



2 0 2 5

MARS
MÄRZ

Sommaire Inhalt

Du côté de Bulle
P. 2

Triologue Fribourg
P. 2

Sortie d'hiver/
Winterwanderung
P. 3

Formations CORAASP
P. 3

Agenda
P. 4-5-6-7

Guin nouveau local/
Neu in Dürdingen
P. 7

Au revoir de/Auf
Wiedersehen von...
P. 8

Bienvenue à/
Willkommen...
P. 8

CLIN D'ŒIL

Editorial

Chers lecteurs, chères lectrices,
C'est avec regret que nous vous annonçons **le prochain départ de Thérèse**. Très appréciée des membres et de l'équipe, elle a décidé d'entamer un nouveau projet professionnel. Nous lui souhaitons plein succès pour la suite et vous invitons à **un moment de convivialité en son honneur, le mardi 15 avril à 15 H 30**.

Nous avons toutefois le plaisir de vous annoncer **le retour de Maxime Gilliéron**, notre ancien collègue, qui revient vivre en Suisse après un séjour en Allemagne. Il rejoindra notre équipe dès le 1er juin. Il se (re) présentera à vous dans le prochain Clin d'œil.

Depuis plusieurs années, nous œuvrons à la régionalisation de l'AFAAP. Après Bulle, nous franchissons une nouvelle étape avec **l'ouverture d'un local à Guin dès le 1er avril**. Modeste mais essentiel, il nous permettra de développer des activités en allemand et d'offrir un lieu de rencontre à nos membres germanophones.

Nous vous convions également à notre **Assemblée Générale, le jeudi 20 mars prochain à 14 H** dans les locaux de l'École club Migros. Ce sera l'occasion de découvrir nos projets, d'échanger et de mesurer le dynamisme de notre association.
Au plaisir de vous y retrouver !

Liebe Leserinnen und Leser,
Mit Bedauern geben wir **Thérèses bevorstehenden Abgang** bekannt. Sie wurde von den Mitgliedern und dem Team sehr geschätzt, beschloss aber, ein neues berufliches Projekt zu starten. Wir wünschen ihr viel Erfolg für die Zukunft und laden Euch zu **einem geselligen Moment zu ihren Ehren am Dienstag, 15. April, um 15:30 Uhr ein**.

Wir freuen uns jedoch, **die Rückkehr unseres ehemaligen Kollegen Maxime Gilliéron** bekannt zu geben, der nach einem Aufenthalt in Deutschland in die Schweiz zurückkehrt. Er wird am 1. Juni unserem Team beitreten. Er wird sich Euch im nächsten Clin d'œil (wieder) vorstellen.

Seit mehreren Jahren arbeiten wir an der Regionalisierung von AFAAP. Nach Bulle gehen wir mit der **Eröffnung eines Standorts in Dürdingen ab dem 1. April** einen neuen Schritt. Es ist bescheiden, aber unerlässlich und ermöglicht es uns, Aktivitäten auf Deutsch zu entwickeln und einen Treffpunkt für unsere deutschsprachigen Mitglieder zu bieten.

Wir laden Euch auch zu unserer **Generalversammlung am kommenden Donnerstag, 20. März, um 14 Uhr** in die Räumlichkeiten der Migros-Klubschule ein. Dies wird eine Gelegenheit sein, unsere Projekte zu entdecken, die Dynamik unseres Vereins zu diskutieren und zu erleben.

Ich freue mich darauf, Euch dort zu sehen!

Pour / Für AFAAP,

Micheline Grivel Jorand



DU CÔTÉ DE BULLE...

L'ATELIER D'ÉCRITURE

Chères lectrices, chers lecteurs, dans cette édition du Clin d'œil, nous vous proposons un petit quiz. La solution sera publiée dans le prochain numéro!

Trouvez les mots qu'on peut écrire avec les lettres de «NOUVEL AN» et correspondant aux définitions suivantes:

Remarque: il n'est pas nécessaire d'utiliser toutes les lettres de «NOUVEL AN».

Bon divertissement et à bientôt!

Ombretta

1. mea culpa (4 lettres): _____
2. un voisin du bouleau (5 lettres): _____
3. on le dit aussi cupide (5 lettres): _____
4. destination finale du spermatozoïde (5 lettres): _____
5. un vrai bourricot (3 lettres): _____
6. abréviation d'un cycle (4 lettres): _____

BULLE ET ALENTOURS: C'EST REPARTI!

