de témoignages suffisants. Est-ce que parmi vous il y aurait des personnes qui seraient intéressées et disponibles pour avoir un entretien avec moi (une heure environ)?

Cette thématique m'intéresse particulièrement et il serait dommage pour moi de devoir changer de sujet pour mon travail de diplôme.
Je vous en suis reconnaissante par avance!
Pour me contacter:
laurapropizio@hotmail.com,
078 760 78 12 ou 091 752 16 18

LAURA

Un maillon essentiel

J'espère que ABA trouvera de quoi subsister, car ce serait un non sens de travailler dans le domaine des TCA sans une association-pilier

pour centraliser les informations et proposer un soutien immédiat! Je vous ai envoyé déjà plusieurs personnes qui, d'après ce qu'elles m'ont dit, ont pris contact avec vous. (...)

JENNIFER, PSYCHOLOGUE FSP

Ecrivez-nous!

Vous souhaitez partager une expérience, nous parler d'une émission ou d'un livre que vous avez aimé ou détesté? Vous avez un événement à annoncer? N'hésitez pas à nous écrire!
info@boulimie-anorexie.ch ou
ABA, Av Villamont 19, 1005 Lausanne

NOUVEAUX GROUPES

Environs de Lausanne – Atelier d'expression

Dans le dernier numéro de «oh» au mois de mars dernier, je vous ai parlé de mon livre «Mon chemin à travers la boulimie, les ombres et la lumière». Aujourd'hui j'ai le plaisir de vous proposer des ateliers d'expression.
«Ces ateliers ont pour but de donner la possibilité à chacun de s'explorer de l'intérieur en réalisant des objets à l'extérieur, qui amènent une réflexion personnelle ou simplement une sensation, une émotion qui nous rapproche de nous.»
Un premier Atelier polyvalent, qui consiste à partir à la découverte de différents matériaux comme l'argile, le papier et la peinture pour vous laisser explorer votre univers à travers la créativité, commencera dès **octobre 2004** pour une période de 10 séances, le **mardi de 20h00 à 22h00**, dans mon atelier situé à Vucherens (15 min. de Lausanne en voiture).
Tarif CHF 30.– par séance.
Inscription par Internet à rizzi-stephanie@bluemail.ch ou par fax au 021 903 49 75.
Pour plus d'informations, vous pouvez me joindre entre 12h00 et 13h30 au 079 39 44 600.
Je me réjouis de vous accueillir.

RIZZI STÉPHANIE

Montreux – «Comprendre les dépendances alimentaires et se réconcilier»

Une psychologue et une diététicienne vous proposent un stage de 8 séances de groupe ou sur weekend pour identifier les particularités de votre dépendance alimentaire, apprendre à vous recentrer et à développer de nouvelles attitudes afin de retrouver votre valeur personnelle et l'estime de votre corps.
Les séances de groupes ont lieu le lundi soir de 19h30 à 21h30 au Château du Châtelard à Montreux.
Prix: CHF 80.– par séance de groupe soit CHF 640.– pour 8 séances.
Groupe de 6-8 personnes maximum. Suivi sur 5 mois.
Stage sur un week-end. Prix: CHF 480.– 2 jours et une soirée.
Groupe de 6 personnes.
Pour toute information, n'hésitez pas à contacter Jennifer Duperret, Psychologue FSP, au 021 964 59 50 ou Laurence Grosjean, Diététicienne CRS, au 079 291 12 00.

Cette rubrique propose un espace d'information et de partage. ABA n'assume aucune responsabilité vis-à-vis des groupes proposés sur cette page.

Sommaire

- 2 Courrier des lecteurs
- 3 Editio
- 4 Dossier
Témoigner: à quel prix?
- 6 J'ai passé à la télévision
- 8 Interviews
- 11 Décodage
Quelles images pour quelles valeurs?
- 12 On en parle
Les groupes de parole et d'écoute
- 14 Quoi de neuf?
- 15 Nouvelles des antennes
- 16 Dates des prochains groupes

Impressum:

«oh»... est le périodique de l'Association Boulimie Anorexie. Il est distribué aux membres de ABA.

Coordination de la rédaction: Nathalie Getz
Comité de rédaction: Luca Biello, Romana Chiappini, Dominique Courbat, Simona Grassi, Alexandra Lagnaz, Marie Leuba-Bosisio
Ont participé à ce numéro: Marie-Claude Andenmatten, Laura Propizio, Sophie Sion-Byde, Eva Saro
Nos remerciements à: Françoise Narring et Riccardo Lucchini qui ont apporté leur précieuse contribution à notre dossier.

Illustrations:

- p. 5: Jason Hauwkes/Stone
- p. 6: image TSR
- p. 7: Getty Images
- p. 12: 2000 Nischke/Pix
- p. 15: Naturschauspiel

Relecture:

Angela Rechhia

Mise en page:

Starfish Communication Factory, Pully

Impression:

Imprimerie des Arts et Métiers, Renens

Administration et abonnement:

Association Boulimie Anorexie
Av Villamont 19 1005 Lausanne
Tel: 021 329 04 39
Fax: 021 329 04 09
info@boulimie-anorexie.ch
www.boulimie-anorexie.ch

CCP: 10-27225-8

La parution de ce numéro a été possible grâce au soutien du Pour-cent culturel Migros et de Starfish Communication Factory

EDITO

Une bouteille à la mer, un appel au secours, l'espoir de pouvoir aider d'autres à s'en sortir... Lorsque l'on souffre ou que l'on a souffert d'un trouble alimentaire, les raisons de vouloir témoigner sont aussi nombreuses et différentes que chaque histoire de vie personnelle. Les médias en sont particulièrement friands et contactent régulièrement ABA pour lui demander de nouveaux témoignages. Mais que se passe-t-il, lorsque, le récit terminé, l'attention se détourne? Que reste-t-il des paroles prononcées? Que peut ressentir la personne qui s'est ainsi intimement livrée? Souvent confrontés à ces questions, nous avons eu envie d'approfondir ce thème qui est le sujet de notre dossier, à découvrir dès la page 4.

C'est aussi une sorte d'appel au secours que vous avait lancé ABA dans le courant du mois de mai. Vous avez été nombreux à y répondre et le bureau du médecin cantonal vaudois a été envahi par vos abondants courriers de soutien! L'équipe de ABA a été très touchée par votre solidarité et vous remercie pour ces messages encourageants. Hélas, les finances cantonales étant au plus mal, il n'a pas été possible de parvenir à un accord pour obtenir un financement. ABA doit aujourd'hui parer au plus urgent avec les moyens réduits dont elle dispose. Surgit alors la difficile question que l'on souhaiterait tellement éviter: où «couper» encore, de manière à ce que les conséquences soient les moins pénibles possibles pour les personnes qui sont déjà dans la détresse? C'est à cette lourde tâche que doit aujourd'hui s'atteler le nouveau comité, élu lors de la dernière AG, au mois de mai. Plus de nouvelles en page 14.

Le journal que vous tenez dans vos mains est lui aussi menacé par ces remises en questions nécessaires. A l'heure actuelle, nous ne savons pas encore quand ni sous quelle forme pourra paraître le prochain numéro. Peut-être êtes-vous intéressé ou connaissez-vous quelqu'un dans votre entourage qui souhaiterait participer à sa rédaction, sa coordination et sa mise en page de manière bénévole? N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez en savoir plus sur ce travail. En attendant, nous espérons que vous apprécierez la lecture de ce numéro et nous vous souhaitons un très bel automne.

NATHALIE GETZ



DOSSIER

Témoigner, à quel prix?

L'idée de réaliser un dossier sur le thème des témoignages est née du constat qu'un grand nombre de personnes font appel à ABA pour témoigner de leur expérience et que les demandes de la part d'étudiants, de journalistes ou enseignants, qui souhaitent recevoir les témoignages de personnes souffrant de TCA (troubles du comportement alimentaire) croît constamment.

