

# RAPPORT D'ACTIVITÉS 2024



*Pluriels* existe depuis bientôt 30 ans dans le Canton de Genève. Son équipe est composée de psychologues-psychothérapeutes reconnues et expérimentées dans des approches variées et complémentaires. Elles sont formées en thérapie systémique, TCC (Thérapie cognitive-comportementale) ainsi qu'à la supervision TCC et systémique d'équipe et individuelle, en thérapie EMDR, dans le diagnostic et le traitement des troubles dissociatifs et en Thérapie communautaire. Elle possède un panel d'outils thérapeutiques adaptés à la diversité des situations qui se présentent à elle. Les membres de l'équipe continuent à enrichir leurs connaissances et pratiques par des formations. Ainsi deux psychothérapeutes se forment en thérapie sensorimotrice et deux en psycho-traumatologie ainsi qu'une autre en approche centrée sur la personne.

**Avec le soutien de**



COMMUNE DE MEYRIN

## PARTIE CLINIQUE

En 2024, *Pluriels* a connu un record de demande de consultation, nous obligeant à dresser une liste d'attente sans fin et à faire patienter, professionnel-le-s et patient-e-s. Nous avons décidé, afin de ne pas donner de faux espoirs aux personnes qui attendaient notre appel mais également dans le but de ménager l'équipe, de suspendre la prise de nouvelles demandes. Nous souhaitons, en priorité, éponger la liste d'attente avant d'accepter de nouvelles demandes de consultation.

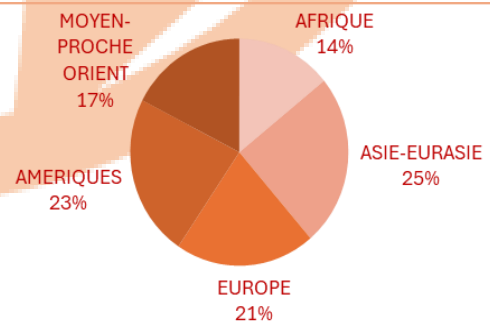
Nos salles de consultation ont résonné de 26 langues différentes dont 68% ont nécessité la présence d'un-e interprète et 32% se sont déroulées dans une des langues maîtrisées par la thérapeute soit le français, l'anglais, le portugais et l'espagnol.

40% de nos patient-e-s sont arrivés en Suisse pour y demander l'asile et parmi eux et elles, la plupart n'ont pas encore reçu une réponse positive de Berne. 34% de nos patient-e-s ont un permis de séjour et 14% sont sans statut légal en Suisse.

Ils et elles nous sont adressé-e-s dans 56% des cas, par le secteur public, composé essentiellement par les différents services des Hôpitaux universitaires de Genève et en particulier les consultations pour enfants et adolescents (MEME et CASAA) ainsi que par l'USAR et de l'Hospice général. 17% des personnes nous sont adressées par le secteur privé dont des médecins installés mais également des associations telles que la Roseraie et Camarada, le CausE, F-information et des œuvres d'entraide entre autres. Notre site internet (entièrement refait en 2023) ainsi que le bouche à oreille sont également deux vecteurs d'information qui permettent aux patient-e-s d'arriver jusqu'à nous.

30% de notre patientèle a moins de vingt ans. Avec l'arrivée dans notre équipe d'une pédopsychologue, les enfants, dès leur plus jeune âge, ont trouvé une place à Pluriels pour un suivi individuel ou un travail parents-enfant. Les plus de 40 ans représentent 28% des personnes reçues en 2024 et les 31-40 ans, 25%.