Voilà le fameux petit texte qui annonce le retour de notre groupe de balade dans l'agenda bullois au rythme habituel d'**une fois par mois**. Vous l'avez donc compris «Bulle et alentours» est un groupe de marche-détente qui permet à ses participant-es de profiter d'un moment au grand air, tout en découvrant des itinéraires accessibles et faciles de la région (compter entre 1H et 1H30 de marche avec une pause). Le principe est simple:

- * **Vous avez un véhicule et vous nous retrouvez directement au lieu de rendez-vous à 14 H.**
- * Vous n'êtes pas véhiculé-es et vous nous retrouvez **devant l'AFAAP à l'heure indiquée dans l'agenda pour du co-voiturage.**

Chacun-e est responsable de prendre de quoi se désaltérer. En cas de mauvais temps, le groupe est annulé et remplacé par de l'accueil.



Si vous connaissez des balades qui gagnent à être connues, faites-m'en part!

Au plaisir de futures découvertes en votre compagnie!

Sarah



COMPTE RENDU TRIALOGUE FRIBOURG

Joli succès pour le **Triologue Fribourg du 27 janvier** dernier. Répartis en quatre groupes de parole, les 29 participant-es ont échangé sur la thématique suivante: **«Maladie psychique: À qui le dire?»**. Les vécus ont été partagés dans un climat de confiance et de bienveillance. Les attentes de chacun-e ont également pu être exprimées et écoutées. Ce moment particulier a permis aux personnes présentes d'apprendre un peu plus sur la

maladie psychique, sur les modes de fonctionnement que celle-ci engendre, ainsi que sur eux-mêmes. Prochain Triologue prévu **le 26 mai à Châtel-st-Denis** sur le thème: **«Le rétablissement en santé mentale: Mythe ou réalité?»**.

Thérèse



SORTIE D'HIVER/WINTERWANDERUNG

Après un début de semaine bien pluvieux, le soleil a décidé de pointer le bout de son nez pour notre traditionnelle sortie en raquette! Néanmoins, pas de raquettes cette année, mais une jolie marche qui nous a conduit de l'AFAAP Fribourg jusqu'à la gare de Guin.

Dix kilomètres entre ville et nature, en passant par le pont de Grandfey, quelques hameaux pittoresques et surtout par la réserve naturelle des marais de Guin! Un coin qui gagne à être connu! Un grand merci aux participant-es pour cette sympathique journée et une attention particulière pour Nuria et Beat, les deux régionaux de l'étape, qui ont été de précieux guides! Merci à eux!

Sarah



Nach einem verregneten Wochenanfang entschied sich die Sonne, ihre Nase an unserer traditionellen Schneeschuhwanderung zu zeigen! Trotzdem gab es dieses Jahr keine Schneeschuhe, sondern eine schöne Wanderung, die uns von der AFAAP Freiburg bis zum Bahnhof Dündingen führte.

Zehn Kilometer zwischen Stadt und Natur, vorbei an der Grandfey-Brücke, einigen malerischen Weilern und vor allem durch das Naturschutzgebiet der Dündinger Möser. Eine Ecke, die es verdient, bekannt zu werden! Ein herzliches Dankeschön an alle Teilnehmenden für diesen sympathischen Tag und besonderes Augenmerk für Nuria und Beat, die Regionalen der Etappe, die wertvolle Führende waren! Vielen Dank an die beiden.

Sarah



FORMATIONS CORAASP

Comme chaque année, la Coraasp propose des formations sur divers thèmes liés à la santé mentale. **Le planning détaillé est disponible dans les locaux de l'AFAAP.** Pour toute information ou inscription, n'hésitez pas à venir vers Carine!

Ce semestre, **la formation « ENSA » aura lieu à Fribourg, sur quatre dates en avril.** Ce cours permet d'acquérir les premiers gestes essentiels en santé mentale.

Pour rappel : un budget de l'AFAAP peut être utilisé pour financer ces formations. Si le coût représente un frein, venez alors en discuter avec nous!

