Hannah participe à une groupe d'entraide de pour des personnes ayant un trouble de l'humeur, bipolaire et dépressif. Elle est co-modératrice.

La première fois, elle avait très peur d'y aller. Mais l'accueil a été très chaleureux. C'était un moment clé, il y a eu vraiment un avant et un après dans son parcours.

Parfois, il y a dix personnes aux rencontres. Pour ça il y a une modératrice qui permet à chacun de prendre la parole.

Hannah (38)
concernée par des problèmes de santé mentale

INFOENTRAIDESUISSE

DANS MON PARCOURS, IL Y A EU VRAIMENT UN AVANT ET UN APRÈS.

L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE
Solidarité, responsabilité, autodétermination

Des formes diverses, mais un objectif commun: le soutien mutuel. Des personnes qui ont le même problème, la même préoccupation ou qui vivent une situation similaire s'unissent pour s'entraider. Les personnes concernées ou leurs proches n'y trouvent pas seulement de l'aide et de la solidarité, mais engagent également leur responsabilité personnelle. En devenant actives et en s'autoresponsabilisant, ces personnes peuvent atteindre un plus grand degré d'autodétermination.

Il y a plus de 2500 groupes d'entraide sur 300 thèmes en Suisse, De A comme Allergie à D comme Dépression, et jusqu'à V comme Victimes de violence: l'entraide aide donc à rebondir dans bien des situations sociales difficiles ou face à des maladies physiques ou psychiques.

Plus d'informations:
www.infoentraidesuisse.ch

INFOENTRAIDESUISSE

LE GROUPE REPRÉSENTE UN VÉRITABLE SOUTIEN DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS.

Le diagnostic de l'épilepsie a soulagé Isabelle après dix ans pendant lesquels elle ne connaissait pas la cause de sa souffrance.

Elle fait partie d'un groupe d'entraide pour partager avec d'autres personnes touchées par la même maladie, pour pouvoir mieux la comprendre et vivre avec.

Elle s'est sentie très bien accueillie. Elle était libre de parler ou pas. Le groupe représente pour elle un véritable soutien dans la vie de tous les jours.

Isabelle (48)
souffrant d'épilepsie

INFOENTRAIDESUISSE

LE GROUPE REPRÉSENTE UN VÉRITABLE SOUTIEN DANS LA VIE DE TOUS LES JOURS.

L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE
Solidarité, responsabilité, autodétermination

Des formes diverses, mais un objectif commun: le soutien mutuel. Des personnes qui ont le même problème, la même préoccupation ou qui vivent une situation similaire s'unissent pour s'entraider. Les personnes concernées ou leurs proches n'y trouvent pas seulement de l'aide et de la solidarité, mais engagent également leur responsabilité personnelle. En devenant actives et en s'auto-responsabilisant, ces personnes peuvent atteindre un plus grand degré d'autodétermination.

Il y a plus de 2500 groupes d'entraide sur 300 thèmes en Suisse, De A comme Allergie à D comme Dépression, et jusqu'à V comme Victimes de violence: l'entraide aide donc à rebondir dans bien des situations sociales difficiles ou face à des maladies physiques ou psychiques.

Plus d'informations:
www.infoentraidesuisse.ch

INFOENTRAIDESUISSE

Maryse fait partie d'un groupe pour des personnes concernées par l'homosexualité et la transsexualité. Des jeunes y participent, ainsi que quelquefois leurs proches.

Pour beaucoup de personnes c'est un besoin très fort d'en parler, parce qu'il s'agit d'une thématique délicate et difficile à aborder avec son entourage. Dans le groupe on peut créer des liens très forts.

Les nouveaux venus s'y sentent accueillis, ce qui facilite la prise de parole et les échanges. Plus on est, plus on voit que chaque situation est différente et que chaque situation peut être résolue.

Maryse (78)
concernée par l'homosexualité

INFOENTRAIDESUISSE

L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE
Solidarité, responsabilité, autodétermination

Des formes diverses, mais un objectif commun: le soutien mutuel. Des personnes qui ont le même problème, la même préoccupation ou qui vivent une situation similaire s'unissent pour s'entraider. Les personnes concernées ou leurs proches n'y trouvent pas seulement de l'aide et de la solidarité, mais engagent également leur responsabilité personnelle. En devenant actives et en s'auto-responsabilisant, ces personnes peuvent atteindre un plus grand degré d'auto-détermination.

Il y a plus de 2500 groupes d'entraide sur 300 thèmes en Suisse, De A comme Allergie à D comme Dépression, et jusqu'à V comme Victimes de violence: l'entraide aide donc à rebondir dans bien des situations sociales difficiles ou face à des maladies physiques ou psychiques.

Plus d'informations:
www.infoentraidesuisse.ch

INFOENTRAIDESUISSE

Fernando participe à un groupe d'entraide pour des proches de personnes atteintes de maladies psychiques.

Quand on est concerné on est déconcerté. Le fait de pouvoir parler à d'autres proches qui ont eu un parcours similaire permet de se ressourcer.

Se sentir compris par des personnes, qui ne sont pas des «professionnels», c'est un grand soulagement.

Fernando (72)
proche d'une personne atteinte d'une maladie psychique

INFOENTRAIDESUISSE

L'ENTRAIDE AUTOGÉRÉE
Solidarité, responsabilité, autodétermination

Des formes diverses, mais un objectif commun: le soutien mutuel. Des personnes qui ont le même problème, la même préoccupation ou qui vivent une situation similaire s'unissent pour s'entraider. Les personnes concernées ou leurs proches n'y trouvent pas seulement de l'aide et de la solidarité, mais engagent également leur responsabilité personnelle. En devenant actives et en s'auto-responsabilisant, ces personnes peuvent atteindre un plus grand degré d'autodétermination.

Il y a plus de 2500 groupes d'entraide sur 300 thèmes en Suisse, De A comme Allergie à D comme Dépression, et jusqu'à V comme Victimes de violence: l'entraide aide donc à rebondir dans bien des situations sociales difficiles ou face à des maladies physiques ou psychiques.

Plus d'informations:
www.infoentraidesuisse.ch

INFOENTRAIDESUISSE