Nous nous sommes à plusieurs reprises interrogés sur les besoins qui poussent les personnes souffrant de TCA à vouloir témoigner, et surtout à s'exposer au grand public... Pour certains, il s'agit d'acquiescer par ce biais une reconnaissance de leur souffrance, pour d'autres, témoigner est une étape importante dans leur histoire personnelle, pour d'autres encore c'est une manière de dire publiquement ce qui ne peut être dit autrement ou encore un moyen pour crier haut et fort que ces maladies existent. Autant de motivations différentes que de personnes prêtes à témoigner, ce qui n'exclut pas la possibilité de s'arrêter un instant sur l'étude de ce phénomène. Il ne s'agit en aucun cas de porter un jugement sur la pratique du témoignage, mais plutôt d'apporter une réflexion autour d'un phénomène de société qui prend de l'ampleur depuis quelques années, influencé sans doute par l'arrivée d'émissions télévisées telles que le «reality-show», et de s'interroger sur ce besoin croissant de la part du public de pouvoir regarder et écouter les histoires des autres. Est-ce un besoin de s'identifier à la souffrance d'autrui, de se rassurer sur le fait que nous ne sommes pas seuls à vivre certaines problématiques? Une curiosité? Un besoin de comprendre? Un goût du voyeurisme?

Quels risques?

En discutant avec quelques personnes ayant témoigné pour des magazines, des émissions à la radio ou à la TV, on s'aperçoit que

les effets du témoignage ne sont pas perceptibles ni mesurables avant le témoignage. Au départ, il existe un réel besoin de parler, de dévoiler, de sortir de l'ombre et du silence. Mais après-coup, ces personnes ont pu ressentir un certain malaise, un sentiment de honte d'avoir osé aller si loin en public. «Que vont penser les gens de moi maintenant?» devient alors une pensée omniprésente, accentuant ainsi leur sentiment de culpabilité.

«Au départ, il existe un réel besoin de parler, de dévoiler, de sortir de l'ombre et du silence.»

En entendant ces réactions, nous nous sommes évidemment interrogés sur les effets possibles des témoignages pour les personnes qui s'y livrent: y a-t-il un moment propice pour témoigner? Y a-t-il des situations où «l'exposition publique» devrait être évitée? Faut-il témoigner à tout prix? Peut-on empêcher les personnes qui souhaitent témoigner de le faire?

Il y a témoignage... ...et témoignage

Le témoignage peut prendre toutes sortes de visages: témoignages écrits, anonymes, à visage découvert, en direct, en reportage différé, etc... Chez ABA, nous constatons que la demande provenant des médias, des étudiant(e)s qui accomplissent un travail de maturité ou de fin d'année sur les TCA et des écoles, qui nous incitent à

apporter aussi des témoignages est particulièrement forte. Il semblerait que pour qu'un débat soit crédible, il est nécessaire qu'il soit accompagné du vécu authentique, narratif et direct d'une personne concernée. Il ne suffit pas de lire le témoignage en question, le public demande à voir celui ou celle qui parle, à entendre sa voix, à mettre un visage sur un récit, comme si la compréhension d'une pathologie ou d'une déviance ne pouvait se faire que par le biais de la parole de l'expérience reconnue par celui qui la reçoit. Comme si, «faire paraître par ses paroles ou ses actions» (déf. Petit Larousse) était la seule manière de rendre compréhensible ou de donner une crédibilité à la problématique soulevée.

Nous vous invitons à découvrir, dans les pages suivantes, le point de vue de trois personnes différentes: une médecin qui travaille notamment avec des jeunes souffrant de troubles alimentaires, un professeur en sociologie, qui dans un autre domaine, a lui aussi été confronté au phénomène du témoignage, et, enfin, une psychologue, qui a elle-même souffert de boulimie et qui a témoigné pour une émission de télévision.

ROMANA CHIAPPINI



aba

périodique de l'association boulimie anorexie

“oh”...

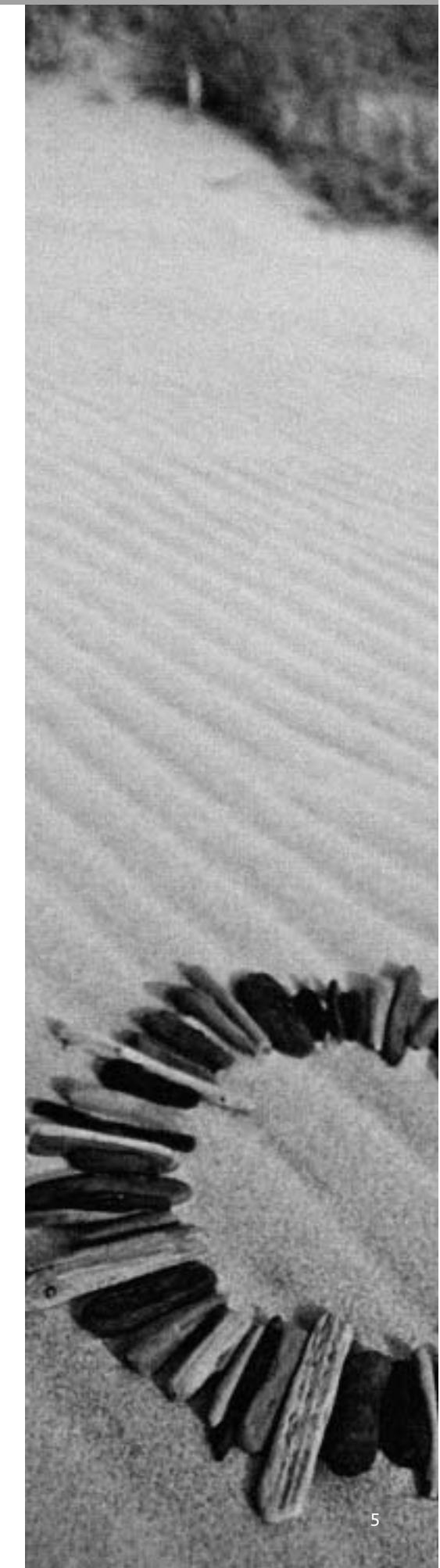
CHARTRE MÉDIAS

ABA est souvent sollicitée par des journalistes à la recherche de témoignages de personnes souffrant de troubles alimentaires. Si cette démarche est essentielle pour permettre de mieux connaître ces maladies et casser le silence encore pesant qui les entourent, encore faut-il que la problématique soit présentée de manière intelligente et constructive et non pas uniquement sous un angle commercial, choquant et provocateur, à la limite du voyeurisme. Cette formule peut avoir des effets dévastateurs, tant pour la personne qui a accepté de se confier, que pour son entourage ou pour les personnes qui reçoivent ce message. En faisant un bilan avec les personnes qui ont accepté de témoigner pour des médias par le biais de ABA, nous avons constaté que plusieurs d'entre elles avaient mal vécu cette expérience ou avaient été déçues en constatant un fort décalage entre leur vécu et ce qui avait été retranscrit.

Partant de ce constat, ABA a décidé de réaliser une «charte média», sorte de marche à suivre à respecter lors de telles demandes. En voici, en résumé, les points principaux:

- (...)
- Nous ne souhaitons pas solliciter des personnes tout azimut, sans qu'elles aient exprimé le désir d'adhérer à cette démarche. Pour cela, un questionnaire, accessible sur internet, est distribué aux personnes qui souhaitent collaborer bénévolement pour ABA et à nos membres, afin de mieux cibler les demandes.
- Les témoignages doivent rester anonymes; ils pourront être nominatifs uniquement si la personne qui témoigne le souhaite. De même, elle ne sera pas prise en photo.
- La personne de contact au sein de l'association et la personne interviewée demandent un droit de relecture de l'article; les journalistes devront tenir compte des remarques exprimées.
- Nous demandons un délai raisonnable afin de pouvoir trouver les personnes prêtes à témoigner et organiser les contacts. Nous veillerons à bien préciser aux journalistes que certaines personnes sont encore fragiles et que nous ne souhaitons pas les soumettre à un stress supplémentaire engendré par des délais trop courts ou des exigences qui ne respectent pas certaines règles éthiques.
- Lorsque nous sommes contactés par un journaliste, nous prenons ses coordonnées et les transmettons aux personnes qui souhaitent témoigner et qui les contacteront à leur tour. Aucun nom ni adresse ne sera diffusé aux journalistes.
- Lorsque nous contactons une personne souhaitant témoigner, nous devons nous assurer qu'elle va bien, qu'elle souhaite toujours témoigner et que son état de santé ne risque pas d'être mis en danger par cette expérience.
- Si la personne le souhaite, nous pouvons également accompagner l'interviewé lors de la rencontre avec le journaliste.