Carine

COURS CENTRÉS SUR LE RÉTABLISSEMENT EN SANTÉ MENTALE

Trouver la «bonne distance» dans ma relation à l'autre

→ Lundi 31 mars et vendredi 4 avril de 13h30 à 16h30

REVM – un outil pour «REprendre sa Vie en Main» et s'engager dans la démarche d'autogestion de la maladie psychique

→ Lundi 28 avril de 10h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Le rétablissement en santé mentale, cette force qui est en nous!

→ Lundi 12 mai de 13h30 à 17h

S'approprier les outils du rétablissement en santé mentale

→ Lundi 23 juin de 13h30 à 17h

COURS CENTRÉS SUR LA PAIR-AIDANCE EN SANTÉ MENTALE

Identifier ses fonctions, son rôle et sa posture en tant que pair-aidant-e (PA) en santé mentale

→ Lundi 10 février de 10h à 12h30 et de 13h30 à 17h

Se former à l'accueil et à l'animation en tant que pair-aidant-e-s (PA) en santé mentale

→ Lundi 24 mars de 10h à 12h30 et de 13h30 à 16h45

FORMATIONS PREMIER SECOURS EN SANTÉ MENTALE

ENSA: PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

Formation à Genève

→ Lundi 3 mars de 8h30 à 12h 30 et de 13h30 à 17h30

→ Vendredi 7 mars de 8h30 à 12h30

→ Lundi 10 mars de 8h30 à 12h30

Formation à Fribourg

→ Mercredi 9 avril de 13h30 à 17h30

→ Jeudi 17 avril de 13h30 à 17h30

→ Mercredi 23 avril de 13h30 à 17h30

→ Mercredi 30 avril de 13h30 à 17h30



AGENDA

SEMAINE HAPPY

La semaine HAPPY revient pour une 2e édition !

Du 18 au 20 mars, des soirées seront organisées au Centre Fries et au Korso afin de mettre en avant le thème de cette semaine : le lien social. L'AFAAP a le plaisir de participer à la soirée du **20 mars au Korso, de 18 H à 21 H**, avec une présentation de l'association, ainsi que le témoignage d'une membre.

L'objectif de cette semaine HAPPY est de créer du lien, échanger et parler santé mentale. Informations : <https://events.unifr.ch/happy/fr/>

Carine

WOCHE HAPPY

Die zweite Ausgabe der HAPPY-Woche kommt!

Vom 18. bis 20. März finden Abendveranstaltungen im Centre Fries und im Korso statt, um das Thema dieser Woche in den Vordergrund zu rücken: die soziale Bindung. Die AFAAP darf am Abend **des 20. März von 18 bis 21 Uhr im Korso** mitwirken, den Verein sowie den Erfahrungsbericht eines Mitglieds vorstellen.

Ziel dieser HAPPY-Woche ist es, Beziehungen zu knüpfen, sich auszutauschen und über psychische Gesundheit zu sprechen. Informationen:

<https://events.unifr.ch/happy/de/>

Carine



ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Nous avons le plaisir de vous inviter à l'assemblée générale ordinaire de notre association **le jeudi 20 mars 2025 à 14 H à l'École-club Migros**, Rue Hans-Fries 4, à Fribourg (en face de l'AFAAP). Ce sera l'occasion de faire le bilan de l'année 2024 et d'entrevoir les perspectives de notre association pour la période 2025-2026. Le procès-verbal 2024 est à votre disposition sur le panneau d'affichage à l'entrée de l'AFAAP. Pour rappel, si vous souhaitez voter lors de l'assemblée, vous devez être un-e membre cotisant-e.

À l'issue de l'assemblée, nous vous proposons un diaporama photo de l'année écoulée suivi d'une collation.

Thérèse

JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE

La santé mentale et le lien social : c'est la thématique retenue en Suisse romande pour cette journée du 10 octobre 2025. Comme les années précédentes, l'AFAAP fait partie du groupe de travail qui organise plusieurs événements pour l'occasion, «la Commission 10.10».

Dans nos locaux de Fribourg, Bulle et Guin, nous inviterons nos membres à participer à **des Ateliers 10.10** (voir agendas) : c'est une opportunité pour coconstruire les événements fribourgeois et romands lors de cette journée importante. Toute aide est bienvenue, n'hésitez pas à vous joindre à nous!