Le tableau ci-dessous résume les régions d'origine de nos patient-e-s. Parmi les 25% de personnes originaires d'Asie-Eurasie, 26% sont Afghans, 25% Turcs et 20% Sri-Lankais. Les Américains sont avant tout Sud-Américains, 29% sont Colombiens, 27% Brésiliens et 21% Péruviens. Les Ukrainiens (35%) et les Kosovars (21%) sont les deux nationalités les plus représentées dans le continent européen. Parmi les moyens et proches-orientaux, les Iraniens sont les plus nombreux (50%) suivis des Irakiens (14%) et des Yéménites (14%). Ce sont les Erythréens (17%), les Ivoiriens, Burundais et Marocains (10% chacun) qui représentent principalement le continent africain dans notre consultation.



### MOTIF DE CONSULTATION

Les principaux motifs de consultation en 2024 ne sont guère différents de ceux des années précédentes. Les symptômes liés aux traumatismes sont en tête des demandes de consultation (22%) suivi de la dépression (20%) et des problèmes familiaux (14%). Les besoins du rapport d'activités expliquent que nous devons décider pour chaque situation que nous rencontrons, un seul motif. Cela représente évidemment une partie de la réalité, une personne souffrant rarement d'un motif unique et isolé.

### MOTIF D'ARRÊT

Les motifs d'arrêt sont nombreux. La principale raison est une amélioration ou une solution satisfaisante trouvée à leur(s) difficulté(s) qui représente 20% des motifs d'arrêt. Certaines personnes ne viennent jamais au rendez-vous fixé malgré plusieurs tentatives, d'autres sont adressées à une collègue de Pluriels ou dans un autre lieu, il-elle-s ne donnent plus de nouvelles ou quittent la Suisse par exemple.

## VIGNETTE CLINIQUE

En 2024, *Pluriels* reçoit la situation d'une **famille de trois personnes**, une mère et ses deux petites filles, âgées de 10 et 8 ans. Elles ont dû fuir leur pays d'origine suite à des violences physiques et psychologiques subies depuis de nombreuses années de la part du père. La mère, malgré la désapprobation de sa famille, demande et obtient le divorce. Celui-ci est prononcé avec la garde exclusive de la mère mais, quatre ans plus tard, le père continue à les harceler et les menace de mort. La mère des filles prend alors la décision de fuir pour un pays où elle et ses enfants seraient en **sécurité**. Le trajet pour arriver en Suisse s'avère particulièrement **traumatogène**. La famille est, en effet, confrontée à la mort et les filles sont, en outre, témoins d'agression sur leur mère et d'autres femmes.

Arrivées en Suisse les deux petites présentent des **symptômes somatiques et comportementaux** qui alertent les professionnel-le-s. La pédiatre fait le lien entre ceux-ci et l'histoire de la famille et propose d'orienter la situation à *Pluriels*.

L'équipe de *Pluriels* reçoit une demande de prise en charge complexe où les intervenants et les interventions se multiplient.

Un **setting thérapeutique en co-thérapie de suivi familial** suivant une **approche psycho-traumatologique** est proposé. Ce setting présente de nombreux avantages. Premièrement, dans la mesure où « deux têtes pensent mieux qu'une », il s'agit d'allier les différentes compétences des deux collègues qui recevront la famille et, également, de pouvoir **observer et interagir à différents niveaux** (dialogique, non verbal et méta). La co-thérapie permet également de construire une **alliance thérapeutique** croisée (une collègue avec la mère l'autre avec les enfants par exemple). Enfin, ce setting permet de **garder une vue d'ensemble** quant à la complexité de la situation et d'éviter d'être bloqué par des manœuvres de régulation **homéostatique** du système.

En outre, le **travail en réseau** dans cette situation revêt un intérêt fondamental. En effet, il permet une plus grande **circularité** dans le système de soin et par conséquent vise à atténuer le symptôme du trauma de la mère qui clive les informations qu'elle transmet aux professionnels. Travailler en réseau permet aussi de créer une forme d'enveloppe groupale sécurisante, un **contenant**, dans lequel la famille pourra à son tour penser et panser ses blessures et se reconstituer comme groupe sécurisant pour ses membres.