EXTRAITS DE LA CHARTRE MÉDIAS DE ABA, FÉVRIER 03



TÉMOIGNAGE

J'ai passé à la télévision

Au premier abord, Sophie n'était pas très enthousiaste à l'idée de témoigner une fois de plus sur les troubles alimentaires. Des témoignages, elle en avait déjà fait à plusieurs reprises, en particulier pour une émission télévisée...et le souvenir qu'elle en garde est plutôt mitigé. Lorsque nous lui avons précisé que c'était un «témoignage pour parler du témoignage», elle a volontiers accepté de nous faire part de son expérience et de ses réflexions.

C'était en 2000. Une journaliste de la TSR avait contacté ABA dans le cadre d'une émission qu'elle préparait sur le thème de la boulimie. Elle cherchait deux personnes qui puissent témoigner; une qui soit encore dans la maladie, et une qui en soit sortie. Je me souviens qu'à ce moment-là, sans trop réfléchir, je lui ai dit spontanément que j'allais chercher, et que, si vraiment nous ne trouvions personne qui s'en soit sorti et qui soit d'accord de témoigner, je pourrais le faire moi. Comme d'habitude dans ce genre de situation, les délais impartis étaient très courts... et nous n'avons trouvé personne qui, guéri de la boulimie, accepte de témoigner dans le cadre de cette émission. J'ai donc proposé mon propre témoignage, sans trop réaliser dans quoi je me lançais, ce d'autant plus que je n'avais moi-même pas de télévision et que je n'avais aucune idée du type d'émission à laquelle j'allais participer...

Un message d'espoir

A ce moment-là, ma proposition spontanée était une sorte de cri du cœur: je trouvais extrêmement important de pouvoir dire aux personnes qui souffrent de boulimie qu'il est possible de s'en sortir, et de s'en sortir vraiment. Je trouve qu'il y a un discours très fort de la part des médecins qui dit qu'on ne s'en sort jamais vraiment complètement, qu'on reste fragile toute sa vie... A ce moment-là, cela faisait 10 ans que je m'étais sortie de la boulimie. C'était vraiment du passé pour moi, je me sentais sûre de moi et j'avais envie de faire passer un message d'espoir. Durant la préparation de l'émission, l'équipe de la télévision était très sympa avec moi; je me sentais respectée dans ce que



DIFFICILE DE PRÉVOIR LES RÉACTIONS QUI SUIVRONT UN TÉMOIGNAGE À LA TÉLÉVISION...

je voulais exprimer et je ne sentais pas une quelconque pression pour me faire dire des choses que je ne voulais pas. La seule réelle pression – en dehors de l'angoisse qui montait terriblement (c'était une émission en direct!) – c'était la contrainte du temps. Mon témoignage ne durait que quelques minutes. Forcément, cette contrainte a pour effet de ne pouvoir présenter qu'un résumé restrictif du vécu. J'avais longuement parlé avant l'émission avec la journaliste pour lui faire part de ma crainte de diffuser un message simpliste. Le processus pour me sortir de la boulimie a été long et douloureux. S'il est vrai que la

prise d'antidépresseurs et la rencontre avec l'homme qui allait devenir mon mari par la suite ont été décisifs, ce ne sont pas les seuls éléments qui ont permis ma guérison! ça n'a pas été si simple! Pourtant, dans le témoignage qui a été diffusé, j'ai eu le sentiment que toute ma bataille et mes souffrances ont été effacées par ces deux éléments. Après l'émission, j'ai reçu beaucoup de commentaires qui allaient dans ce sens, des personnes qui me disaient: «Tu as eu de la chance, tu as rencontré ton mari, c'était facile pour toi, etc.» Mon message n'avait pas passé et j'ai été très déçue.

«L'effet media»

Mais le plus difficile est arrivé après l'émission: c'est ce que j'appelle «l'effet media». J'avais le sentiment que les gens me voyaient autrement; il y a eu énormément de commentaires dans mon entourage: «Ah, on vous a vue à la télévision, c'est incroyable ce que vous avez vécu!» . Soit les gens m'idéalisaient, ce qui était insupportable pour moi, soit ils m'en voulaient presque. J'entendais des réactions du genre: «C'est facile pour vous, vous avez rencontré un homme sympa...». J'avais beaucoup de peine avec cette image que me renvoyaient les gens après avoir vu cette émission. En particulier dans le cadre de mon travail (je travaillais chez ABA à ce moment-là). Là, j'ai reçu une avalanche de téléphones de gens qui voulaient me rencontrer parce que je m'en étais sortie...il me semblait que j'étais une espèce de star à leurs yeux et c'était pénible, parce que ce n'était pas vraiment moi. La seule réaction qui m'ait réellement fait plaisir, c'est celle de gens qui m'ont dit que j'étais courageuse, en tant que psychologue, d'avoir osé dire que j'étais passée par là, et ainsi d'enlever un tabou très fort.

Sortir du tabou

De leur côté, les membres de ma famille ont été extraordinairement discrets. Je crois bien que tout le monde a vu l'émission. Mais personne n'a fait de commentaire, ou alors, juste pour me dire que j'étais bien maquillée... J'avoue que je n'attendais pas autre chose... Je crois aussi que si j'ai voulu témoigner, c'était aussi en partie pour sortir de cette sorte de secret tabou qui planait depuis des années au sein de ma famille. Je me sentais forte et prête à me montrer sous mon vrai jour, également vis-à-vis de ma famille. Encore une fois, cela faisait près de 10 ans que j'étais sortie de la boulimie, je m'en sentais bien détachée et à l'aise de reparler de ma maladie. Mais ça, je n'aurais pas pu le faire après deux ans...

Se préparer à témoigner

S'il y a une chose à laquelle je rendrais attentive une personne qui souhaite témoigner, c'est de bien se poser la question: suis-je prêt à affronter ce qui va se passer après? J'ai trouvé qu'il fallait être

très fort après... Je me suis sentie très seule. L'équipe qui avait préparé l'émission m'avait bien dit de les rappeler une semaine plus tard pour leur donner des nouvelles. Ce que j'ai fait. Mais lorsque j'ai appelé, la journaliste était en séance et j'ai senti qu'ils étaient passés à tout autre chose, qu'ils n'avaient pas réellement de disponibilité. Il n'y a pas vraiment d'encadrement, ni de préparation par rapport au déluge de réactions qui suit l'émission. Les journalistes étaient très sympatiques pendant la préparation de l'émission et jusqu'à la dernière minute. Mais une fois que c'est fini, ils sont déjà sur le sujet suivant. Leur travail est terminé. Leur soutien se limite à une tape dans le dos, «comment ça va, ça s'est bien passé», tout au mieux. Puis plus rien... Une autre chose qui me semble importante de se demander si on accepte de faire un témoignage est: est-on prêt à accepter que notre histoire sera forcément simplifiée?

Chacun son chemin

En définitive, je ne pense pas que le fait de témoigner m'ait fait du mal. Le plus pénible a été la projection des gens après l'émission, qui me faisaient comprendre que moi, j'avais eu de la chance, mais que pour eux, ce ne sera jamais comme ça. En fait, les gens retiennent aussi ce qu'ils veulent bien retenir. Aujourd'hui, lorsque je repense avec le recul à cette forte envie de témoigner, de partager mon expérience, je réalise que finalement, témoigner ou ne pas témoigner ne change rien. Chaque personne reste quand même seule dans son histoire. Ce qui a marché à un moment de ma vie pour moi ne va pas forcément fonctionner pour quelqu'un d'autre. C'est aussi une réflexion que j'ai faite avec le temps: ce n'est pas parce que j'ai passé par là et que j'en parle que les autres vont s'en sortir...