Thérèse

GENERAL-VERSAMMLUNG

Gerne laden wir Sie zur ordentlichen Generalversammlung unseres Vereins ein **am Donnerstag, 20. März 2025 um 14 Uhr in der Klubschule Migros** an der Rue Hans-Fries 4 in Freiburg, gegenüber der AFAAP. Die GV bietet die Gelegenheit für einen Rückblick auf das Jahr 2024 und einen Ausblick auf die Zukunftsaussichten unseres Vereins im Zeitraum 2025/26. Das Protokoll 2024 steht Ihnen am Anschlagbrett beim Eingang der AFAAP zur Verfügung. Zur Erinnerung: an der GV stimmberechtigt sind nur zahlende Mitglieder.

Im Anschluss an die Versammlung zeigen wir Ihnen eine Foto-Diavorführung des vergangenen Jahres, gefolgt von einem Imbiss.

Thérèse

WELTTAG DER PSYCHISCHEN GESUNDHEIT

Psychische Gesundheit und soziale Beziehungen: dies ist das Thema des internationalen Tages der psychischen Gesundheit in der Westschweiz vom 10. Oktober 2025. Wie in den vergangenen Jahren nimmt die AFAAP an der Arbeitsgruppe teil, welche mehrere Anlässe dazu organisiert, der «Kommission 10.10». Wir laden auch unsere Mitglieder ein, an den **«Workshops 10.10.» in unseren Räumlichkeiten in Freiburg, Bulle und Düdingen** teilzunehmen (siehe Agenden); es ist eine Chance, die freiburgischen und westschweizerischen Anlässe zu diesem wichtigen Tag mitzugestalten. Jede Hilfe ist willkommen, scheut euch nicht mitzumachen!

Thérèse

JOURNÉES DE LA SCHIZOPHRÉNIE

Les Journées de la Schizophrénie 2025 auront lieu **du 15 au 22 mars**! Après le succès de l'Escape Game organisé en 2024 par le Comité Fribourgeois, cette année place à **un jeu qui nous plonge dans le quotidien de Kevin**, un jeune en phase de rétablissement après un diagnostic de schizophrénie. L'objectif ? Sensibiliser et mieux comprendre cette réalité à travers une expérience interactive. **Plus d'informations, ainsi que le lien vers le site du jeu, seront communiqués prochainement.** Nous vous encourageons à le tester et à partager vos impressions ! Le Psyquiz, disponible sur smartphone et sur internet, a reçu aussi quelques mises à jour. N'hésitez pas à y jeter un œil et à tester vos connaissances sur la santé mentale !

Carine

ATELIER JARDIN

Avec l'arrivée des beaux jours, il est temps de remettre les mains dans la terre ! L'atelier jardin reprend dès mars avec un concept renouvelé et plein de créativité.

Fanny vous a concocté un joli programme ludique jusqu'en novembre : plantation de bulbes, fabrication de pots pour embellir vos fleurs, construction d'un abri pour les tomates, décoration de jardinières et bien plus ! En parallèle, nous continuerons à entretenir le jardin pour le garder propre et agréable.

La première date de l'année aura lieu **le jeudi 6 mars de 14 H à 16 H.**

En cas de mauvaise météo, l'atelier sera reporté.

Pour rappel, l'atelier ne figure pas dans l'agenda en raison des aléas météorologiques, mais un message est envoyé aux personnes intéressées une semaine avant la date de l'atelier. Merci de venir vers Carine pour être ajouté-e à la liste. Sinon, une affiche est toujours accrochée à la cuisine pour l'annoncer. Au plaisir de jardiner ensemble !



Fanny et Carine

CHASSE AUX OEUFS

Afin de faire honneur à la tradition gourmande de la chasse aux œufs et lapins en chocolat des Fêtes de Pâques, je vous convie à cette activité.

Le mardi 22 avril, dès 14 H, recherche des œufs et lapins dans notre jardin, puis moment de partage autour de ces victuilles pascales.

En me réjouissant de partager cet instant ludique avec vous.

