

## INFORMATIONS

### BÉNÉVOLEMMENT VÔTRE...

ATB&D a aussi pour mission d'offrir à ses membres l'occasion de conserver ou recréer un lien avec le monde professionnel en leur permettant de prendre une part active dans son fonctionnement.

Je me permets de glisser ici mon expérience et mon témoignage en tant que membre active d'ATB&D depuis 1 an. En 2008, j'avais pour projet de reprendre une formation, projet qui s'est depuis concrétisé : je suis actuellement étudiante en commerce. M'intégrer dans un groupe, me remettre à l'ordinateur, pondre divers documents, assister aux séances mensuelles du comité ATB&D, assumer des petites responsabilités, récolter les fruits de mon travail... Tout cela m'a permis de me préparer à retourner dans la vie de Monsieur et Madame Tout le monde. Si j'avais réussi à réutiliser mes capacités professionnelles dans l'Association, pourquoi est-ce que je ne réussis pas à le faire ailleurs ?

Prendre une part active dans l'Association permet de se sentir utile, de faire renaître des talents oubliés ou d'en découvrir des nouveaux.

Si ces quelques lignes vous parlent ou si vous voulez en savoir plus, alors n'hésitez pas !

### NOUVELLE REGLE DU GROUPE D'ENTRAIDE

Dans le souci du respect de la parole libre de chacun et devant l'augmentation des demandes de proches d'assister aux groupes d'entraide, le comité a décidé d'accueillir les proches uniquement de 18 h à 19 h. Il leur sera désormais demandé de quitter le groupe à 19h, afin de permettre aux personnes ne souhaitant pas s'exprimer en leur présence de

le faire ensuite. Nous espérons que cette règle convient au plus grand nombre.

### COTISATIONS

#### Bonne et heureuse année 2009 !

Nouvelle année... nouvelle cotisation !  
ATB&D a plus que jamais besoin de vos cotisations ( Fr.50.-) et dons.

Loyer du local, téléphone, frais administratifs, etc, etc.

**MERCI de penser à payer votre cotisation 2009.**

### CONFÉRENCE DÉPRESSION

Une vingtaine de personnes ont assisté à la présentation du programme Dépression des HUG du 30 octobre 2008. Vous pouvez retrouver cette présentation en fichier Powerpoint sur notre site [www.association-atb.org](http://www.association-atb.org).

### LE PSY-NÉPHILE

Projections de films sur le thème de la psy à l'association Parole, au 1 rue du Vieux-Billard. Séances les 2e mercredi du mois à 18 h 30.

**18 février :** Pour le meilleur et pour le pire ou Les gens normaux n'ont rien d'exceptionnel

**11 mars :** Benny & Joon

**8 avril :** Des souris et des hommes,  
Mystic River ou Birdy

**13 mai :** Rain Man

**MERCI A TOUTES LES PERSONNES ET INSTITUTIONS QUI SOUTIENNENT ATB&D PAR LEUR INTERET, LEUR TRAVAIL BENEVOLE OU DES DONS FINANCIERS. MERCI AUX MEMBRES QUI SE RESPONSABILISENT POUR QUE LA CHAÎNE RESTE VIVANTE ET QUE LES NOUVEAUX VENUS PUISSENT BENEFICIER A LEUR TOUR DE LA SOLIDARITE ASSOCIATIVE.**