SOPHIE SION BYDE



Exposer sa vie privée et ses problèmes à un public que l'on ne connaît pas est devenu de plus en plus fréquent, notamment par le biais d'émissions télévisées qui rencontrent par ailleurs un fort succès. Pour tenter de mieux comprendre ce phénomène, nous avons rencontré le Professeur Riccardo Lucchini, professeur ordinaire de sociologie et directeur du séminaire de sociologie à l'Université de Fribourg. Durant cet entretien, il nous a fait part de sa réflexion dont voici un résumé.

Ce thème complexe a commencé à être étudié avec l'apparition d'émissions télévisées telles que *Live stories* ou autres durant lesquelles des personnes livrent leurs témoignages au grand public. En observant l'évolution de la place des témoignages de vie dans des émissions et des articles, on constate que les médias créent une scène propice à l'accueil de ce type de paroles. On peut d'ailleurs se demander si ce ne sont pas les médias qui renforcent de tels besoins chez l'homme? La personne qui témoigne dans ce genre d'émission se met en scène et s'expose à un large public. La télévision sert de mise en scène à l'histoire privée et la propose à une collectivité, qui la reçoit et la reconnaît. A mes yeux, cette attitude révèle d'un besoin d'être «quelqu'un» à un moment donné de sa vie et de faire participer les autres à cet événement en racontant son histoire, si possible à un nombre très important de personnes.

A la recherche d'une écoute

Ce phénomène doit être replacé dans le cadre de notre société actuelle qui connaît un grand isolement individuel. Il devient difficile de trouver quelqu'un à qui raconter son histoire. Il n'y a plus, comme dans les sociétés traditionnelles, de récit oral qui mettait régulièrement les uns en contact avec les autres,

comme les soirées autour du feu durant lesquelles on se racontait les événements de la journée, les mythes et les légendes. On se parlait vraiment, alors que maintenant on se parle beaucoup moins, même si on continue à communiquer, surtout par le biais des messages électroniques, des natels, des sms, etc... mais ces technologies ne permettent pas de développer la dimension du témoignage oral: il s'agit davantage de signes que de messages véritables, qui ne permettent pas de dépasser le niveau de l'événementiel, du superficiel, de l'instant, alors que la personne qui veut témoigner, veut s'exprimer au sujet de toute une vie, d'une expérience. Or, aujourd'hui, plus personne n'est à l'écoute... Dans notre société, l'absence d'écoute est liée à l'anonymat de la vie qui est la nôtre, au repli sur soi et au grand sentiment de solitude ressenti par de nombreuses personnes. On peut donc relier cette forte envie et ce besoin de témoigner à la recherche d'une écoute.

A qui s'adresse-t-on?

Dans ces émissions de *Live stories* durant lesquelles on met en scène publiquement des problèmes personnels et familiaux, les participants s'adressent à un public qu'ils ne connaissent pas. Le témoignage prend toute sa valeur lorsqu'il s'adresse à quelqu'un qui écoute et

qui va répercuter, plus loin, le problème, la revendication, l'expérience. Ce besoin va souvent de paire avec la préoccupation de témoigner d'une situation collective qui vise à une forme de reconnaissance sociale.

«Le témoignage permet de valoriser ce qu'on a fait, ce dont on a souffert, etc...»

Or, il est frappant de constater que lorsqu'il s'agit de témoigner d'événements liés au vécu personnel particulièrement forts, les gens s'adressent souvent à des personnes qui sont plutôt étrangères à leur vie quotidienne. Peut-être par crainte d'être jugé et d'être ensuite directement confronté à quelqu'un qui nous rappelle constamment qu'il sait et qui nous renvoie une certaine image de nous-mêmes.

Qui témoigne?

Toute personne concernée par une problématique donnée ne ressent pas le même besoin de témoigner. Cela nous amène à nous interroger sur des questions d'ordre plus personnel ou psychologique. Je ne connais pas les résultats des enquêtes qui ont été menées à ce sujet, mais je peux imaginer qu'il y a de fortes différences au niveau des cultures aux-

quelles les gens appartiennent; dans les structures traditionnelles où les communautés sont très homogènes et où l'anonymat est moindre, le besoin de témoigner pourrait être moins fort. L'âge, le sexe, la catégorie sociale, la minorité à laquelle on appartient, sont autant de facteurs qui influencent probablement ce besoin, plus ou moins intense, de témoigner. On peut également évoquer le facteur de l'appartenance religieuse (catholique ou protestante) qui aujourd'hui ne joue plus un rôle aussi important, notamment la possibilité qu'ont les catholiques de se confesser. La confession n'est pas exactement la même chose que le témoignage, puisqu'elle vise d'abord à obtenir l'absolution; néanmoins, quelqu'un écoute, la parole est entendue. La confession est une écoute très particulière, très intense et forte pour ceux qui y croient. On peut donc supposer que le besoin de témoigner à propos d'événements personnels, dans une société catholique, très pratiquante, était moins fort que dans une société laïque.

Valoriser sa propre vie ?

Le témoignage permet de valoriser ce qu'on a fait, ce dont on a souffert, etc... Dans ce cas, on ne témoigne pas seulement parce qu'on ne sait pas à qui parler, mais aussi dans le but d'une valorisation de sa propre expérience. Enfin, le témoignage peut aussi prendre une forme politique, comme un instrument permettant de soutenir des droits revendiqués par des citoyens appartenant à une minorité et n'ayant donc pas droit à la parole; il s'agit là du témoignage collectif, réalisé dans une logique de citoyenneté.

Le témoignage est la plupart du temps un acte gratuit, dépourvu de toute récompense matérielle. Il n'a d'autres revendications particulières que celle de permettre d'être reconnu et pris en considération à travers sa propre histoire.

PROPOS RECUEILLIS PAR LAURA PROPIZIO



Pour aller plus loin

Le professeur Riccardo Lucchini est l'auteur de nombreuses publications qui concernent en particulier les recherches qu'il a menées en Amérique latine. Parmi celles-ci: «Femmes, violence et identité: le cas de l'Amérique centrale». Paris, ed. L'Harmattan, 2002

«L'enfant de la rue: carrière, identité et sortie de la rue». Fribourg, faculté des sciences économiques et sociales, 1999.

Ouvrages sur le thème du témoignage public:

Liliane Roskopf
«Je t'ai vue à la télé»
Ed. Slatkine, 2000

Serge Tisseron
«L'intimité surexposée»
Ed. Ramsay, 2001

«Les bienfaits des images»
Ed. Odile Jacobs, 2002

RÉUSSIR à mettre des mots

Pour la Dresse Françoise Narring, médecin adjoint, responsable de la consultation santé jeunes à l'hôpital cantonal de Genève, le témoignage est précieux car il permet de mieux comprendre la maladie et peut provoquer des discussions au sein de la famille qui, sans cela, n'auraient certainement jamais pu avoir lieu. Mais il a aussi ses revers.

Oh: Dans le cadre de votre travail, constatez-vous également ce fort besoin de témoignage autour du thème des troubles alimentaires?