CHristian



TAGE DER SCHIZOPHRÉNIE

Die Tage der Schizophrénie 2025 finden **vom 15. bis 22. März statt!** Nach dem Erfolg des Escape Game, welches 2024 vom Freiburger Komitee organisiert worden war, soll man dieses Jahr auf **spielerische Art in den Alltag von Kevin** eintauchen können, eines Jugendlichen in der Phase der Genesung nach einer Schizophrénie-Diagnose. Was bezweckt das Spiel? Durch ein interaktives Erlebnis das Bewusstsein für diese Realität schärfen und sie besser verstehen. **Weitere Informationen und der Link zur Website des Spiels werden demnächst bekanntgegeben.** Wir möchten euch ermutigen, das Spiel auszuprobieren und uns eure Eindrücke mitzuteilen!

Das PsyQuiz, welches auf Smartphone und im Internet verfügbar ist, wurde ebenfalls aktualisiert. Zögert nicht, einen Blick darauf zu werfen und euer Wissen über die psychische Gesundheit zu testen!

Carine

GARTEN-WERKSTATT

Wenn die milden Tage anbrechen, ist es wieder Zeit, die Hände in die Erde zu stecken! Die Gartenwerkstatt beginnt im März mit einem aufgefrischten Konzept voller Kreativität.

Fanny hat bis November ein tolles, spielerisches Programm für euch zusammengestellt: Blumenzwiebeln setzen, Töpfe herstellen, um eure Blumen zu verschönern, ein Tomatenhaus aufstellen, Blumenkisten dekorieren und vieles mehr! Gleichzeitig pflegen wir den Garten weiterhin, um ihn sauber und einladend zu halten.

Das erste Datum der Saison ist **der Donnerstag, 6. März von 14 bis 16 Uhr.** Bei schlechtem Wetter wird die Werkstatt verschoben. Beachtet, dass die Werkstatt wegen der Unwägbarkeiten des Wetters nicht in der Agenda steht, aber den Interessierten wird jeweils eine Woche vor dem Termin eine Nachricht gesendet. Wendet euch bitte an Carine, um auf die Liste gesetzt zu werden. Andernfalls hängt immer ein Anschlag in der Küche, wo der Termin angekündigt wird. Wir freuen uns, gemeinsam zu gärtnern!

Fanny et Carine

OSTEREIERSUCHE

Um der Tradition der Ostereier- und Schokoladenhasensuche treu zu bleiben, lade ich euch zu dieser Aktivität ein.

Am Dienstag, 22. April ab 14:00 Uhr suchen wir die Eier und Hasen, die in unserem Garten versteckt sind, und teilen dann die österlichen Leckereien.

Ich freue mich auf den gemeinsamen vergnüglichen Nachmittag!

CHristian

CONCERT JUERG KILCHHERR «PASSION AROUND THE WORLD»

13.03.25 14 H AFAAP Fribourg

Juerg Kilchherr vous présente les chansons calmes de son nouveau programme musical «Passion around the world», pour lequel il a écrit et produit lui-même toutes les chansons. Celles-ci parlent de rencontres avec des personnes et de leurs récits dans de nombreux pays du monde. Le concert sera suivi d'un café et de gâteaux.

«Quand la muse t'embrasse, tu as de la chance», ou plus simplement, «quand quelqu'un fait un voyage, il a quelque chose à raconter». C'est ainsi que l'on pourrait décrire ce qui est arrivé à Juerg Kilchherr en 2024, après qu'il a ressenti le besoin d'écrire ses propres chansons et qu'il a appris le métier auprès d'un producteur. Il en résulte 26 chansons avec de nombreuses influences des pays qu'il a visités. «Passion around the world» était né et après 54 concerts, il le présentera le 13 février à l'AFAAP. Vous êtes bienvenu-es!



Juerg et Stefan

JUERG KILCHHERR KONZERT «PASSION AROUND THE WORLD»

13.03.25 14.00 Uhr in der Afaap Freiburg

Juerg Kilchherr stellt Euch die ruhigen Songs seines neuen Musikprogramms «Passion around the world» vor, zu welchem er alle Lieder selber schrieb und produzierte. Sie handeln von Begegnungen mit Menschen und ihrer Erzählung aus vielen Ländern der Erde. Anschliessend gibt es Kaffee und Kuchen.