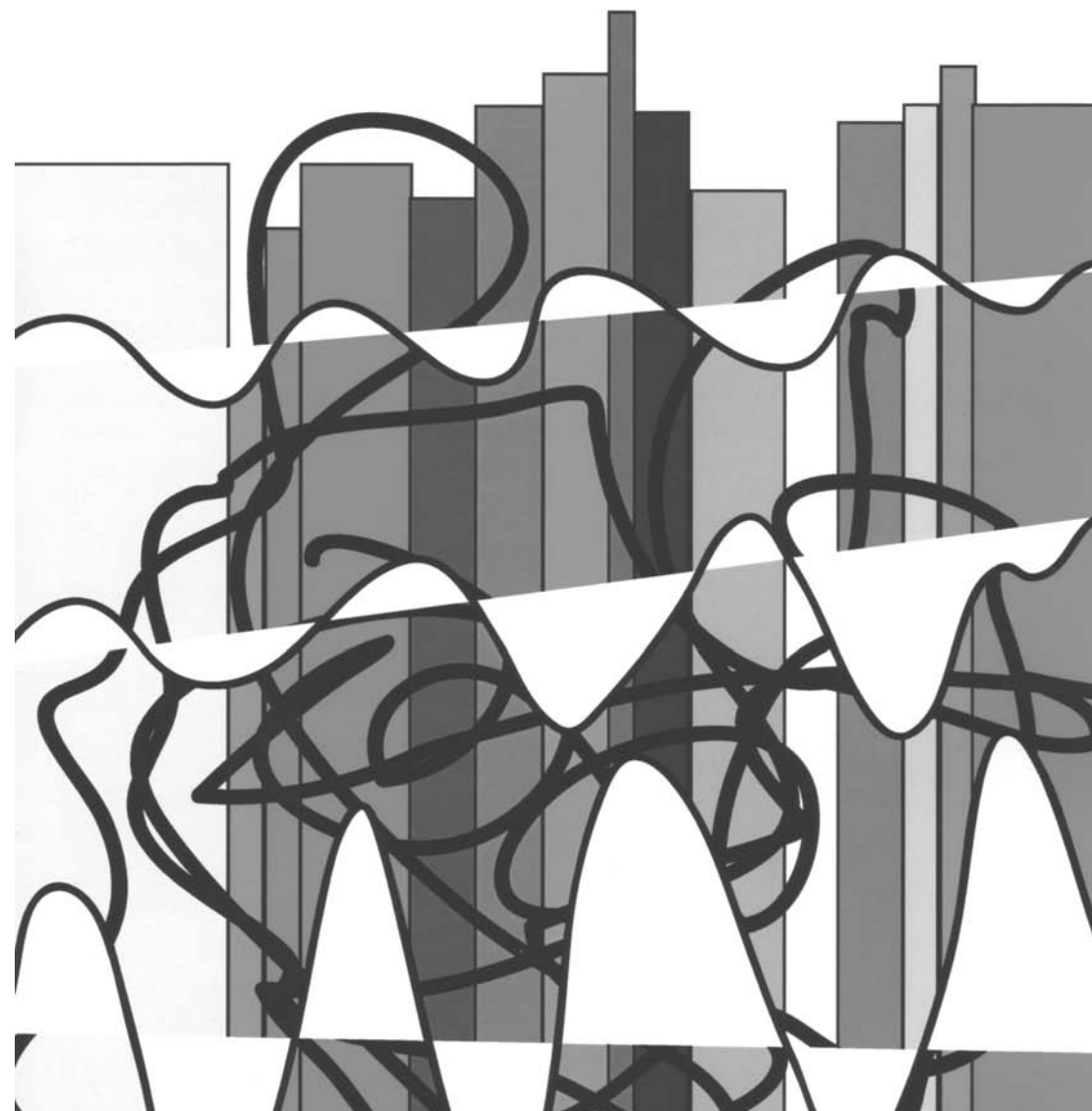
**MERCI AU CANTON DE GENEVE, AUX ENTREPRISES ASTRA ZENECA ET ELLI LILLY, A LA COMMUNE DE VANDOEUVRES AINSI QU'A DIFFERENTES AUTRES COMMUNES GENEVOISES POUR LEUR SOUTIEN ET LEUR CONFIANCE.**  
Le Comité ATB&D

ATB&D, ASSOCIATION DE PERSONNES ATTEINTES DE TROUBLES BIPOLAIRES OU DE DEPRESSION  
Maison des Associations, 15 rue des Savoises, 1205 Genève, Bus TPG 1-13-15, Tél. 022/321-74-64  
[info@association-atb.org](mailto:info@association-atb.org) [www.association-atb.org](http://www.association-atb.org) Cotisation Frs.50.- CCP 17-198929-6

# ATB&D

## PROGRAMME FÉVRIER - MAI 2009

Association de personnes  
ayant un trouble de l'humeur,  
bipolaire ou dépressif





# Association de personnes ayant un trouble de l'humeur, bipolaire ou dépressif

## REUNIONS

Nos réunions d'entraide ont lieu à notre local, au rez de la Maison des associations, 15 rue des Savoises, à Plainpalais, Genève. Le local est ouvert dès 17 h 45. Petite bibliothèque à consulter. Entrée libre. TPG 1-15-13 Place du Cirque Tél. 022.321.74.64

<b>REUNIONS ATB&amp;D 18 H À 20 H</b>	<b>JANV.</b>	<b>Jeudis 8 et 22</b>
Rencontres, tour de table, partages des expériences, informations, liens conviviaux. Ceux qui n'aiment pas participer aux réunions sont cordialement invités à passer au local dès 20 h pour boire un verre avec nous.	<b>FEVR.</b>	<b>Jeudis 5 et 19</b>
	<b>MARS</b>	<b>Jeudis 5 et 19</b>
	<b>AVRIL</b>	<b>Jeudis 2 et 23</b>
	<b>MAI</b>	<b>Jeudis 7 et 14</b>

## ASSEMBLEE GENERALE

**JEUDI 12 MARS À 18 H**

Voir ordre du jour ci-joint

L'occasion de découvrir les coulisses de l'association et d'y mettre son grain de sel. Pour rappel, les membres ayant payé leur cotisation ont le droit de vote. Alors, n'hésitez pas ! C'est peut-être aussi l'occasion de se découvrir l'âme d'un membre actif ou de faire naître l'envie d'en devenir un.