La plupart des jeunes filles qui consultent ont moins de 20 ans et, le plus souvent, elles viennent parce qu'elles sont poussées par leur entourage pour qui la maladie est devenue insupportable. Elles-mêmes arrivent avec un certain déni de la maladie, ce qui sera d'ailleurs une des choses importantes sur laquelle nous travaillons. Mais à ce moment-là, le désir de témoigner n'est pas si fort. Ce que j'ai pu remarquer, c'est que ces filles font le constat que l'anorexie est une maladie très stigmatisante. Certes, on en parle de plus en plus, notamment dans les médias, ce qui est positif puisque cela leur permet à leur tour d'oser parler de ce qui leur arrive. Mais en même temps, elles se sentent mal vues, coupables. Elles n'aiment pas et

ont peur d'en parler, par crainte de réactions violentes, de mépris ou de dégoût. Il leur est en outre extrêmement pénible de parler de leur corps. Quant à celles qui s'en sont sorties, il arrive souvent qu'elles ne souhaitent plus entendre parler de la maladie. Je me souviens d'une jeune fille que j'avais revue après quelques temps: elle allait très bien et pour elle, tout cela était derrière, une page s'était tournée.

Oh: Que pensez-vous de tous ces témoignages qui se multiplient dans les médias?

Les nombreuses émissions autour des TCA ont cela de bon qu'elles permettent d'établir un dialogue entre une jeune fille et ses parents, ce qui n'aurait peut-être pas pu se faire sans cela. La force des témoignages réside dans le fait qu'ils abordent des questions très personnelles et qu'ils forcent à réagir.

DÉCODAGE

Quelle liberté face aux images?

Il arrive que des jeunes filles viennent à la consultation suite à une émission qui a joué un effet déclencheur au sein de la famille.

Oh: Qu'est-ce que peut apporter le témoignage pour une personne qui souffre d'un trouble alimentaire?

Il peut permettre de mettre des mots sur quelque chose qui est extrêmement difficile à dire. Je me souviens d'une jeune fille que je suivais qui était incapable de s'exprimer. Je lui ai finalement proposé de lire un livre-témoignage. La lecture de ce livre lui a permis de mettre des mots sur ce qu'elle ressentait: elle me montrait des passages et me disait «c'est exactement cela!»

En outre, les témoignages peuvent être très utiles pour les proches qui ont parfois énormément de mal à comprendre ce qui se passe; ils disent comprendre, mais en même temps, ils estiment que leur enfant pourrait ne pas agir comme il le fait...

Prendre connaissance de l'histoire d'un tiers permet de mieux comprendre la complexité de la problématique. Les TCA sont des maladies qui suscitent beaucoup d'incompréhension. Les jeunes s'en rendent bien compte, elles le disent d'ailleurs: «De toute façon, personne ne peut me comprendre». Constaté que l'on n'est pas seul en découvrant le témoignage de quelqu'un qui vit une expérience semblable peut être positif. Enfin, les témoignages sont aussi précieux pour les personnes qui se destinent à travailler dans le domaine car ils permettent d'ouvrir des horizons qu'ils n'envisageraient pas sans cet angle de vue. Ils apportent des pistes pour une compréhension «de l'intérieur» très utile pour la prise en charge de la maladie.

Oh: Les témoignages sont donc plutôt positifs à vos yeux?

Ils peuvent aussi être contre-productifs: ils rendent visible et public quelque chose de très intime. Cela peut provoquer des phénomènes de voyeurisme ou des comportements d'imitation. C'est par exemple l'un des risques que peuvent induire certaines actions de prévention des troubles du comportement alimentaire par le biais de témoignages, qui peuvent finalement donner des idées à certaines jeunes filles.

Oh: Y a-t-il un moment plus adéquat pour témoigner dans le processus de l'évolution de la maladie?

Avant tout, il est important de prendre le temps de se poser la question: «pourquoi est-ce que je veux témoigner»? Je me souviens d'une adolescente qui hésitait à faire un témoignage; nous en avons parlé ensemble afin d'essayer de déterminer si c'était le bon moment. Nous avons tenté de définir quel était l'objectif de son témoignage: est-ce que c'est pour se faire voir? Se mettre en scène? Aider les autres? Leur éviter de vivre les difficultés auxquelles on a soi-même dû faire face? Il est très important de prendre du recul, ce que peut faire une jeune fille quand elle va mieux. Si cela n'est pas possible, alors mieux vaut renoncer à témoigner.

Oh: Quels sont les risques de témoigner?

La personne qui témoigne peut ne pas se reconnaître ensuite dans ce qui est diffusé de son témoignage. C'est toute la difficulté de se mettre en scène, de parler de soi. Cela peut avoir des effets très négatifs. L'après-témoignage peut être difficile. Les personnes qui ont témoigné ont souvent besoin d'en parler par la suite afin de faire le point et de déterminer ce que le témoignage leur a apporté.



DANS UNE SOCIÉTÉ OU L'ISOLEMENT EST TRÈS FORT, TÉMOIGNER PEUT ÊTRE UNE MANIÈRE DE VALORISER SA PROPRE EXPÉRIENCE.

Oh: En témoignant, que cherche-t-on à dire?

C'est d'abord une manière de dire qu'il est très difficile de demander de l'aide. Il n'est pas rare que les jeunes filles qui prennent rendez-vous à la consultation viennent avec une copine. Parce que pour elles, il est hors de question de parler de leur maladie à leurs parents! Elles n'osent absolument pas le faire.

Certains témoignages peuvent aussi naître d'un besoin de faire quelque chose pour ses semblables. C'est par exemple le cas dans les groupes d'entraide proposés par ABA: au début, les personnes qui se rendent dans ces groupes bénéficient de l'expérience des autres. Lorsqu'elles ont parcouru un bout de chemin, elles souhaitent à leur tour apporter quelque chose. Ces groupes de parole et d'écoute permettent de mettre des mots sur une souffrance, de dépasser des barrières, de reconnaître des émotions, ce qui peut avoir un effet bénéfique.

Enfin, les témoignages sont importants puisqu'ils permettent de montrer au public que les TCA sont de vraies maladies, qui peuvent donc être traitées mais qu'il y a besoin de moyens pour cela, au niveau de la formation, mais aussi des structures et des finances...

PROPOS RECUEILLIS PAR NATHALIE GETZ

La Consultation Santé Jeunes de l'hôpital cantonal de Genève a été ouverte il y a un peu plus d'un an et demi. Les consultations pour T.C.A. y représentent pour l'instant entre 10 à 20% de l'ensemble des consultations.

Contacts:
Consultation Santé Jeunes
Programme adolescents et jeunes adultes
Hôpitaux universitaires de Genève
87, bd de la Cluse
1211 Genève 4
Secrétariat: 022 372 33 87

www.hug-ge.ch/jeunes



3 images sous la loupe

Les seins fluctuants de chez Nikon – à quoi ressemblerait en réalité le mannequin qui posait pour cette pub de Nikon? Seins modestes ou volumineux? De toute façon sa peau est unie et brillante comme seule la retouche sur ordinateur nous l'offre à présent. Avec la peinture classique, nous savions que c'était peint. A présent, nos yeux voient et finissent par croire. Même si nous savons théoriquement ce qui s'est passé, nos références en sont troublées tous les jours.

Eve des médias est très jeune, blanche, la bouche humide, entr'ouverte, souvent en posture zig-zaguante, couchée, le dos archi-cambré, son corps très fragmenté, son visage aussi, des bouts

quoi? Sont-ils si libres de la dictature des images médiatisées comme ils le prétendaient tout à l'heure?

Avec ces créatures retouchées, lissées, brillantes, nous vogueons en plein mythe de «superman» et «wonder woman». En comparaison, nous faisons pâle figure, avec notre peau qui dessine en rides notre chemin de vie, notre maturité. Nous restons imparfaits ou plutôt, nous sommes humains et mortels. Ceci dit, femmes et hommes des médias ne sont pas idéalisés de la même façon.

Les réactions des filles et des garçons diffèrent fortement par rapport à ces mirages sur papier glacé ou sur écran MTV.

Les filles prennent souvent pour argent comptant ce qui leur est imposé comme modèle. Elles cherchent à éviter d'être traitées de jalouses ou ringardes. Face à de beaux mâles aux plaques de chocolat, les garçons se distancient fréquemment en invoquant la retouche digitale. Ils avouent aussi être mal à l'aise, se sentir obligés d'aller au fitness pour être à la hauteur. Par contre, ils sont persuadés que certaines femmes des médias existent telles quelles. Ils n'ont pas vu www.deansplanet.com et la section «no make up» où Pamela Anderson, Britney Spears ou Claudia Schiffer apparaissent comme des êtres humains moyens dès lors qu'elles sont sans maquillage.