Finalement, si le **trauma** est une blessure souvent très personnelle, on pourrait se questionner sur l'intérêt qu'il y aurait de **travailler en famille**. Les recevoir ensemble c'est répondre au besoin de **reconstruction de l'enveloppe sécurisante** que représente le **groupe familial**. **La régulation des affects** pour les enfants passant par une régulation collective dans le lien, il s'agit de permettre **l'élaboration d'un récit**, de faire des liens dans les vécus, d'y **mettre du sens pour reconstituer cette enveloppe familiale sécurisante et guérir ensemble**.

Enfin, dans le but de créer une narrative commune, vecteur de résilience, qui permettra à la mère d'être à nouveau à même de **réguler émotionnellement** ses filles, il est important de « dépolluer » les enfants de ce qu'ils ont vécu. Une des priorités est, par conséquent, d'apaiser la mère et de réduire la **charge émotionnelle** liée non seulement à son vécu, mais aussi à la représentation qu'elle a du vécu de ses filles et à leur récit.

Si parler régule, cela ouvre également les blessures. Les co-thérapeutes accompagneront le processus en **contenant** le trauma quand cela s'avèrera pertinent, en **ouvrant** certains chapitres douloureux quand le moment sera juste et en **apaisant** quand cela sera nécessaire. Elles seront, en quelque sortes, des « prothèses corticales » de la famille pendant son processus de guérison.

## PSYCHOSOCIALE

Les activités de **prévention** et de **promotion** de la santé mentale menées par *Pluriels* favorisent, à travers des rencontres, le **développement de synergies** avec nos partenaires et la mise en lumière des enjeux liés à la santé mentale dans le contexte migratoire.

En 2024, *Pluriels* a eu le plaisir de développer ses relations avec la Roseraie, le Centre d'Accueil de la Croix-Rouge, le CAPPI Servette, les Multiplicatrices, l'UPA, l'EPER, Femmes à Bord et Embellimur. De plus, nous avons participé à la coordination de prévention à Plainpalais, un projet pour sensibiliser les jeunes du quartier à la santé mentale.

*Pluriels* a donné des ateliers de sensibilisation à la santé mentale à destination des bénéficiaires d'associations partenaires. Ces rencontres visaient à déstigmatiser la figure du ou de la psychologue et de répondre aux questions de personnes, souvent en situation de vulnérabilité, qui pourraient bénéficier d'un suivi mais auraient des craintes à aller consulter.

Nous avons également mis en place un groupe de parole pour les interprètes travaillant en collaboration avec l'association, leur offrant un espace pour partager autour de la charge émotionnelle liée à la traduction de situations souvent difficiles.

Comme chaque année, *Pluriels* a co-animé le groupe *Paroles de quartier* à Meyrin. Le groupe est basé sur le modèle de la Thérapie Communautaire du psychiatre brésilien Alberto Barreto, et permet aux citoyennes et citoyens d'échanger sur les tracas de la vie. *Pluriels* était également présent à **Meyrin-les-Bains**, un événement culturel annuel mêlant activités ludiques et moments de convivialité pour les résidentes et résidents du quartier.

Finalement, l'équipe de *Pluriels* a régulièrement mis en place des **supervisions individuelles** ainsi que des **supervisions d'équipes** de professionnelles et professionnels travaillant auprès de populations migrantes.

## COMITE

**Simone Romain**, infirmière indépendante, présidente.

**Nina Nardan**, gestionnaire Ressources Humaines, trésorière.

**Serge Abramovsky**, pédiatre, membre.

**Anouck Cogordan**, psychothérapeute en formation, membre.

**Sevinch Rustamova**, étudiante en psychologie appliquée et sociale, membre.

## EQUIPE CLINIQUE

*Coordinatrice des activités cliniques :*

**Sarah Ait Ghezala-Rossier**, psychologue spécialiste en psychothérapie FSP, thérapeute de couple et de famille AGTF, praticienne EMDR certifiée, thérapeute communautaire (A. Barreto)

*Coordinatrice des activités psychosociales et de prévention en santé mentale :*

**Katherine Gradassi-Fournier**, Psychologue spécialiste en psychothérapie FSP, psychologue avec qualification complémentaire en psychologie d'urgence FSP, thérapeute de couple et de famille AGTF, praticienne EMDR certifiée

**Anouck Cogordan**, psychothérapeute en formation à l'approche systémique, membre de l'équipe clinique jusqu'au 30 juin 2023.