«Wenn dich die Muse küsst, dann hast du Glück», oder einfacher, «wenn einer eine Reise tut, hat er was zu erzählen». So könnte man umschreiben, was Juerg Kilchherr 2024 passiert ist, nachdem er in sich das Bedürfnis verspürt hat, eigene Lieder zu schreiben, und von einem Produzenten das Handwerk gelernt hat. Daraus entstanden 26 Lieder mit vielen Einflüssen aus den Ländern, die er besucht hat. «Passion around the world» war geboren und nach 54 Konzerten stellt er es am 13.3.25 in Afaap vor. Herzlich willkommen!

Juerg und Stefan

BIBLIOTHÈQUE DE L'AFAAP

NOUVEAUX LIVRES À DÉCOUVRIR!

Notre bibliothèque s'enrichit de nouvelles acquisitions, couvrant des thématiques variées allant de la santé mentale au développement personnel, en passant par la spiritualité et les témoignages de vie.



Maladie

- * *Orthorexie, quand manger sain devient obsessionnel* – **Renee McGregor**
- * *Vivre avec un trouble bipolaire, du diagnostic à la vie quotidienne* – **Fabrice Saulière**

Développement personnel

- * *L'autocompassion, l'indulgence avec soi-même* – **Christopher K. Germer**

Spiritualité

- * *Rire et Guérir, comment se débarrasser de ses angoisses, de ses phobies, de ses complexes, de ses dépresses et des casse-pieds* – **Christophe André & Muzo**

Récits de vie

- * *Le goût de vivre, l'anorexie n'est pas un combat sans faim* – **Sabrina Missègue**
- * *Ma mère est schizophrène, schizophrénie et parentalité* – **Benoît Bayle**

Ces ouvrages sont à votre disposition, n'hésitez pas à venir les découvrir!

Si vous avez des questions, Fanny et Eva sont à votre disposition pour y répondre.

Fanny



AGENDA

ET SI ON PARLAIT DE PSYCHIATRIE

Comme nous l'avons fait à Bulle en 2024, nous proposerons à Fribourg, **le 8 avril prochain**, dans le cadre du groupe de parole précité, une réunion thématique spéciale axée sur **le trouble obsessionnel-compulsif (TOC)**.

Dépassant un peu le cadre de mon vécu personnel sur cette maladie

dont je souffre depuis l'enfance, il sera question d'une information plus générale et didactique sur ce trouble; j'ai en effet appris à mieux le connaître de façon systématique durant ma thérapie, par ce que l'on nomme un peu pompeusement la «psycho-éducation» ou «neuro-éducation».

Pas de panique toutefois, il ne s'agira pas de se prendre la tête avec une théorie assommante, mais de mieux faire comprendre cette affection dans la mesure de mes modestes moyens et d'échanger autour de la question. Pour ceux à qui cela pourrait parler, nous nous réjouissons de votre présence.

Carine & Yves



NOUVEAU À GUIN/NEU IN DÜDINGEN

C'est tout frais, et nous sommes ravis de vous l'annoncer : **dès avril, l'AFAAP disposera d'un espace à Guin, à la Bonnstrasse 28!**

Nous louerons une pièce de 30 m² dans un local commercial, où nous partagerons une salle d'attente avec une podologue. Dès le mois d'avril, les groupes se tiendront dans ce nouvel espace, qui devra encore être aménagé – ce qui prendra un peu de temps. Bien que nous bénéficions du soutien financier du canton pour le développement régional, nous devons trouver des aides supplémentaires pour assurer sa pérennité. Comme il s'agit d'un projet tout récent, nous devons encore définir l'aménagement du local et réfléchir à la meilleure manière de développer son utilisation. Ces aspects seront discutés avec Stefan dans le groupe de parole, et nous vous tiendrons informés dans le prochain Clin d'œil.

Ce qui est sûr, c'est que nous aurons besoin de vous! Si vous avez des objets ou meubles qui pourraient servir à l'aménagement, nous les accueillerons avec grand plaisir.