En 1935, dans sa première mouture de «L'amour et l'Occident», Denis de Rougemont remarquait que Hollywood dictait de plus en plus le choix de notre partenaire au détriment des alchimies personnelles plus subtiles. Où en sommes-nous aujourd'hui? Quels autres repères avons-nous? L'art nous offre des portraits d'artistes qui expriment une personnalité, un caractère. Les journaux proposent des politiciens variés, mais côté femmes, des commentaires sur leur apparence plus ou moins conforme seront en général ajoutés. Alors tournons-nous vers les gens proches de nous et qui touchent notre cœur, rayonnent d'harmonie.

EVA SARO, FONDATION IMAGES ET SOCIÉTÉ

de fesses ou de seins apparaissent constamment sans tête. La pub ne lui parle presque jamais profession – sinon séduction et prostitution comme le relèvent beaucoup de jeunes.

Adam des médias apparaît à tous les âges, même jeune, il a le visage marqué, le regard déterminé. En couple il lui arrive de détendre la lèvre et d'avoir un air plutôt soumis, mais en général monsieur des médias garde le contrôle. Il est aventurier, professionnel, sportif. La pub rassure l'homme qu'il peut «oser le soin», exiger des services de sa banque, tandis que la femme n'est jamais assez belle, même après mille efforts. C'est pourquoi elle est beaucoup plus retouchée à l'ordinateur que lui.

Pour aller plus loin:

www.you-watch-it.de
www.youwatchit.net
www.mlab.uiah.fi/watchit

ON EN PARLE

Les groupes de parole et d'écoute

Les groupes sont une des prestations centrales de l'association boulimie anorexie: depuis ses débuts, ils n'ont cessé d'exister, proposant un espace de rencontre, d'échange, de parole et de réflexion à des personnes confrontées aux mêmes souffrances. Mais finalement, comment se déroulent-ils?

L'association boulimie anorexie est née de la rencontre de parents d'enfants souffrant d'un trouble alimentaire. Démunis, ne sachant à qui s'adresser, quelques parents ont décidé de se retrouver régulièrement, d'abord dans le but de trouver un peu de chaleur et de réconfort, puis pour essayer d'ouvrir un dialogue avec les milieux médicaux et pour mieux faire

tant que proche. Honte, crainte du jugement, dégoût de soi-même, culpabilité,... sont autant de freins pour oser entreprendre une démarche de demande d'aide. Ces groupes proposent un lieu de confiance basé sur la confidentialité et le non-jugement ouvert aux personnes souffrant d'un trouble alimentaire et à leurs proches (parents, conjoints, frères et sœurs, amis,...) pour leur permettre d'y exprimer leur souffrance, de partager leur expérience et leurs victoires personnelles, pour trouver des pistes pour en sortir. Il ne s'agit pas de groupes thérapeutiques, mais ils peuvent jouer un rôle important sur la voie de la guérison. Pour y participer, il n'est pas nécessaire de s'annoncer à l'avance, pas besoin non plus de s'inquiéter de savoir ce que l'on va bien pouvoir dire... La démarche de se rendre à un groupe n'est pas évidente. Il n'est pas rare que ce soit le lieu où les personnes osent, pour la première fois de leur vie, parler de ce qui leur arrive. Etre là et entendre le témoignage d'autres participants peut déjà être très enrichissant. Libre à chacun de s'exprimer ou non. Certaines personnes viennent très régulièrement, d'autres une fois ou quelque fois seulement. Là encore, à chacun de définir ce que peut lui apporter de positif une participation à ces groupes.

Confiance et confidentialité

Une crainte souvent formulée par les personnes qui hésitent à se rendre à un de ces groupes est celle d'y rencontrer une personne qu'elles connaissent. Certes, cela peut arriver. Mais chaque participant connaît probablement la même appréhension! Et découvrir qu'une personne vit finalement la même chose que soi peut être à l'origine d'une relation plus authentique et riche avec elle. Dans tous les cas, les participants s'engagent au début de chaque séance à respecter la

confidentialité. Rien de ce qui est dit durant les groupes ne doit en sortir.

Une autre formule?

La question s'est souvent posée à ABA de la forme que devraient prendre ces groupes. Ne devrait-on pas professionnaliser l'animation? Est-ce une bonne chose d'ouvrir les groupes en même temps aux proches et aux malades? Ne devrait-on pas instaurer des thèmes clés à aborder? Pour essayer d'y voir plus clair, un questionnaire a été réalisé auprès des participants aux groupes... Les résultats ont été extrêmement divergeants, chacun ayant ses propres besoins et ses propres urgences... Force nous a été de constater que, si nous voulions satisfaire tout le monde, il faudrait pratiquement mettre en place un concept de groupe différent pour chaque participant! Ce qui évidemment n'est pas possible...

ABA a donc décidé de réaliser une charte des groupes (voir encadré) que chaque animateur est tenu de respecter, de manière à poser un cadre directeur. A ces «règles de base» vont s'ajouter la personnalité de chacun et la dynamique créée par les participants qui vont jouer un rôle important dans le déroulement du groupe.

Si vous souhaitez participer à un groupe dans votre région, nous vous invitons à consulter les prochaines dates qui sont indiquées au dos de ce journal ou sur notre site internet: www.boulimie-anorexie.ch

NATHALIE GETZ

connaître ces maladies. Ces rencontres se sont rapidement développées pour s'ouvrir aux personnes qui souffraient d'un TCA, puis se sont étendues dans d'autres cantons, notamment à Genève, Neuchâtel, Fribourg puis en Valais, permettant ainsi de proposer des groupes dans la plus grande partie de la Suisse romande.

A quoi servent ces groupes?

Malgré toute leur médiatisation, les TCA restent des maladies dont il est extrêmement difficile de parler lorsque l'on est soi-même concerné, directement ou en



aba

périodique de l'association boulimie anorexie

“oh”...

TÉMOIGNAGE

Un travail passionnant

Mon envie de devenir animatrice pour ABA remonte à environ trois ans. A l'époque, j'étais bénévole pour la ligue valaisanne contre le cancer. Je faisais du transport pour les malades qui avaient de la difficulté à se déplacer. L'échange avec les malades me plaisait et j'ai cherché un travail bénévole axé uniquement sur la communication.

Suite à une discussion avec une amie travaillant déjà pour ABA, j'ai eu envie d'animer moi aussi des groupes de paroles et d'écoute pour l'association boulimie anorexie. J'ai suivi une formation à l'écoute et co-animé des groupes à Lausanne et à Monthey. Ensuite j'ai animé

avec l'aide d'une autre bénévole des groupes de paroles et d'écoute à Sion. Ces réunions ont lieu une fois par mois et j'ai chaque fois beaucoup de plaisir à rencontrer de nouvelles personnes et à retrouver des anciennes. Les échanges sont riches. Certaines soirées sont plus difficiles à vivre émotionnellement que d'autres, d'où l'importance de pouvoir parler avec ma collègue et aussi avec les psychologues de ABA.

Pour moi, de tels groupes sont importants car ils permettent aux personnes souffrant de TCA de parler de ce qu'elles vivent au quotidien. De rencontrer d'autres personnes vivant les mêmes difficultés, d'être

comprises et acceptées telles qu'elles sont. Les groupes sont ouverts également aux parents et aux proches: participer à ces groupes leur permet de mieux comprendre leur enfant ou connaissance en écoutant des personnes malades exprimer leur souffrance.

Etre animatrice est un travail passionnant, motivant et valorisant. Alors si votre envie est de donner un peu de votre temps et d'apporter votre aide à des personnes souffrant de TCA et à leurs proches, devenez vous aussi animateur ou animatrice pour l'association boulimie anorexie.