**Lygia Pavitt**, psychothérapeute en formation à l'approche centrée sur la personne, membre de l'équipe clinique dès le 1er août 2023.

**Odile Lecerf**, psychologue spécialiste en psychothérapie FSP, spécialisée en thérapie cognitive-comportementale (TCC) Aspco, superviseuse Aspco groupe et individuel, formée en EMDR et Mindfulness enfants-adolescents

## EQUIPE ADMINISTRATIVE

**Maria Casares**, administratrice

**Beatriz Souto**, assistante administrative

## MOT DE LA PRESIDENTE

Les psychologues de *Pluriels* poursuivent leur engagement avec la même détermination et une profonde humanité. Chaque jour, elles accompagnent des personnes migrantes confrontées à des situations de grande détresse, en leur proposant un soutien psychothérapeutique adapté. Ces suivis permettent aux familles de mieux gérer leur stress, de surmonter les difficultés du quotidien et de retrouver des repères pour avancer.

L'année 2024 a marqué une étape importante pour *Pluriels*, avec l'arrivée d'une nouvelle collègue qui a permis d'accueillir les enfants, adolescents et leurs parents. Elle a introduit une approche TCC (Thérapie cognitive-comportementale) destinée aux enfants dès leur plus jeune âge, souffrant d'anxiété, de stress ou de dépression par exemple. Cette démarche intègre également, lorsque cela est nécessaire, un accompagnement des parents afin de soutenir l'ensemble du système familial. L'équipe, qui fait preuve d'une grande résilience, continue de faire face à des situations complexes avec calme, professionnalisme et un engagement considérable.

J'adresse mes plus vifs remerciements à nos donateurs ainsi qu'à notre équipe administrative, dont la disponibilité, la rigueur et l'efficacité sont indispensables au bon fonctionnement de *Pluriels*.

| <b>COMPTES DE RESULTAT 2024</b>     |              |                |
|-------------------------------------|--------------|----------------|
| en CHF                              | 31.12.2024   | 31.12.2023     |
| Contribution du secteur public      | 236 900      | 236 900        |
| Produits des prestations            | 174 868      | 135 901        |
| Cotisations et dons                 | 700          | 450            |
| Dons affectés                       | 42 400       | 50 000         |
| Charges de personnel                | 389 265      | 386 668        |
| Charges d'exploitation              | 59 788       | 57 676         |
| <b>Résultat d'exploitation</b>      | <b>5 474</b> | <b>-21 093</b> |
| <b>Amortissement</b>                |              | <b>0</b>       |
| Charges financières                 | -385         | -391           |
| Produits financiers                 | 46           | 29             |
| <b>Résultat financier</b>           | <b>-339</b>  | <b>-362</b>    |
| Charges exceptionnelles, uniques    |              | 0              |
| Produits exceptionnels, uniques     |              | 0              |
| <b>Résultat exceptionnel</b>        |              | <b>0</b>       |
| <b>Résultat avant affectation</b>   | <b>5 814</b> | <b>-21 456</b> |
| Fonds affectés                      |              | 0              |
| Fonds affectés (utilisation)        | 0            | 20 747         |
| Subvention non dépensée à restituer | -3 668       | 475            |
| Bénéfice ou perte après répartition | 1807         | -234           |



## LES REMERCIEMENTS

Le comité remercie tous nos sponsors sans qui il ne serait pas possible de réaliser nos activités.