## SOIRÉE FONDUE APRÈS L'AG AU CAFÉ DE LA PAIX

<b>12 mars</b>	Bienvenue à tous, venez festoyer avec nous !
<b>Jeudi 20 h</b>	Comme chaque année, vous pouvez nous rejoindre seulement pour le repas. Rendez-vous dans le hall d'entrée de la Maison des Associations. Inscription par e-mail à <a href="mailto:info@association-atb.org">info@association-atb.org</a> ou sur le répondeur au 022/321.74.64 jusqu'au 6 mars.
<b>Bd Carl-Vogt 65</b>	

ATB&D (anciennement ATB), est une association d'entraide autogérée depuis 1997 par des personnes vivant avec des troubles de l'humeur, bipolarité ou dépression.

Elle compte 220 membres et sympathisant(e)s et offre un espace chaleureux de rencontres.

Les expériences de chacun y sont partagées dans le respect.

ATB&D propose réunions, sorties, conférences et informations en vue d'un nouvel équilibre.

ATB&D œuvre pour une meilleure compréhension de la maladie et la suppression des discriminations sociales. Elle collabore activement avec le réseau de santé mentale.

**VISITEZ NOTRE SITE : [WWW.ASSOCIATION-ATB.ORG](http://WWW.ASSOCIATION-ATB.ORG)  
VOUS Y RETROUVEZ NOTRE PROGRAMME, DES INFOS, DES TMOIGNAGNES...  
LE CARNET D'ADRESSES DU RESEAU GENEVOIS : [WWW.GREPSY.CH](http://WWW.GREPSY.CH)**

## CONFERENCES

Conférences publiques à la Maison des Associations, 15 rue des Savoises. **Salle Zazie Sadou.** TPG 1-13-14-15 Place du Cirque. Entrée Libre

### 26 FEVRIER, 18 H 30

#### CARLOS LEON

Dr en psychologie  
psychothérapeute FSP  
Association Parole

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

### L'EMPOWERMENT

« Empowerment , résilience, autonomie, rétablissement, accomplissement personnel »... Des mots porteurs de confiance en soi, d'espoir intérieur, d'ouverture au monde! Popularisés par des personnes « résilientes », ces concepts et leurs applications thérapeutiques dérivées ont fait leurs preuves. Quelles pertes et quels gains dans la quête du meilleur de soi? Qu'est-ce que bien vivre ? Présentation du nouveau programme à Genève, **PAIRS** (Potentiels d'Action, d'Intelligence, de Relation, de Rétablissement et de Santé).

### 26 MARS, 18 H 30

#### SYLVIE JOLY

### INTEGRATION POUR TOUS

Intégration pour tous (IPT), fondation privée créée en 1972, a développé un processus original pour favoriser l'intégration et la réinsertion professionnelles des personnes atteintes dans leur santé psychique ou physique. Chaque année, IPT permet à plusieurs centaines de personnes ayant été exclues du marché du travail pour des raisons de santé de retourner dans le circuit du travail. Pour cela, la fondation offre un conseil personnalisé à chaque personne et dispose de différents outils pour aider à reprendre confiance, à élaborer un projet professionnel réaliste et réalisable, et enfin à renouer avec une activité professionnelle.

## RESEAU

### AETOC

Association d'entraide de personnes souffrant de troubles obsessionnels-compulsifs.

Les réunions ont lieu les mardis de 18 h 30 à 20 h 30, à l'association Parole, 1 rue du Vieux-Billard.

Dates : 3 fév., 3 mars, 7 avril et 5 mai

Tél. : 022/320.37.73

Email : [aetoc@bluewin.ch](mailto:aetoc@bluewin.ch)  
Nouvelle adresse internet : [www.aetoc.ch](http://www.aetoc.ch)

### L'EXPERIENCE

Association autogérée par des souffrants psychiques, centrée sur l'activité. 19 rue de Château-Bloch, Le Lignon, Bus 27, arrêt "Barde" 022/797.31.67, [l.experience@bluewin.ch](mailto:l.experience@bluewin.ch) . Ouvert lundi, mercredi et vendredi de 14 h à 17h30.

Lundi : initiation au vitrail "Tiffany"  
Mercredi : jeux, jeux de société et permanence accueil  
Vendredi : atelier photographie

D'autres activités individuelles sont possibles. Se renseigner.

Chaque dernier mardi du mois, un repas collectif est organisé (partage des frais et de la préparation). S'annoncer jusqu'au lundi précédent à 17h30.