MARIE-CLAUDE ANDENMATTEN

ANIMATRICE DE L'ANTENNE ABA VALAIS

«Charte des groupes de parole et d'écoute»

Les groupes de parole et d'écoute proposés par l'Association Boulimie Anorexie sont des groupes d'écoute, de partage et de soutien ouverts à toute personne souffrant d'un TCA, ainsi qu'à leurs proches.

Il ne s'agit pas de groupes thérapeutiques.

Les groupes sont animés ou co-animés par des animateurs/trices bénévoles, ou en co-animation avec un(e) professionnel(le) bénévole également.

La durée est en moyenne de 2 heures.

Une participation symbolique de CHF 5.- est demandée à chaque participant.

Les principes que chaque animateur/trice se doit de respecter sont:

- l'écoute active et empathique
- le respect
- l'accueil bienveillant
- le non-jugement
- le principe de la confidentialité et du respect de l'anonymat
- éviter de donner des conseils directs, mais plutôt informer
- donner les informations de base au début de chaque groupe
 - durée
 - rappeler le principe de la confidentialité
 - proposer un rapide tour de table lors duquel les personnes présentes sont conviées à dire leur prénom et pourquoi elles sont présentes
 - informer, le cas échéant, de la présence d'une personne extérieure, soit un(e) animateur/trice en formation, soit un(e) professionnel(le) également bénévole.

- afin de respecter le principe de la confidentialité, les jeunes étudiant(e)s ou toute personne souhaitant participer aux groupes par simple curiosité, ne sont pas admises
- une personne professionnelle exerçant sur le terrain peut y assister une fois:
 - en prenant préalablement rendez-vous avec les animateurs/trices responsables des groupes, afin d'évaluer sa motivation
 - avec l'accord des participant(e)s du groupe
- l'expression de parole est libre, les personnes ne doivent pas se sentir obligées de parler si elles ne le souhaitent pas.
- l'animateur/trice veillera à ce que toutes les personnes le souhaitant, puissent s'exprimer, il (elle) est ainsi garante du cadre et de la bonne dynamique du groupe. Il(elle) évitera également, dans la mesure du possible, de donner des directives et essaiera de rester le plus neutre possible.

Les animateurs/trices s'engagent à suivre une supervision et les formations proposées lors de leur engagement.

Lausanne, octobre 2003

Q U O I D E N E U F ?

Un nouveau comité, ...et des finances toujours incertaines

Un nouveau comité, désigné par l'Assemblée générale qui a eu lieu le premier avril dernier, est à la tête de ABA depuis bientôt six mois. Il est composé des personnes suivantes:

- Mme Maria Carola, présidente ABA, médecin-psychiatre
- Mme Anya Barraud, secrétaire du comité, intervenante en dépendances, animatrice groupes d'écoute et de parole
- Mme Simona Grassi, membre du comité, psychologue FSP en formation psychothérapie, animatrice responsable des groupes d'écoute et de parole
- Mme Marie Leuba-Bosisio, membre du comité, psychologue, animatrice groupes d'écoute et de parole, co-animatrice groupes parents
- Mme Sophie Sion-Byde, membre du comité, psychologue FSP en formation psychothérapie, animatrice groupes pour personnes boulimiques
- Mme Angela Recchia, membre du comité, conseillère à la clientèle bancaire
- Mr Gary Gedall, membre du comité, psychologue-psychothérapeute FSP

Le nouveau comité doit faire face à de lourdes tâches, dont la priorité principale est de trouver les ressources financières qui vont permettre à l'association de poursuivre ses activités. Le cas échéant, il devra prendre des mesures permettant de diminuer fortement les charges de fonctionnement, une décision d'autant plus difficile que les moyens en place actuellement ne suffisent déjà pas à faire face aux nombreuses demandes, sans compter que le temps de travail global des salariés a été réduit de 60% depuis le mois de mai, le poste pour la communication et la recherche de fonds n'ayant pas été repourvu. Aujourd'hui, le temps de travail rémunéré s'élève à 130%, réparti entre le secrétariat et les postes de psychologue.

Le comité, les salariés et les bénévoles vont tout mettre en œuvre pour que ABA puisse continuer à proposer le soutien et l'information nécessaires pour les personnes qui souffrent d'un trouble alimentaire et pour leurs proches. Un groupe de travail s'est spécialement constitué pour réfléchir et entreprendre les démarches possibles pour atteindre cet objectif.

Les démarches entreprises

En geste de solidarité, l'AG a accepté une augmentation des cotisations qui s'élèvent désormais à CHF 80.– pour les membres individuels (au lieu de CHF 60.–), à CHF 120.– pour les couples (au lieu de CHF 100.–) et à CHF 150.– pour les membres de soutien (au lieu de CHF 120.–). Parallèlement, de nombreuses demandes de soutien financier sont déposées auprès d'entreprises privées, de Fondations et d'institutions publiques.

Résultats

Au mois de mai dernier, vous avez reçu un courrier vous invitant à soutenir activement ABA dans ses démarches en écrivant au médecin cantonal vaudois, le Dr Daniel Laufer, avec qui des négociations étaient en cours. Grâce à votre importante mobilisation, plus de 150 lettres sont parvenues sur le bureau de Monsieur Laufer! Merci à chacun de vous qui avez pris le temps d'envoyer ce courrier en signe de soutien pour ABA.

Fin mai, une délégation a rencontré le Dr Laufer pour la seconde fois. Malgré d'intenses discussions et une évidente reconnaissance du travail de ABA, nous avons reçu une réponse négative du département de la santé par le biais d'un courrier dont voici un court extrait: *«en ayant conscience de l'important travail accompli par ABA» (...)* et ayant *«pris note de l'important volume de lettres de soutien et votre faveur» (...)*, *«l'état des finances publiques cantonales ne nous permet malheureusement pas d'envisager à l'heure actuelle de vous octroyer une subvention.» (...)* *«Nous vous engageons par contre à poursuivre vos efforts de recherche de fond auprès d'autres personnes ou institutions susceptibles de vous apporter un soutien financier»* (sic!)

Pour nous aider:

Vous avez envie de vous engager bénévolement pour ABA, mais vous souhaitez d'abord en savoir plus: n'hésitez pas à nous appeler au 021 329 04 39 (en cas de non réponse, merci de rappeler durant les heures de permanence téléphonique indiquées par répondeur).

Vous pouvez aussi nous contacter par mail: info@boulimie-anorexie.ch
Si vous voulez faire un don: CCP:10-27225-8.

Une petite lumière

Une note positive tout de même dans ce contexte sombre, grâce à la Loterie Romande qui a octroyé un généreux don de CHF 88'000.– à ABA; avec d'autres dons privés, cette somme va permettre d'assurer durant quelques temps une partie des projets de l'association.

Il est difficile toutefois de planifier ce que sera l'avenir de ABA au delà des six prochains mois. Cette situation est particulièrement éprouvante pour les salariés qui vivent dans une incertitude constante.

Besoin de vous

Nous avons donc encore et toujours besoin de votre soutien: que vous ayez envie de vous engager bénévolement pour la recherche de fonds, la réalisation du journal, le maintien du site internet ou tout autre ou que vous souhaitiez faire un don, chaque geste est précieux puisqu'il permettra à ABA de poursuivre son action!

Nous vous remercions de votre soutien et votre confiance.

LE COMITÉ

Q U O I D E N E U F ?

F R I B O U R G

Une nouvelle association

L'antenne de ABA-Fribourg a décidé de prendre son envol: elle est devenue une association cantonale depuis peu, sous le nom de ABA-Fribourg. Cette indépendance n'engendrera pas de grands bouleversements. La ligne reste la même, ABA-Fribourg reste liée à ABA et à son éthique. Les groupes d'entraide auront toujours lieu les derniers jeudis du mois.

Une négociation a eu lieu concernant la répartition du travail et les conditions des diverses prestations administratives avec le comité du siège central de ABA à Lausanne.