Micheline

Eine brandneue Information: Wir freuen uns sehr, Euch mitteilen zu können: **Ab April wird die AFAAP einen Raum in Dündingen an der Bonnstraße 28 haben!**

Wir mieten einen 30 m² großen Raum in einem Geschäftsbau und werden uns dort das Wartezimmer mit einer Fusspflegerin teilen. Ab April werden die Dündinger Gruppen in diesem neuen Raum stattfinden, der vorher noch eingerichtet werden muss – was etwas Zeit in Anspruch nehmen wird. Obwohl wir finanzielle Unterstützung vom Kanton für die regionale Entwicklung erhalten, müssen wir zusätzliche Fördermittel finden, um die Nachhaltigkeit des Projekts zu gewährleisten. Da es sich um ein neues Projekt handelt, müssen wir noch die Gestaltung des Raums festlegen und überlegen, wie wir die Nutzung am besten entwickeln können. Diese Aspekte werden mit Stefan in der Gesprächsgruppe besprochen, und wir werden Euch im nächsten Clin d'œil auf dem Laufenden halten. Eines ist sicher: Wir werden Euch brauchen! Auch wenn Ihr Gegenstände oder Möbel habt, die für die Einrichtung nützlich sein könnten, nehmen wir diese gerne entgegen. Vielen Dank im Voraus für Eure Unterstützung und Euer Engagement in diesem neuen Abenteuer!

Micheline



DROIT À L'IMAGE/ RECHT AM BILD

Lors de nos activités, nous prenons régulièrement des photos. Celles-ci représentent notre quotidien et sont très appréciées dans le Clin d'œil. Nous les utilisons pour informer la population sur les activités et les objectifs de notre association: lors d'interventions formatives dans des écoles, sur notre site internet, dans la réalisation de brochures ou encore sur des affiches utilisées sur les stands. Ce travail participe à la sensibilisation de la population sur la thématique de la maladie psychique et à la défense des intérêts des personnes concernées. Chacun-e peut autoriser ou non la publication de photos de soi par l'association. Ainsi, un formulaire a été élaboré à l'attention des membres de l'AFAAP. **Uniquement pour celles et ceux qui ne l'auraient pas encore fait, merci de le remplir et de le retourner à l'AFAAP.** Il n'est pas nécessaire de remplir ce formulaire chaque année. Pour toutes questions, n'hésitez pas à venir vers moi.

Thérèse

Während unserer Aktivitäten knipsen wir regelmässig Fotos. Diese bilden unseren Alltag ab und sind im Clin d'œil gern gesehen. Wir verwenden sie, um die Öffentlichkeit über Aktivitäten und Ziele unseres Vereins zu informieren, nämlich bei Bildungsanlässen in Schulen, auf unserer Website, in Broschüren oder auf Plakaten an den Ständen. Diese Arbeit dient zur Sensibilisierung der Bevölkerung für das Thema psychische Krankheit und zur Interessenvertretung der Betroffenen. Jede und jeder kann die Fotos von sich für die Publikation durch den Verein autorisieren oder nicht. Zu diesem Zweck ist ein Formular zuhänden der Mitglieder der AFAAP erstellt worden. **Diejenigen, die es noch nicht getan haben, sind gebeten, das Formular auszufüllen und an die AFAAP zurückzusenden.** Es ist nicht nötig, es jedes Jahr auszufüllen. Bei Fragen dürft ihr euch gern an mich wenden.

Thérèse



AU REVOIR DE / AUF WIEDERSEHEN VON THÉRÈSE

Après presque deux ans à vos côtés, je vais poursuivre mon parcours professionnel vers d'autres horizons. Travailler à l'AFAAP a été une aventure exceptionnelle pour moi : des lundis après-midi à l'accueil, des Zig Zag Café au salon, des Clin d'œil à imprimer, des Dialogues à travers le canton, des stands à animer, des chaussettes de Noël à enfiler, des rôtis pour la Fête de l'été et des autocars à guider pour la Grande Sortie!!! Travailler à l'AFAAP, cela a aussi été pour moi une aventure riche en contacts humains, en rires, en larmes, en coups de gueule, en bienveillance, en confiance, en débats et en échanges. Ici, tout semble avoir un sens fort et multiple. Appartenir, être écouté, pouvoir s'engager. Je suis heureuse d'avoir pu faire partie de cette association et je vous remercie de m'avoir acceptée parmi vous. Je vous souhaite encore beaucoup de succès pour l'avenir, des activités et des projets à la hauteur de vos attentes. Je repars le cœur triste de vous quitter, mais reconnaissante d'avoir pu partager ces moments précieux avec vous.



