

## Renseignements pratiques



Le congrès peut être suivi en présentiel (pass sanitaire obligatoire) ou par visioconférence.

### Formation continue

Cette formation (journée et soirée) est équivalente à 9 unités de formation reconnues par la FSP (à faire valider pour la certification) et à 3 crédits SSPP.

### Inscription

Au moyen du formulaire ci-joint à retourner, par mail ou par la poste, jusqu'au 1<sup>er</sup> novembre 2021. Après cette date, les inscriptions se feront uniquement à l'accueil du congrès.

### Tarifs d'inscription

Journée et soirée	Plein tarif	CHF 110.–
	Tarif réduit (étudiants, AI, AVS, chômeurs)	CHF 50.–
Journée	Plein tarif	CHF 100.–
	Tarif réduit (étudiants, AI, AVS, chômeurs)	CHF 45.–
Soirée	Plein tarif	CHF 20.–
	Tarif réduit (étudiants, AI, AVS, chômeurs)	CHF 10.–

CCP 17-400055-0 avec mention « Congrès »

IBAN CH83 0900 0000 1740 0055 0

L'inscription est validée dès réception de votre règlement.

Vous recevrez une confirmation d'inscription.

### Repas de midi

Plusieurs restaurants aux alentours.

### Pour tout renseignement

ANAAP • « Le Déclik » • Rue du Plan 19 • 2000 Neuchâtel

[www.anaap.ch](http://www.anaap.ch)

E-mail: [secretariat@anaap.ch](mailto:secretariat@anaap.ch)

Tél. 032 721 10 93, 14h-17h

## Lieu du congrès



### Adresse

Hôtel Beaulac • Esplanade Léopold-Robert 2 • 2000 Neuchâtel

### Parking

Nous vous conseillons le parking des Jeunes-Rives, places payantes CHF 1.– / heure.

### Plan



association  
neuchâteloise  
d'accueil et d'action  
psychiatrique

# anaap

# DONNONS DU TEMPS AU TEMPS...



## CONGRÈS DE L'ANAAP

### Mercredi 10 et jeudi 11 novembre 2021

Hôtel Beaulac • Esplanade Léopold-Robert 2 • 2000 Neuchâtel

Ville de  
**Neuchâtel**  
Avec le soutien de la Ville de Neuchâtel

## « Donnons du temps au temps... »



A l'heure où le débat climatique est omniprésent, nous sommes sommés d'éviter au possible de dilapider les ressources non renouvelables et de nous tourner plutôt vers les énergies renouvelables. Il est ce que nous pourrions appeler une ressource naturelle non renouvelable sur laquelle nous n'avons peu ou même pas prise. C'est le temps. Il passe sans qu'on ne puisse l'arrêter, le freiner, l'accélérer ou le multiplier. Pourtant, nous parlons du temps en termes parfois aussi semblables que pour d'autres ressources. Le temps on peut le prendre, le trouver long ou court, l'oublier parfois, le perdre, en gagner, le tuer, ou encore rattraper le temps perdu. Et puis il est conseillé de bien l'investir! Comment prendre soin de cette ressource naturelle non renouvelable qu'est le temps?

Une chose est commune à tous les gens qui fréquentent l'Anaap – proches, personnes directement concernées par la maladie psychique, professionnels –, ce sont des gens qui ont décidé, d'une manière ou d'une autre, d'y investir de leur temps. L'Anaap est un lieu pour passer du temps ensemble, partager du temps pourrait-on dire. Parfois on y vient pour donner son temps en y proposant un atelier créatif, parfois pour s'amuser et parfois pour remplir son temps, faire passer le temps. A l'Anaap, nous cherchons à passer des moments conviviaux. C'est une association qui se veut aussi être un lieu où on se donne l'espace-temps pour réfléchir ensemble à des sujets, pour en parler. Et c'est ce que nous voulons faire lors de ce congrès. Nous vous invitons à prendre le temps avec nous de questionner notre rapport au temps et aux différentes périodes de la vie.

Tout le monde peut savoir quelle heure il est exactement, voir les secondes s'égrener sur une horloge et pourtant tout le monde n'a pas la même perception du temps. Notre perception du temps change avec les différentes périodes de notre vie ainsi que selon les événements et situations. Avec la maladie psychique aussi. Cela influence notre manière de vivre. Ces dernières années ont vu le retour en force de certaines pratiques méditatives. On parle beaucoup de pleine conscience. Vivre l'instant présent. Certains essaient de vivre 24h à la fois. Et pourtant dans certaines maladies on essaie aussi d'anticiper, détecter les signes avant-coureurs, prévenir, voir à l'avance pour que le maintenant ne prêterite pas sur le futur. Est-ce juste, utile, la bonne solution? Comment trouver l'équilibre? On pourrait aussi parler de toutes les thérapies qui nous font retourner dans le passé pour guérir. Comment trouver l'équilibre entre vivre dans l'instant présent, se construire avec notre histoire et investir pour le futur? Comment faire confiance au temps qui guérit sans pour autant être passif? Comment faire pour que le temps devienne notre allié et non plus un ennemi?

Nous nous réjouissons de vous accueillir et vous attendons nombreux!

*Maude Zolliker, psychologue, intervenante en psychiatrie sociale*

## Programme



### Mercredi 10 novembre

- 20h Ouverture officielle par **Laurent Kurth**, conseiller d'Etat en charge du département des finances et de la santé
- 20h15 **COMMENT STRUCTURER LE CHAOS TEMPOREL QUI SUIT UNE ANNONCE GRAVE (MALADIE, PERTE, DEUIL), POUR POUVOIR RETROUVER LES BALISES TEMPORELLES HABITUELLES**  
**Alix Noble Burnand**, thanatologue et formatrice d'adultes

### Jeudi 11 novembre

- 8h15 Accueil
- 8h40 Mot de bienvenue de **Michel Bise**, président de l'ANAAP
- 8h50 Allocution de **Nicole Baur**, conseillère communale, Ville de Neuchâtel, directrice du dicastère de la famille, de la formation, de la santé et des sports
- 9h **VOYAGER DANS LE TEMPS AVEC LES APPROCHES NARRATIVES**  
**Rodolphe Soulignac**, psychologue spécialiste en psychothérapie FSP/FEDERAL, co-président de la Fédération francophone des pratiques narratives
- 10h Pause
- 10h30 **MÉMOIRES DU TEMPS**  
**D<sup>r</sup> Pierre Lavenex**, professeur de neuroscience, Institut de Psychologie, Université de Lausanne
- 11h30 **LE RÔLE DU PARCOURS DE VIE SUR LA SANTÉ MENTALE DANS LA VIEILLESSE**  
**Stéphane Cullati**, épidémiologue et sociologue aux Universités de Fribourg et Genève

## Programme



- 12h30 Pause de midi
- 14h **CHI VA PIANO: SLOW ART DANS LA CRÉATION CONTEMPORAINE**  
**Céline Eidenbenz**, docteure en histoire de l'art, directrice du Musée d'art du Valais à Sion
- 15h **TÉMOIGNAGE**  
**Maria Friedli**, membre de l'ANAAP
- 15h30 Pause
- 16h **TÉMOIGNAGE**  
**Une proche**, membre de l'ANAAP
- 16h15 **DONNER DU TEMPS AU TEMPS: LES CLÉS DU VIVANT**  
**Philippe Jeammet**, professeur émérite de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent. Il a dirigé le service de psychiatrie de l'adolescent et du jeune adulte à l'Institut Mutualiste Montsouris à Paris
- 17h15 Fin

*La journée sera agrémentée de respirations musicales.*