Cette marche vers l'indépendance exige beaucoup de travail et d'engagement de la part des membres du comité. Etant tous bénévoles, ils ne disposent pas forcément toujours du temps nécessaire pour mener cette tâche à bien. Il faudrait pouvoir améliorer l'offre aux malades, créer de nouveaux groupes, se faire connaître au travers d'articles de journaux ou d'actions dans le domaine de la prévention. Et bien sûr, il faut envisager de former un groupe de travail pour la recherche de fonds.

Nous avons besoin de l'aide de nos membres et serions reconnaissants aux personnes qui accepteraient de s'engager à nos côtés.

Si vous êtes intéressés à donner un peu de votre temps et de vos compétences au service de notre association, vous pouvez vous adresser à: Martine Jeanneret, Coordinatrice ABA-Fribourg –Tél. : 026 460 81 20 – e-mail: jeanneretm@constel.ch

G E N È V E

Groupe de proches

L'antenne de ABA-Genève propose aux proches de personnes souffrant d'un trouble du comportement alimentaire un nouveau groupe à Genève.

Le thème de ce groupe est «Le partage et l'expression de ma souffrance dans mon parcours de co-dépendant et comment retrouver ma joie de communiquer».

Animateurs:

Yvana Cauvarel, thérapeute et Corinne Meichtry, psychologue en formation.

Dates: dès le 26 octobre 2004 jusqu'au 25 mai 2005, tous les quatrièmes mardis du mois

Horaires: 20h – 22h

Lieu: 6, rue des Amazones – Genève (quartier de la Gradelle)

Participants: Minimum 5, maximum 12.

Tarif: CHF 200.– pour les 8 séances (membres ABA), CHF 240.– pour les 8 séances (non-membres ABA).

Délai d'inscription: 15 octobre 2004

Pour renseignement et inscriptions:

tél. 078 676 15 15

N E U C H Â T E L

Changements d'horaires et de lieu

Les groupes de parole et d'écoute auront désormais lieu:

– Les premiers samedis du mois (04.09.04, 02.10.04, 06.11.04, 04.12.04) entre 14h00 et 16h00 dans les locaux de l'ANAAP à Neuchâtel, Rue du Plan 19;

– Les troisièmes mercredis du mois (15.09.04, 20.10.04, 17.11.04, 15.12.04) entre 19h30 et 21h30 dans les locaux de l'ANAAP à La Chaux-de-Fonds, Rue de Beau-Site 29.

Une participation de CHF 5.– par soirée est demandée.

Le numéro de tél. reste inchangé.

(voir au dos du journal)

Dès le 1er septembre 2004, les permanences téléphoniques seront assurées de la manière suivante:

– Lundi soir entre 19h30 et 21h00

– Vendredi entre 13h30 et 15h00

L A U S A N N E

Atelier d'expression créatrice

ABA propose aux personnes souffrant d'un trouble du comportement alimentaire, un atelier d'expression créatrice: un espace de création et de jeu, ouvert à toute personne souhaitant s'exprimer librement à travers le collage et l'écriture.

Il ne s'agit pas d'un atelier à visée thérapeutique, mais une fenêtre ouverte sur l'exploration de son propre espace intérieur.

L'atelier sera co-animé par Romana Chiappini, psychologue FSP, animatrice d'ateliers d'expression créatrice certifiée ART CRU et Christian Thévenaz, animateur d'ateliers d'expression créatrice (l'Atelier).

Dates: 28 octobre, 4, 11, 18 novembre, 2 et 9 décembre 2004

Horaire: 18h45 – 20h45

Lieu: Av.Villamont 19, 1005 Lausanne, dans les locaux d'ABA

Participants: Minimum 3, Maximum 6

Tarif (matériel compris): CHF 30.– par soirée; CHF 25.– par soirée pour étudiants, AI et membres ABA. (possibilité de paiements fractionnés).

Délai d'inscription: lundi 4 octobre 2004

Pour tout renseignement et inscriptions:

ABA, Av. Villamont 19, 1005 Lausanne
021 329 04 39, aux heures de permanence
e-mail: info@boulimie-anorexie.ch
internet: www.boulimie-anorexie.ch

GROUPES

de parole et d'écoute

ABA propose des groupes de parole et d'écoute dans plusieurs cantons romands. Ces groupes sont destinés aux personnes souffrant d'un trouble du comportement alimentaire ainsi qu'à leurs proches. Il n'est pas nécessaire de s'inscrire à l'avance. Une participation symbolique de CHF 5.– par séance est demandée. Pour plus d'informations sur le groupe de votre région, vous pouvez contacter directement le numéro de la permanence concernée ou appeler le numéro central à Lausanne: 021 329 04 39.

■ ABA Fribourg

Case postale 195
1705 Fribourg 5
fribourg@boulimie-anorexie.ch

Permanence téléphonique au n°: **079 672 41 33**

lundi de 18h à 20h; mercredi de 14h à 18h et jeudi de 9h à 13h.
Les rencontres ont lieu à la Clinique Garcia, ch. des Verdiers 2, 1700 Fribourg
chaque dernier jeudi du mois à 20h00.
Jeudi 30 septembre 20h00 Jeudi 28 octobre 20h00
Jeudi 25 novembre 20h00 Décembre 2004 - vacances

■ ABA Genève

geneve@boulimie-anorexie.ch

Permanence téléphonique au n°: **078 676 18 00**

mardi de 15h à 17h, vendredi de 20h à 22h et dimanche de 13h à 15h.
Les groupes ont lieu à l'avenue des Amazones 6 (5^e étage), 1224 Chêne-Bougeries (quartier de la Gradelle) - code d'accès porte d'entrée: 396A
chaque troisième mercredi du mois à 19h30.
Mercredi 15 septembre 19h30 Mercredi 20 octobre 19h30
Mercredi 17 novembre 19h30 Mercredi 15 décembre 19h30

■ ABA Neuchâtel

Avenue de la Gare 39
2000 Neuchâtel
neuchatel@boulimie-anorexie.ch

Permanence téléphonique au n°: **032 725 05 82**

lundi de 19h30 à 21h et vendredi de 13h30 à 15h.
Attention: changements
Les groupes auront lieu **les premiers samedis du mois de 14h à 16h** dans les locaux de l'ANAAP, rue du Plan 19 à Neuchâtel
Samedi 4 septembre 14h00 Samedi 2 octobre 14h00
Samedi 6 novembre 14h00 Samedi 4 décembre 14h00
et les troisièmes mercredis du mois de 19h30 à 21h30
dans les locaux de l'ANAAP, rue de Beau-Site 29 à **la Chaux-de-Fonds**
Mercredi 15 septembre 19h30 Mercredi 20 octobre 19h30
Mercredi 17 novembre 19h30 Mercredi 15 décembre 19h30

■ ABA Valais

valais@boulimie-anorexie.ch

Les rencontres ont lieu aux Ateliers Itinériss, place de la Gare 11, 1951 Sion
Local situé au 1^{er} étage de la Poste principale de Sion, sur la place de la Gare.
Chaque troisième jeudi du mois à 19h30.
Jeudi 16 septembre 19h30 Jeudi 21 octobre 19h30
Jeudi 18 novembre 19h30 Jeudi 16 décembre 19h30

■ ABA Vaud

(Secrétariat central)
Av. de Villamont 19
1005 Lausanne
Tél: 021 329 04 39
(horaires de la permanence indiqués sur le répondeur)
Fax: 021 329 04 09
info@boulimie-anorexie.ch

Les groupes ont lieu à l'adresse ci-contre, **chaque deuxième mardi du mois à 20h et chaque dernier samedi du mois à 14h.**
Mardi 14 septembre 20h00 Samedi 25 septembre 14h00
Mardi 12 octobre 20h00 Samedi 30 octobre 14h00
Mardi 9 novembre 20h00 Samedi 27 novembre 14h00
Mardi 14 décembre 20h00 Décembre - pas de groupe du samedi (Noël)

Vous trouverez toutes les dates et les adresses des groupes proposés par ABA sur www.boulimie-anorexie.ch