Thérèse

Nach fast zwei Jahren bei euch wendet sich meine berufliche Laufbahn neuen Horizonten zu. Bei der AFAAP zu arbeiten, war für mich ein ausserordentliches Abenteuer: die Montagnachmittage am Empfang, Zigzag-Café im Salon, das Clin d'œil herausgeben, Dialoge im ganzen Kanton, Stände betreuen, Samichlaussocken aufhängen, Grilladen für das Sommerfest besorgen, Autobus am Sommerausflug steuern!!! Bei der AFAAP zu arbeiten, war für mich aber auch ein Abenteuer voller zwischenmenschlicher Kontakte, Lachen, Tränen, Schlagfertigkeit, Wohlwollen, Vertrauen, Streitgespräche und Austausch. Hier scheint alles eine grosse und vielfältige Bedeutung zu haben. Dazugehören, gehört werden, sich einsetzen können. Ich bin froh, dass ich Teil dieses Vereins sein durfte, und danke euch, dass ihr mich bei euch aufgenommen habt. Für die Zukunft wünsche ich euch noch viel Erfolg, Aktivitäten und Projekte, die euren Bedürfnissen entsprechen. Ich gehe mit Wehmut, weil ich euch verlasse, aber auch dankbar, weil ich mit euch eine wertvolle Zeit verbringen durfte.

Thérèse



BIENVENUE À / WILLKOMMEN ROSALIE

Bonjour, je m'appelle Rosalie Joye, j'ai 22 ans et je suis ravie de rejoindre l'AFAAP en tant que stagiaire. Étant en troisième année de Bachelor en Psychologie à l'Université de Fribourg, ce stage représente une occasion précieuse d'acquérir une première expérience pratique et d'appliquer les connaissances développées au fil de ma formation. Originaire de Courtepin, où j'ai grandi, j'ai toujours aimé le contact humain et les échanges enrichissants. Cette curiosité pour l'autre et mon intérêt pour la compréhension du comportement humain m'ont naturellement menée vers la psychologie. L'AFAAP m'intéresse particulièrement pour son approche humaine et son engagement auprès des personnes. Ce stage est une belle opportunité pour moi de découvrir concrètement les enjeux du travail sur le terrain et d'observer les méthodes d'accompagnement utilisées par les professionnels. J'apprécie également les voyages, découvrir de nouveaux horizons et passer du temps avec mes proches. Je suis impatiente de vous rencontrer et de partager cette expérience à vos côtés.



Rosalie

Guten Tag, mein Name ist Rosalie Joye, ich bin 22 Jahre alt und freue mich, als Praktikantin zum AFAAP-Team zu stossen. Derzeit im dritten Jahr meines Bachelor-Studiums in Psychologie an der Universität Freiburg, bedeutet mir dieses Praktikum eine wertvolle Gelegenheit, erste praktische Berufserfahrungen zu sammeln und die während meiner Ausbildung erworbenen Kenntnisse anzuwenden. Ich stamme aus Courtepin, wo ich aufgewachsen bin, und mag seit jeher den zwischenmenschlichen Kontakt und anregenden Austausch. Die Neugier auf andere und mein Interesse am Verstehen menschlichen Verhaltens haben mich natürlicherweise zur Psychologie geführt. Die AFAAP interessiert mich wegen ihrer menschlichen Herangehensweise und ihres Einsatzes für jeden Menschen. Dieses Praktikum ist für mich eine tolle Möglichkeit, konkret die Herausforderungen der Arbeit zu erkunden und die Methoden zu beobachten, welche das Mitarbeiterteam bei der Begleitung anwendet. Ausser meinem Studium mag ich es zu reisen und Zeit mit meinen Angehörigen zu verbringen. Ich kann es kaum erwarten, Sie kennenzulernen und gemeinsam mit Ihnen diese Erfahrung zu machen.

Rosalie



ASSOCIATION FRIBOURGEOISE ACTION ET ACCOMPAGNEMENT PSYCHIATRIQUE FREIBURGISCHE INTERESSENGEMEINSCHAFT FÜR SOZIALPSYCHIATRIE

Rue Hans-Fries 5 - 1700 Fribourg / Place du Tilleul 7 - 1630 Bulle
026 424 15 14 (Fribourg) / 077 527 31 92 (Bulle)
info@afaap.ch - www.afaap.ch
IBAN CH40 0900 0000 1700 8446 4

Avec le soutien de :



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra



www.entraide.ch



ETAT DE FRIBOURG
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD

