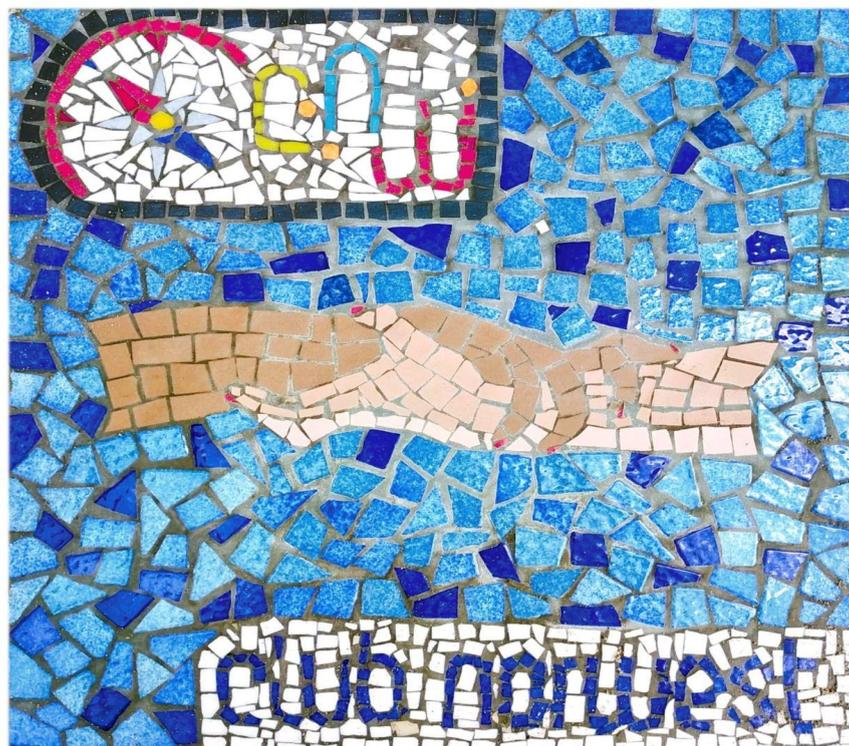


Rapport d'activité 2021



LIEU DE LIEN - ONTMOETINGSRUIMTE



COMMISSION COMMUNAUTAIRE COMMUNE
GEMEENSCHAPPELIJKE GEMEENSCHAPSCOMMISSIE



Rapport d'activité 2021

1.	Introduction	3
2.	Présentation	4
	2.1 Historique	4
	2.2 L'asbl Norwest	4
	2.3 La charte	5
3.	Le Club	6
	3.1 L'accueil	6
	3.2 L'accompagnement / l'orientation	6
	3.3 L'écoute et le lien:	6
	3.4 La Promotion	7
4.	L'équipe	8
	4.1 Organigramme	8
	4.2 Salariés	8
	4.3 Bénévoles	9
	4.4 Personnel détaché	10
5.	Les chiffres	11
6.	Activités	12
	6.1 Ateliers	12
	Atelier relaxation avec le tongue drum	12
	Table de conversation d'italien	13
	Préparation de fruisane quotidienne	13
	Préparation d'un repas hebdomadaire	13
	Création de dalles en mosaïques	14
	Groupe de lecture/émotions	15
	Atelier d'écriture	16
	Table de discussion en néerlandais	16
	Café citoyen	16
	Les lundis à la ferme	17
	Potager urbain à l'asbl le Norois	17
	Tirons les fils	17

Zinneke parade	18
Rencontres “Images Mentales”	18
Karaoké	19
6.2 Activités ponctuelles	19
Visite des ateliers du Groot Eiland et celle de la ferme CourJette	19
Participation au marathon mosaïque	20
La semaine de la santé mentale	20
Sorties culturelles	21
Peinture collective	21
Mise en place d’un atelier impro	21
Marche pour la santé mentale	21
Animation: l’histoire de la folie	22
7. Pair-aidance	23
7.1: Participation aux cycle de rencontre pair-aidance et pratiques participatives	23
7.2: Participation à une journée d’étude autour des enjeux de la pair-aidance organisée par l’AIGS	24
7.3: Projet PAT	24
7.4: Espace de co-construction entre pair-aidants	24
7.5: Travail sur une échelle de rétablissement (projet en cours)	24
7.6: Projet d’ouverture d’un dispensaire de l’hôpital Titeca	25
7.7: Les jeudis de l’hémicycle	25
7.8: Journée d’étude projet Empower Youth organisée à la VUB	25
8. Réseau	26
8.1 Rencontres dans le réseau Norwest	26
8.2 Rencontres d’équipe	27
8.3 Rencontres autres	27
9. Groupes de parole	30
9.1 Le Funambule	30
9.2 Le REV	30
9.3 L’Anatole	30
9.4 Kaffee Similes	30
9.5 Similes bruxelles	30
9.6 Groupe de psycho-éducation du Funambule	30
9.7 Intervision psychologues de première ligne	30
10. Stagiaires et étudiants	31
10.1 Stagiaires	31
10.2 Rencontre d’étudiants	32
11. Témoignages	33
12. Perspectives	37
13. Annexes	38

1. Introduction

Jusqu'à l'année 2021, le Club Norwest fonctionnait grâce à deux mi-temps (l'un détaché par l'hôpital Sans Soucis et l'autre par l'asbl Entre Autres), à des bénévoles (plus ou moins 6 à 8 bénévoles) ainsi qu'à des stagiaires. Tous ces différents temps de présence permettaient de remplir la fonction première du Club : l'accueil répartie sur des permanences de 3h. Ces permanences ont été principalement occupées par les stagiaires qui seuls pouvaient être présents tous les jours au Club. Durant ce temps, les permanences bien souvent été remplies par les stagiaires qui étaient en train d'apprendre leur futur travail...Eux seuls étaient présents chaque jour au Club, à la permanence du matin et à celle de l'après-midi, ce qui leur permettait d'être le fil de ce qu'il s'y passait tout au long de la semaine. Trop peu de temps pour les superviser; c'était si nécessaire et en urgence.

Pas de temps pour des réunions; juste un échange rapide de passation d'informations. Quelques trop rares réunions trimestrielles avec les différents accueillants créaient des difficultés pour communiquer les informations importantes et ne laissaient pour ainsi dire pas de place pour un temps de réflexion commun sur comment faire vivre le lieu au mieux?

Avec si peu d'effectifs, trop peu de projets ont abouti par rapport à l'envie et à la demande des membres.

Dans le courant de l'année 2021, le Club Norwest a reçu une réponse positive à l'appel à projet de la Cocom dans le cadre du plan bruxellois de redéploiement et de relance post Covid-19 et a pu ainsi engager trois personnes à $\frac{1}{2}$ temps. Cela a permis de renforcer l'équipe des accueillants lors des permanences et de gagner en qualité d'accueil.

Ceci est d'autant plus vrai que le taux de fréquentation du Club a nettement augmenté au courant de l'année.

De plus, l'arrivée de ces trois nouvelles personnes a permis de concrétiser des projets d'ampleur avec les membres par le biais de nouveaux partenariats au sein du réseau: réalisation des dalles en mosaïques, participation à l'émission radio en direct, préparation de la zinneke parade, co-création du nouveau comité de sélection "un autre regard" des Rencontres Images Mentales...

Parler de l'arrivée de l'équipe nous oblige à parler de l'incertitude dans laquelle nous nous trouvons. Effectivement, au-delà d'octobre 2022, nous n'avons aucune perspective pour la partie de l'équipe engagée. Il ne s'agit pas de faire un plaidoyer ici mais plutôt un constat.

Pour ce rapport d'activité 2021, c'est le Club, dans son entièreté, qui s'est mis au travail (accueillants, personnel détaché, bénévoles et membres). Écrit à plusieurs mains, ce rapport un peu "mosaïque" est à l'image du Club, un collectif bien vivant et diversifié.

2. Présentation

2.1 Historique

Le début de l'aventure Norwest commence en 2013 lorsque 4 institutions du nord-ouest de Bruxelles, ayant déjà l'habitude de travailler ensemble, se réunissent pour examiner et identifier ce qui peut faire réseau.

Rapidement, une consultation formelle de 16 institutions de cette même zone géographique se met en place. On y retrouve 3 hôpitaux, 5 Services de santé mentale, 4 initiatives d'habitations protégées, 2 maisons de soins psychiatriques, 1 soins psychiatriques à domicile (SPAD) et une maison médicale. En 2014, y seront ajoutées les associations d'usagers et de proches. La consultation s'axe sur les questionnements suivants:

- Identifier l'union de pratiques
- Examiner les possibilités de réseaux (basé sur les 5 fonctions du projet 107)
- Identifier des écarts/besoins et proposer des solutions
- Préparer la réforme de soins psy (psy 107)
- Préparer la réforme de l'état (2014, 2015)

Une des conclusions sera la nécessité de la création d'un lieu d'accueil dit de "bas seuil". Sous l'impulsion de ce qui se faisait déjà à Tournai avec le Bric-à-Brac, la création du Club Norwest est lancée. La Clinique Sans-Souci s'engage à payer le loyer et les charges de la maison trouvée pour héberger le Club durant un maximum de trois ans.

Le 3 juillet 2015, le Club Norwest ouvre ses portes et propose un accueil 3 demi-jours par semaine. Très vite, cela devient 5 jours par semaine avec des plages d'ouverture de 10h à 16h du lundi au vendredi.

Le 21 janvier 2016 signe l'inauguration officielle du Club.

En 2017, une première reconnaissance de la part de la Cocom arrive. Un subsidie facultatif pour des frais de fonctionnement, loyers et charges est accordé. Cette année signe aussi la reconnaissance du réseau Norwest comme antenne officielle du projet de réseau bruxellois "psy 107" et est financée par la Cocom en tant que telle depuis 2021.

Fin 2020, la nouvelle tombe, le Club bénéficie du subsidie dans le cadre du plan de relance.

2.2 L'asbl Norwest

L'asbl Norwest est un réseau de services qui travaille pour une meilleure organisation coordonnée, cohérente de l'offre de soins en santé mentale autour des besoins de l'utilisateur et de ses proches, visant son intégration maximale dans le tissu communautaire. Pour ce faire, le Norwest développe toute une série d'actions autour des missions suivantes :

- Renforcer l'interconnaissance entre les services membres du Norwest

L'objectif ici est de créer les conditions primaires nécessaires à l'émergence et à la pérennisation de nouvelles formes de collaborations. Visualiser l'offre autour de son quartier, rencontrer les travailleur-euses, les coordinations, parfois au-delà de sa fonction, dans un cadre convivial, favorise la mise en place d'un climat bienveillant pour le développement ou le renforcement de projets en commun. Exemple d'activités: les "petits-déjeuners réseau" (actuellement à l'arrêt), mise en place d'un espace blog participatif (<https://www.norwest.be/fr/>).

- Faciliter des nouvelles formes de collaborations inter-services, inter-sectorielles, autour et avec le concours des patients souffrant de troubles mentaux sur le Nord-Ouest de Bruxelles

L'adossement de maisons médicales avec le service de santé mentale de la zone, les concertations de quartier et l'organisation d'intervisions sont autant de projets qui vont permettre la rencontre entre les acteurs spécialisés en santé mentale et les acteurs locaux actifs dans l'aide sociale de première ligne ou dans les soins généralistes. L'implémentation de l'équipe mobile Mobiwest et son articulation avec les acteurs locaux et ambulatoires fait partie de cette mission qui est la clef de voûte pour un réseau coordonné de soins en santé mentale.

- Assurer la continuité du projet de lieu d'accueil sans condition, créé depuis 2015 par les membres du réseau et connu sous le nom de Club Norwest

Le Club Norwest constitue un des chaînons manquants de l'offre qui existait avant cela sur le Nord-Ouest. Il offre un accueil inconditionnel et représente un refuge sécurisant et à même de pouvoir développer le pouvoir d'agir des usagers. L'enjeu pour le réseau est d'assurer sa continuité.

- Promouvoir et déstigmatiser la santé mentale

Certains services actifs dans l'aide et le soin ne sont pas toujours bien informés ou outillés par rapport aux problèmes liés à la santé mentale et cela peut mettre à mal le parcours de l'utilisateur. Norwest souhaite être un relais de diffusion d'informations facilitant la compréhension des troubles mentaux et des comportements pouvant y être associés. Norwest encourage également les collaborations avec le secteur culturel qui a l'avantage de toucher un public beaucoup plus large, permettant une plus grande intégration sociale des personnes en souffrance.

2.3 La charte¹

La charte est le point central autour duquel l'asbl Norwest et le Club se sont construits et articulent leurs actions. Elle a été co-écrite par des usagers, des proches et des professionnels. Et c'est comme ça que les choses continuent de se mettre en place jour après jour au sein du Club. La notion d'engagement promue par la Charte, que ce soit à travers d'un contrat de bénévole ou l'animation d'une activité, peut constituer un pas significatif dans le chemin de rétablissement d'un membre. Enfin, la charte veille à garantir un cadre sécurisant et soutenant à l'ensemble des membres du Club.

¹ Annexe 1

3. Le Club

3.1 L'accueil

S'agissant d'un lieu d'accueil, ce mot est primordial. Nous accueillons donc sans distinction toute personne qui sonne à la porte, sans demander d'où elle vient, sans candidature, sans rapport psycho/médico/social. Un prénom suffit et encore, si la personne ne veut pas le donner, ce n'est pas grave. Cet accueil se fait du lundi au vendredi en journée et est assuré par un binôme/trinôme d'accueillants : un accueillant bénévole, un accueillant professionnel et/ou un.e stagiaire.

L'accueil se voit modifié par la pandémie. Alors qu'avant nous pouvions nous faire la bise, prendre quelqu'un dans les bras, ce qui rendait l'accueil chaleureux, la distance est maintenant de mise. Néanmoins, la volonté de continuer à prendre soin de l'accueil en dépit des contraintes est restée intacte.

3.2 L'accompagnement / l'orientation

Nous devons préciser que l'accompagnement n'est pas une mission première du Club, mais il peut se faire à la demande. Il nous arrive régulièrement de rediriger une personne ou de l'orienter dans le réseau. Ceci se divise en deux sous catégories:

- Première ligne: l'écoute et l'accompagnement de première ligne sont régulièrement effectués au Club. Une personne qui arrive et qui n'a pas ou plus de suivi, qui parfois est en demande de suivi, nous l'écoutons et la réorientons vers un partenaire du réseau qui nous semble adéquat, tout en gardant la porte ouverte au Club!
- Seconde ligne: il s'agit ici du lien de confiance qui se tisse au fil du temps avec les membres. Certains d'entre eux nous demandent de les accompagner dans des démarches car la confiance est établie, ce qui ne serait pas possible autrement. Nous veillons à ne pas nous substituer aux institutions déjà présentes, mais nous pouvons devenir un point d'ancrage dans le réseau d'un membre et ainsi favoriser la continuité des soins.

3.3 L'écoute et le lien:

Lorsqu'une personne se sent accueillie dès les premiers instants, une relation de confiance commence à se tisser au fur et à mesure des rencontres. Parfois un membre ne souhaite pas mettre un suivi psychologique en place pour différentes raisons, mais il éprouve le besoin de déposer quelques mots, de décharger certaines émotions de temps en temps à l'un ou l'autre interlocuteur de l'équipe. Et ça lui suffit. Parfois l'accroche (le transfert) avec une personne fait que celle-ci devient un repère pour un membre, si bien qu'il peut de temps à autre venir faire le point sur l'évolution des choses qu'il vit, des projets qu'il met en cours. Le type d'écoute se fera en fonction du type de lien que le membre viendra chercher au Club.

Ce lien est multiple. Comme décrit ci-dessus, le premier lien qui se tisse, c'est avec l'équipe. Il se peut ensuite qu'un lien se tisse entre les membres, au détour d'une activité, d'une sortie, d'une discussion, ... Il prend forme petit à petit et aboutit parfois à des liens qui dépassent la simple venue au Club. Certains se rencontrent dehors, en soirée, les weekends et peuvent ainsi sortir d'une forme d'isolement. Ce lien entre les membres peut aussi devenir problématique ou prendre une mauvaise tournure. Accueillir des personnes parfois en grande souffrance ou en grande détresse peut mettre à mal le groupe. L'équipe est alors sollicitée pour faire tiers, pour apaiser les choses.

Le lien se tisse également avec les travailleurs détachés et entre travailleurs. C'est quand le Club fait réseau, tant pour les membres que pour des équipes. Des suivis mis en place après une bonne rencontre au Club ont pu voir le jour, ainsi que des collaborations entre équipes (l'intervision des bénévoles, le comité culturel, ...). Né du réseau, le Club continue d'y contribuer.

Un autre type de lien qui a toute son importance, est le lien avec l'extérieur, notamment hors du champ de la santé mentale. Nous retrouvons ainsi un des points de départ qui est d'œuvrer à la déstigmatisation. Des collaborations avec les centres culturels, la participation à la semaine de la santé mentale sont autant de projets qui vont dans cette direction.

3.4 La Promotion

Fin 2020, le Club s'est doté d'une charte graphique et d'un logo. Un des projets de l'année 2021 était de mettre à jour notre site internet et notre flyer. Ceci a été rendu possible grâce aux personnes engagées. Tenir à jour un site internet et une page facebook nécessite du temps mais aussi un savoir que l'équipe n'avait pas. Actuellement, le site et la page facebook sont tenus à jour de manière hebdomadaire.

Un projet initié en 2019 mais qui n'a pas perduré dans le temps était la création d'un agenda d'activité mensuel. Cette année, l'équipe a remis cela au goût du jour. Y sont repris les activités habituelles, les activités ponctuelles déjà programmées en début de mois et les groupes de parole. L'agenda se trouve sur le site internet et sur la page facebook et est également mis à jour de manière hebdomadaire.

Un gros chantier de l'année en termes de promotion extérieure fut le flyers. Une de nos collègues s'est occupée de mettre les envies, les remarques des membres et du Conseil d'Administration en musique pour clôturer ce travail fin d'année.

4. L'équipe



L'équipe d'accueillants du Club se constitue de bénévoles, de personnel détaché et plus récemment de salariés propres à l'asbl. Les accueillants se réunissent une fois par semaine pour une réunion d'équipe. L'accueil en cours d'année des salariés fût un grand soulagement pour le reste de l'équipe qui portait à bout de bras le projet. De nombreuses activités et projets qui n'arrivaient pas à être mis en place ont ainsi pu se concrétiser.

4.1 Organigramme

L'organigramme de l'asbl Norwest se trouve en annexe².

4.2 Salariés

Grâce à l'appel à projet de la Cocom dans le cadre du plan bruxellois de redéploiement et de relance post Covid-19, l'asbl Norwest a pu engager à $\frac{1}{2}$ temps des travailleurs pour le Club Norwest. Trois travailleuses sont ainsi venues renforcer l'équipe existante:

- Pascale Hennau

Psychologue clinicienne de formation dont la pratique professionnelle se situe essentiellement dans le champ de la psychiatrie sociale et communautaire.

- Angélique Mujari

Assistante sociale de formation, Pair-aidante certifiée de l'université de Mons et Présidente de l'asbl En Route (association des pairs- aidants en santé mentale, addiction et précarité).

² Annexe 2

- Giorgia Graziadio

Philosophe et psychologue clinicienne de formation, en formation en systémique familiale et institutionnelle, ancienne stagiaire et bénévole au Club.

4.3 Bénévoles

Nous avons une équipe de bénévoles accueillants regroupant actuellement 8 personnes. Chaque bénévole s'acquitte d'une ou de deux permanences par semaine et travaille à chaque fois en duo avec un professionnel (détaché ou de l'équipe). Ici, il n'y a pas d'étiquette autre qu'"accueillant". Nous visons en effet un maximum d'horizontalité au sein du fonctionnement et des échanges. Ensemble, le duo d'accueillants est chargé du service des boissons, de la gestion de la caisse et bien sûr, de l'accueil de toute personne qui passe la porte. Au-delà de cette fonction d'intendance, ce duo d'accueillants représente le cadre de sécurité pour les membres présents ce jour-là. Chaque personne souhaitant devenir bénévole se voit recevoir un contrat. Il/elle est alors invité à participer aux réunions d'équipe et aux interventions mensuelles que nous avons mises sur pied avec le SPAD Prisme.

“Le SPAD Prisme a entamé un cycle d'intervisions avec l'équipe des accueillants bénévoles du Club Norwest en septembre 2020. Ces interventions se sont poursuivies durant le premier semestre de 2021 afin de boucler l'année scolaire. C'est dans le cadre de sa mission d'intervention et soutien aux équipes de première ligne que Prisme a proposé un espace d'échange aux accueillants bénévoles, à raison d'une session mensuelle de deux heures. Ces moments d'échange ont été le lieu de réflexion autour de la fonction de l'accueil au sein du Club Norwest. Les questions suivantes ont été élaborées :

- *Quelles sont les valeurs auxquelles doivent s'affilier les membres du Club ?*
- *Quelles sont les missions de l'accueil et comment les mettre en œuvre au sein du Club Norwest ?*
- *Quels sont les obstacles rencontrés dans l'application de ces missions ?*
- *Quelles sont les pistes concrètes permettant d'assurer le bon déroulé du bénévolat de chaque accueillant ?*
- *Comment se positionner, en tant qu 'accueillant, face à une personne dont le comportement déséquilibre l'ordre intérieur et l'ambiance générale ?*
- *Quelles sont les difficultés rencontrées dans le cadre de la pandémie et plus spécifiquement dans la gestion des mesures sanitaires ?*
- *Comment optimiser la communication interne en équipe et transmettre les informations à la coordination ?*

Ces espaces de parole bienveillants et soutenant ont permis à chaque bénévole d'y déposer son vécu et ses attentes dans un climat de soutien mutuel. Certaines constatations collectives ont pu trouver une réponse pratique, notamment, dans l'organisation d'une réunion des accueillants bénévoles.” L'équipe de Prisme.

En cette année toujours teintée par la pandémie, un partenariat noué avec l'asbl Entre Autres a permis de faire vacciner nos bénévoles qui le souhaitaient. Faisant partie d'une équipe d'accueil dans le lieu de lien, cela nous a semblé opportun.

4.4 Personnel détaché

Le Club a, de façon ancestrale, fonctionné avec du personnel détaché venant d'institutions partenaires. Au départ, sans cette force, le Club n'aurait jamais pu voir le jour et être ouvert 5 jours par semaine. Au fil du temps, nous avons pu y voir bien d'autres avantages. Le lien tissé entre travailleurs et membres en est un exemple. Rencontrer en terre neutre des travailleurs d'institutions différentes ; pouvoir les questionner sur leur travail et sur l'endroit d'où ils proviennent. Ceci a permis à certains membres éloignés de tout suivi à en mettre un en place. Le lien ne s'arrête pas là, il se tisse également entre travailleurs venant d'un même secteur mais qui ne se croisent pas forcément ailleurs qu'ici. Un point favorisant le travail en réseau et l'interconnaissance.

“Cette collaboration est née de l'importance et de la volonté de travailler ensemble en réseau. La permanence permet la rencontre des membres, des bénévoles et de professionnels de la santé mentale d'institutions variées qui participent au fonctionnement du Club. C'est un espace convivial et informel où il est possible de discuter autour d'une boisson, de participer à une activité ou d'en proposer une.

L'atmosphère de chaque permanence varie en fonction des membres qui y participent, du fait de l'horizontalité et de la co-construction du Club par ses membres. L'expérience en est ainsi toujours enrichissante, vivante et renouvelée.” Giovanna Piazza (Entre Autres)

La période particulière de la pandémie liée au COVID a quelque peu freiné le détachement de travailleurs. Effectivement, certaines institutions n'ont pas encore repris les moments d'accueil du au fait d'être confronté à un trop grand nombre de personnes hors de leur cadre institutionnel.

- Le clinique Sans-Souci, détache un mi-temps pour la coordination. Ce mi-temps est repris par Niels Osselaer depuis plus de trois ans maintenant. Depuis le début du Club, la clinique a décidé de participer au projet de cette façon. Une autre travailleuse de la clinique vient pour l'accueil au Club à raison de 3h toutes les deux semaines.
- L'asbl Entre Autres, détache une travailleuse, Olivia Prizzon, pour 11h/sem depuis 2018, puis un 1/2 temps depuis 2020, puis un ¾ temps depuis 2021. L'équipe des IHP détache également deux autres travailleurs à raison de 3h semaine chacun. L'équipe de Prisme a quant à elle, réalisé des permanences d'accueil au Club mais également de l'intervision.
- Les Services de Santé Mentale du nord-ouest, étant, le Norois, le Nouveau centre Primavera et le Champ de la Couronne, viennent quant à eux en alternance 1 fois par mois.

5. Les chiffres

Cette année, nous avons comptabilisé les chiffres différemment. Les années précédentes, les présences étaient anonymes. Depuis la crise sanitaire, nous avons opté pour une comptabilisation nominative (uniquement les prénoms). Nous avons voulu nous assurer que si quelqu'un venait en étant infecté par le virus, nous pouvions contacter toutes les personnes présentes ce jour-là. Nous sommes donc au plus près des présences réelles au Club, alors qu'avant une même personne pouvait être comptée deux fois sur une même journée (en fonction de ses allers retours).

Plusieurs réunions qui se tenaient au Club (Conseil d'Administration de l'asbl, groupes par fonction, etc ...) se font actuellement en visioconférence, ce qui a également une incidence sur les chiffres.

Les présences aux groupes de parole sont également reprises dans les chiffres.

<u>Chiffres</u>	<u>2017</u>	<u>2018</u>	<u>2019</u>	<u>2020</u>	<u>2021</u>
<u>Nombre de présences</u>	3484	8020	10926	8655	9632
<u>Présence moyenne quotidienne</u>	14,4	32	41	/	37
<u>Accueillants</u>	40	44	43	/	33

Pour l'année 2022, un autre système de comptabilisation sera mis en route. Dans le nombre de présences, seront différenciés les membres / les groupes de parole / les professionnels. Nous n'avons pas voulu changer de méthode de comptabilisation en cours d'année car les chiffres n'auraient pas été complets.

6. Activités

A côté de l'accueil, des jeux de société, des mandalas, des moments papote autour d'un café, il y a les activités. Une phrase qui revient souvent concernant cela est "rien n'est obligatoire, tout est possible".

Les activités au Club sont généralement organisées par ou avec les membres. L'idée phare du Club concernant les activités réside dans le fait que chacun est détenteur d'un savoir, chacun a quelque chose à partager. Ce qui peut se faire au Club sous forme d'atelier. L'équipe reste présente en toile de fond tant pour soutenir les membres qui animent les activités mises en place que pour aller éveiller le désir d'en mettre en place et démarrer le moteur. D'un "ça serait chouette de faire, d'organiser ceci ou cela", on en fait une mise en place concrète. Le trajet depuis la première énonciation d'une envie jusqu'à sa mise en place concrète nécessite du temps et de la présence. L'équipe est bien-sûr détentrice d'un savoir aussi et se permet donc de proposer des ateliers ou activités. Si les membres sont preneurs cela se met en place. Certaines activités sont mises en place en partenariat avec des structures partenaires, au sein du club ou à l'extérieur. Bon nombre des activités décrites ci-dessous ont pu voir le jour grâce au personnel supplémentaire engagé dans le cadre du plan de relance. Le temps nécessaire à la réflexion, à la mise en place, au suivi, au réseau, ... n'était pas autant disponible auparavant.

6.1 Ateliers

- Atelier relaxation avec le tongue drum

Cet atelier a lieu deux fois par mois le mercredi de 11h30 à 12h depuis novembre 2021. Chaque séance comprend un temps de relaxation de vingt minutes accompagné d'une mélodie jouée au tongue drum au cours desquelles chaque participant·es est amené·e à se laisser aller et guider par le son. Ensuite, 10 minutes sont réservées à la découverte de l'instrument par les membres si elles ou ils le désirent. Le but de cet atelier est de se connecter au corps par le son, d'apaiser l'esprit, de découvrir un instrument et de pouvoir y jouer librement.

Le tongue drum est un instrument à percussion composé de lames sonores appelées langues et qui créent des tonalités relaxantes et harmonieuses lorsqu'elles sont jouées. Cet instrument est particulièrement indiqué pour la détente, et son intuitivité rend sa découverte attractive et ludique. Il est joué principalement à l'aide de baguettes (mailloches) mais peut tout autant être joué avec les mains.

Le cadre de l'atelier a été co-construit avec les participant·es. Chaque participant·es est libre de quitter à tout moment l'activité en respectant les autres si elle ou il en ressent la nécessité, ce qui reste rare mais sécurisant. Si une nouvelle personne participe à l'atelier, les autres membres qui ont déjà participé, en expliquent le déroulement. Chacun peut participer à l'atelier de la façon qui la ou le mette le plus à l'aise : posture assise au sol ou sur un fauteuil, yeux fermés ou ouverts, avec une couverture, etc.

Nous commençons par inviter chaque personne à formuler un mot ou une phrase pour exprimer leur état d'esprit du moment, et nous concluons de la même manière. Cela permet

de voir s'il y a une différence, un changement entre le début et la fin de la relaxation. Voici quelques exemples des mots de la fin : « *sereine* », « *calme* », « *j'ai vu les oiseaux* », « *acceptation* », « *questionnement* » ou « *apaisement* ».

Les membres participant-es reviennent régulièrement aux séances même si leur nombre fluctue. Le port du masque est obligatoire et un maximum de 8 participant-es par séance est accueilli-es. L'espace est aéré en début et en fin d'activité.

- Table de conversation d'italien

Cet atelier a lieu deux mercredis matin par mois, depuis décembre 2021, plusieurs membres ayant exprimé le désir d'apprendre l'Italien. L'atelier a pris pour le moment la forme d'une découverte de l'Italien en chantant à travers la lecture, la traduction et le chant de chansons italiennes connues.

L'idée est d'explorer la langue italienne de façon originale en découvrant en groupe par exemple des chansons ou des recettes de cuisine mais également d'une manière informelle sous le mode d'une table de conversation à partir des thématiques amenées par les participant-es. Les chansons ont jusqu'à présent été proposées par les membres. Le sujet de la séance de la table de conversation suivante est choisi à la fin de l'activité à travers une discussion de groupe et un vote.

- Préparation de fruisane quotidienne

La plupart des membres du Club sont habitués à boire beaucoup de cafés, de sodas remplis de sucre ou d'aspartame. L'idée des fruisanes (fruits marinés dans de la tisane) est de proposer une alternative (différente de l'eau) aux boissons qui ne font pas du bien au corps... Petit à petit, sensibiliser les membres à prendre soin de leur santé par les boissons, l'alimentation, le mode de vie... Tout un programme qui me semble nécessaire car pour se sentir bien dans sa tête, il faut aussi se sentir bien dans son corps ! La réalisation des fruisanes ainsi que les courses se font en binôme avec une membre du Club, intéressée par ces questions de santé.

- Préparation d'un repas hebdomadaire

"Bonjour à toutes et à tous! Je m'appelle Dominique, je viens régulièrement au Club Norwest pour cuisiner. Il est vrai que j'ai un passé professionnel rempli d'expériences Horeca que je mets en pratique régulièrement au Club.

Et j'adore ça!

On cuisine bio avec un budget limité mais on peut prendre 3 heures de préparation et cela ne me dérange pas. Je sais que même ceux qui ne souhaitent pas un bon plat de légumes pour 3 Euros sont heureux et émuillés par les odeurs qui émanent dans le Club...

Les langues et les cœurs se délient, le bruit frémissant des cuissons redonne un gain de bonne humeur, le stress s'évapore et l'on entend de plus en plus le bruit des conversations qui s'élèvent haut vers un bien être qui soulage.

Que dire de plus....?

Je dis non à la malbouffe dans son isolement reclus chez soi et je dis oui au plaisir de faire et d'offrir du plaisir...

A bientôt j'espère au Club Norwest!" Dominique

- Création de dalles en mosaïques

Un projet mis en route depuis plus de deux ans a enfin pu se réaliser : la création de dalles en mosaïque pour embellir les rues de Jette. La commune de Jette avait lancé un appel à projet avec l'atelier Art-mosaico auquel le Club a répondu et a été retenu favorablement. L'idée était de créer des dalles pour mettre de la couleur sur le trottoir de la rue du Club. Deux membres de l'équipe et 9 membres ont participé aux ateliers pour la création des mosaïques, le coulage des dalles et enfin la mise en place sur le trottoir. L'idée germe de créer un atelier de mosaïque permanent au Club. Jean-Christophe de Art-mosaico se propose de former un membre de l'équipe pour lancer cet atelier. Un projet pour 2022.

"Disons, pour commencer, que j'ai débuté mon stage au Club Norwest au meilleur moment. Le projet de l'atelier mosaïque s'était fait attendre et je suis arrivée juste à temps pour en faire partie ! C'était déjà un tel honneur de pouvoir effectuer mon stage de Psychologie dans ce lieu unique. Loin de la psychiatrie classique, si proche des gens. J'ai pu m'installer aux côtés des usagers dans le quotidien du Club, cette maison qui donne sa place à chaque personne qui passe la porte.

J'ai donc également pu prendre ma place dans l'atelier mosaïque qui s'est déroulé sur plusieurs semaines. Le rendez-vous hebdomadaire à ne pas manquer ! En effet, quelle chance cela représente de pouvoir avoir accès à un atelier d'artisan mais également à tout le savoir-faire qu'il peut nous transmettre. Ces moments étaient riches d'apprentissages et d'échanges, tant entre les membres qu'avec le mosaïste qui nous accueillait. Car finalement, là-bas comme au Club, chaque personne qui a la chance de passer la porte de l'atelier peut y trouver sa place. J'y ai ressenti un certain sentiment d'harmonie. Nous étions là, en groupe, pour apprendre ensemble, se donner des coups de main ou se soutenir quand cela était nécessaire, accompagnés par ce professionnel qui nous faisait confiance. En effet, nous avons pu utiliser ses outils mais aussi manipuler des matériaux, souvent onéreux, en toute autonomie.

Pendant les ateliers, j'ai pu être absorbée par cet art, m'évader du quotidien. Plus collectivement, on a pu, un temps, quitter le Club pour aller, ensemble, créer quelque chose de nos mains. Concernant les membres du Club, j'ai pu entendre qu'ils partageaient une certaine fierté de pouvoir représenter le Club dehors. Une dalle de mosaïque a même été créée à l'effigie du Club Norwest ! Quelle valorisation de voir notre travail se concrétiser et de pouvoir, maintenant, observer nos œuvres sur les trottoirs de Jette !

Pour les membres, l'importance de pouvoir vivre des expériences comme celle de l'atelier mosaïque est capitale. Cela permet notamment une belle prise de confiance en ses propres capacités, de nourrir les relations et les liens avec les autres, de se découvrir de nouveaux talents mais aussi un certain savoir-vivre dans un contexte différent. Pour le Club de façon plus générale, ce type d'activité permet tout d'abord de garnir son calendrier et le rendre plus attractif pour les membres. Mais cela permet aussi de gagner en visibilité et donc de pouvoir accueillir encore plus de personnes pour qui un lieu de lien peut s'avérer primordial." Morgane Thomas (ex stagiaire)

“J’ai eu une belle occasion de suivre un petit stage de mosaïque sur dalle. Nous étions un petit groupe bien sympathique. En entrant dans l’atelier pour la première fois, j’ai découvert une vraie caverne d’Ali Baba, les murs étaient couverts d’un assortiment de pots de différentes couleurs de mosaïques. Pour ma dalle, j’ai choisi comme thème: soleil/chat; c’est-à-dire mi-soleil, mi tête de chat. Étape par étape, avec les explications du professeur, j’ai eu beaucoup de plaisir à couper et coller ces petites merveilles. Ensuite, ma mosaïque est cimentée sur une dalle. Après, nos dalles ont été placées au trottoir menant au Club Norwest. Chaque fois, je prends un grand plaisir à admirer ma dalle quand je vais au Club. C’était vraiment une très belle expérience et j’en remercie le Club.” Véronique



- Groupe de lecture/émotions

Un espace de parole cadré, non thérapeutique, né autour d’une lecture d’un texte sur les émotions primaires et secondaires listés par Ekman. Le groupe change et évolue, l’activité suit cette mutation ainsi que les besoins/demandes des membres.

“ Ce groupe m’a permis plusieurs choses: repérer des émotions différentes vis-à-vis des membres, ce qui m’aide aussi dans mes autres bénévolats car je peux apporter un soutien plus adapté à la personne en face de moi.” Benjamin

“A travers (l’expérience, le vécu) des autres membres pour mieux analyser et comprendre les siens.

Trouver des indices qui peuvent mener sur le chemin de l’allègement.

De garder le courage pour persévérer.

De mieux comprendre et appréhender la vie et ses difficultés.

De retrouver si possible (enfin, quand?) de la joie de vivre perdue tout en gardant l'envie de vivre.

De retrouver la confiance en soi sabotée par des attitudes gratuites destructrices volontaires.

Apporter un début d'idées/aide indirecte/volonté pour tenir bon et mieux au fur et à mesure aux autres membres.

De donner un sens/but et revalorisation de la vie aux autres membres et/ou à soi-même." Marc

- Atelier d'écriture

L'atelier d'écriture "l'approche plume" est une des activités les plus anciennes du Club. Historiquement, 3 membres décident de proposer un atelier avec des jeux d'écriture. Pourquoi à trois? Car ils étaient ainsi certains qu'au moins deux d'entre eux seraient présents pour l'animation. Au fil des années, un seul animateur est resté et continue chaque semaine de proposer des jeux et exercices d'écriture à qui veut s'y essayer.

"Ce que m'apporte le Norwest? Je trouve ce lieu génial. Ce lieu où j'ai un malin plaisir à donner de moi-même pour un atelier écriture convivial et disponible ...? Ce lieu qui à 100 mètres de chez moi me permet de m'épanouir dans une activité ludique, constructive. Ce lieu qui me plaît ...toujours bienvenu...trouve ma place. Ce lieu où le personnel bénévole fait des efforts considérables afin de servir au mieux les demandes des participants ainsi que les demandes d'activités (cinéma, mandala, théâtre, scrabble, ...)." Christophe, animateur de l'atelier écriture depuis les débuts du Club Norwest.

- Table de discussion en néerlandais

" L'atelier NL au Club NW est proposé tous les mardis après-midi à partir de 14h30. L'activité dure environ une heure. Tout le monde est bienvenu, il suffit d'avoir une connaissance de base en Néerlandais (active ou passive). Actuellement, on compte entre deux et six participants. L'idée est de stimuler les gens à s'exprimer en Néerlandais autour de sujets de leur choix, comme par exemple le voyage, les questions de la vie quotidienne, les avis sur un thème d'actualité, etc. Le but est de surmonter la barrière linguistique, d'essayer de se faire comprendre et d'oser prendre la parole sans craindre les fautes. L'ambiance est conviviale, libre et ouverte. " Martina

- Café citoyen

Le café citoyen est une nouvelle activité du Club Norwest qui a été initiée par un membre au mois d'octobre.

Dans l'esprit du Club, l'activité est co-animée, avec la possibilité que les personnes qui soutiennent l'activité en binôme avec lui puisse varier. Une stagiaire, d'autres membres du Club et de l'équipe, ont à tour de rôle occupé cette place. Elle a lieu 1x/ semaine les mardis matins entre 10h30 et 11h30 et est ouverte à tous.

C'est un moment qui est proposé, autour d'une tasse de café, pour débattre de thématiques qui touchent à la citoyenneté. On y parle des droits, de la vie en communauté, de tout ce qui touche chacun.e.s dans la vie de tous les jours. Au terme de chaque séance, le choix du

thème du prochain café citoyen est décidé collectivement. Le sujet proposé reste expressément très large pour permettre à ceux qui prendront la parole d'y apporter leurs constats. C'est un moment de partage d'idées et d'opinions mais surtout il s'agit de chercher ensemble des pistes, des solutions à des problèmes.

Dans la séance, le binôme se répartit les tâches; l'un anime, l'autre cherche les informations sur internet, parfois assisté par d'autres participants.

Par exemple voici quelques thématiques abordées: être sous pression (droit des étrangers; droit des personnes en situation de handicap; droit des élèves); le sans-abrisme; le couple et la famille; l'industrie du textile; l'isolement...

- Les lundis à la ferme

Le Club Norwest a établi un partenariat avec le projet « Sème qui peut » qui a pour objectif de mettre en lien des citoyens désireux de mettre les mains dans la terre, respirer au grand air et se faire du bien avec des maraîchers et maraîchères bruxellois. Dans le cadre de ce partenariat, Le Club se rend les lundis en matinée à la ferme urbaine de Neder-over-Heembeek avec des membres, entre 1 et 5 personnes à chaque visite.

- Potager urbain à l'asbl le Norois

L'asbl le Norois a créé un jardin collectif dans ses jardins. L'un se situe à l'avant et l'autre dans le jardin derrière les murs de l'institution. L'activité est ouverte aux membres du Club qui les y accompagne lorsque ceux-ci en font la demande. C'est un moment ludique, instructif de rencontre et de partage.

- Tirons les fils³

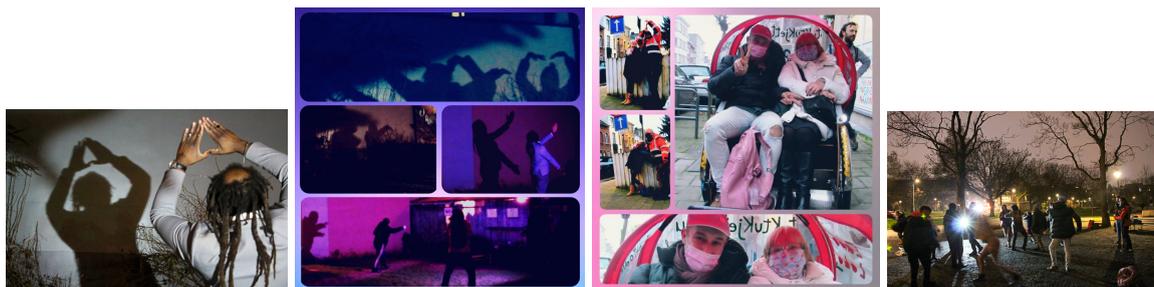
Initié par le Centre culturel de Jette, l'Armillaire, des ateliers ayant comme but la co-construction d'une œuvre collective à partir de notre ressenti face au premier confinement, nous avons imaginé ensemble notre monde idéal. Un premier module de 4 séances a été organisé au centre culturel. Deux autres modules, co-animés par des membres, ont eu lieu au sein du Club.



³ <https://www.ccjette.be/activites/tirons-les-fils>

- Zinneke parade⁴

Pour la deuxième fois, le groupement des centres culturels du nord-ouest proposent d'organiser une zinnode pour la Zinneke parade. La dernière édition avait été annulée pour cause de confinement. Nous avons donc décidé de participer à nouveau à cette aventure. Le Club participe aux réunions d'organisation des ateliers et au processus collectif de création pour la Zinneke parade 2022. La première activité pour se rencontrer a consisté en une balade avec les différentes associations de Jette participant à la zinnode du nord-ouest. La balade créative tournait autour du thème du trompe l'œil.



- Rencontres "Images Mentales"

L'année 2021 a été l'occasion pour nous d'inclure le Club Norwest dans le réseau des partenaires du festival Rencontres Images Mentales qui ouvrira sa 14e édition du 11 au 18 février 2022. Ce festival, bien ancré sur la scène bruxelloise de la santé mentale, explore les images de la folie, de l'institution, de la personne en état d'étrangeté ou de souffrance psychique. Mêlant projection de documentaires et courts métrages, films d'ateliers, longs métrages, expositions, théâtres et concerts, ce festival se veut résolument un lieu où les regards se croisent et où le public est invité à participer.

C'est dans cet esprit, qu'à l'initiative de L'Autre "lieu", co organisateur du festival, un nouveau comité de sélection a été créé cette année.

**SÉLECTION
"UN AUTRE REGARD"**

« Un autre regard » est un collectif qui s'est constitué suite à une proposition de L'Autre « lieu » visant à impliquer de nouveaux regards dans l'organisation des Rencontres Images Mentales. Le groupe rassemble des personnes de tous horizons aux expériences multiples, intéressées par le cinéma et les questions relatives à la santé mentale. Le but de la sélection est d'inviter le public à déplacer son regard sur les pratiques en matière de santé mentale en questionnant les frontières que nous établissons entre ce qui relève du normal et du pathologique, du soin professionnel et de l'entraide informelle, de la sphère privée et publique. Et plus particulièrement, de la folie d'ailleurs et d'ici pour cette édition 2022.

Le groupe se compose de Christian Marchal, Ellen Godic, Laurent Gilson, Margaux Frasco, Sanae El Moubahi, Sophie Noël, Pascale Henrau et Giorgia Graziadio avec la participation de membres du Club Norwest.

Chaque film pré-sélectionné sera accompagné par une personne du groupe.

PROGRAMME

**14 RENCONTRES
IMAGES MENTALES**

DU 11 AU 18 FÉVRIER 2022

WWW.PSYHAGES.BE
RHOULOH.BE

⁴ <https://zinneke.org/-Parade-2022-?lang=nl>

Par le passé, en 2018, le Club a participé au festival par le biais d'un court métrage projeté lors de la journée dédiée aux films d'ateliers et les membres qui ont eu la chance d'y contribuer en ont gardé un souvenir très positif. Mais l'inclusion du Club dans ce nouveau comité inscrit davantage ses membres dans ce réseau d'institutions partenaires soucieuses de déstigmatiser la maladie mentale. Ceci n'aurait pas été possible sans l'agrandissement de l'équipe car il s'agit d'un travail qui exige du temps et qui a mobilisé deux travailleuses.

Le visionnage des films débute au mois de septembre. En novembre commence la sélection finale et dans la foulée, l'organisation des rencontres tables/débats jusqu'au jour J. Pour ce faire, au sein du Club, nous avons proposé deux moments dans la semaine pour visionner ensemble les films et en débattre ensuite, les mardis matins et les jeudis après-midi. Une fois par semaine, les mardis soirs, le comité se réunit dans les locaux de l'Autre "lieu" ou au Club Norwest pour les pré sélections.

Pour cette première collaboration, ce sont les deux membres de l'équipe qui ont représenté l'avis des membres à ces réunions. Dès janvier 2022, les membres qui souhaitent davantage s'impliquer au moment du festival sont invités à rejoindre les réunions de préparations des tables/débats qui prolongent les projections. Nous souhaitons à l'avenir inclure d'emblée les membres intéressés au comité "un autre regard" et sommes actuellement en réflexion sur les modalités qui conviendraient le mieux à nos membres, parfois en difficulté pour tenir leur engagement dans la durée, sans entraver le rythme soutenu du travail préparatoires aux rencontres.

- Karaoké

"Cette année encore, j'ai eu la chance de pouvoir proposer et animer en collaboration avec les membres, l'activité Karaoké au sein du Club Norwest. Celle-ci a lieu chaque premier mercredi du mois de 13h30 à 15h30. Certains membres viennent pour écouter les autres chanter, d'autres, pour le plaisir de pousser la chansonnette. Un de nos membres nous partage même ses propres compositions. Le Karaoké se déroule toujours dans une ambiance conviviale et festive." Laura De Greef.

6.2 Activités ponctuelles

- Visite des ateliers du Groot Eiland et celle de la ferme CourJette

Réalisées par deux membres de l'équipe ainsi que plusieurs membres intéressés ont permis de rencontrer une coach spécialisée en réinsertion socioprofessionnelle. Ces visites nous permettent de mieux nous rendre compte du but de ces associations et de pouvoir en faire la promotion au sein du Club. D'ailleurs un de nos membres a pu commencer un bénévolat grâce à cette rencontre. En voici son témoignage :

"Grâce aux rebondissements du Club Norwest, j'ai atterri aux ateliers du Groot Eiland. J' ai choisi Groot Eiland parce que je suis resté trop longtemps dans les médicaments. J'ai choisi le potager pour que je puisse m' ouvrir un peu mentalement et

physiquement car j'étais éteint. J'ai fait des efforts dans l'espoir de transpirer, maintenant je me sens un peu comme si j'étais au point de départ, comme une renaissance mentale et physique. Ça a lavé un peu mon esprit des angoisses, des soucis et de la fatigue qui étaient comme une poussière qui m'enveloppait.

A CourJette, je me suis familiarisé avec les plantes et les fleurs, j'étais en contact avec la terre. On a semé et cultivé des fruits et des légumes, maintenant j'attends que la saison recommence.

En fréquentant ce lieu, petit à petit, j'ai découvert des choses qui étaient cachées en moi. Les conseils des gens qui y travaillent nous permettent de découvrir les facettes cachées en nous et de mieux nous connaître. Je remercie beaucoup le Club Norwest pour faire découvrir aux gens et "éclaircir" leur avenir et oublier le passé." — Astar

- Participation au marathon mosaïque

Organisé par Art-mosaico et financé par la commune de Jette, une semaine intense en mosaïque. La fresque a été réalisée dans l'atelier d'Art-mosaico durant toute une semaine pour créer une fresque murale affichée dans le parc Roi Baudouin à Jette (+/- 17m²). L'atout de la participation à ce marathon a été la mixité du public présent lors de réalisation et l'ouverture à tout qui voulait mettre une pièce à l'édifice.



- La semaine de la santé mentale

Dans le cadre de la semaine de la santé mentale, un membre de l'équipe en binôme avec un membre du Club ont participé en live à l'émission "radio maritime" sur Radio Panik, émission intitulée "Quand le lien fait soin". Une semaine plus tôt, l'équipe de la radio était venue faire des prises de son lors du karaoké mensuel afin de réaliser une capsule sonore passée lors de l'émission pour rendre compte de l'ambiance du Club et du travail réalisé. L'émission a été suivie d'une réunion de réseau avec les différents participants pour débriefer et voir comment continuer ce travail de réseau nécessaire. Suite en 2022.

Également dans le cadre de cette semaine, Angélique, pair-aidante engagée au Club, a pu témoigner de son parcours de vie ainsi que de sa pratique de pair-aidante auprès de la maison de santé du Triangle en partenariat avec la chargée de projet d'En Route.

- Sorties culturelles

Suite à la demande des membres, nous avons organisé des sorties culturelles hors cadre du comité culturel décrit ci-dessus. Il y a notamment eu, une promenade découverte du bois du Laerbeek, une visite de la Grotte de Jette, une visite d'expo en lien avec le premier confinement à FIRM (espace temporaire d'art contemporain à Jette) ou encore la visite de l'exposition "Sur le fil" de Arlette Lories à la Galerie Vertige.

- Peinture collective

Suite à la visite de Babel'zin et à la participation à une peinture collective sur place, l'équipe a rencontré l'artiste plasticien qui y travaille. Échanges faisant, la proposition est faite d'organiser une peinture murale collective encadrée par cet artiste au sein du Club. non moins de 13 personnes y ont participé.



- Mise en place d'un atelier impro

Un atelier d'improvisation s'est déroulé sur 6 séances avec un groupe qui oscillait aux alentours de 8 personnes. Ceci a donné lieu à la réflexion autour de la mise en lien avec des troupes de théâtre existantes. Des contacts et visites ont été faites, notamment avec le troupe "L'appétit des indigestes".

"Ce que l'impro m'a apporté ? : le dépassement de soi. En effet, j'ai déjà fait de la scène en participant à des spectacles de danse, je n'ai aucun problème pour chanter au karaoké devant un public... mais me mettre dans la peau d'un personnage même devant 2 personnes me met très mal à l'aise. Alors Angélique et Clara (ex-stagiaire du Club) nous ont vraiment mis à l'aise et proposé des exercices plus surprenants les uns que les autres. Ça m'a détendue, amusée, divertie. Bravo les filles." Sandrine

- Marche pour la santé mentale

Du 20 juin au 10 juillet 2021, une grande marche pour la santé mentale s'est étendue sur 1000 km à travers la Wallonie et Bruxelles. Une journée de marche comprenait 4 étapes : 50km, 20km, 5km et 1km. Le Club fut représenté à chacune de ces étapes lors du parcours

Wavre-Bruxelles. La marche s'est clôturée par une exposition à l'hôpital Brugmann à laquelle plusieurs membres du Club ont contribué.



- Animation: l'histoire de la folie

Le Club a invité Christian Marchal (l'Autre "Lieu") à venir animer des ateliers et proposer des débats sur l'évolution historique de la folie depuis le Moyen-Âge, en visitant les ancêtres des lieux de lien d'aujourd'hui, en passant par l'expression artistique de chaque époque. Permettant une discussion avec les participants sur le regard que les gens ont sur la folie, encore aujourd'hui, sur les influences du passé sur notre manière de travailler au Club, d'apporter des pistes de réflexion sur comment accueillir la santé mentale, et développer l'intérêt artistique qui traite de l'expression de la folie... Projet initié lors des ateliers serait la visite du musée de l'art brut (Dubuffet) pour 2022.

7. Pair-aidance

Le Club a un lien très étroit avec la pair-aidance. Lien qui ne date pas d'hier. Des asbl de pairs font partie intégrante du projet depuis son tout début. Une pair-aidante de l'asbl En Route a fait des moments d'accueil au Club par le passé mais dû à des engagements ailleurs, elle n'a pas pu continuer. Nous voulions garder ce lien intact et avons donc décidé d'engager une pair-aidante dans notre équipe.

“Arrivée au Club, je me suis posée plusieurs questions quant à ma pratique de pair-aidance au sein d'un lieu de liens.

J'ai eu des entretiens avec des membres sur demande de leur part. J'ai été un peu perdue. Ou devrais- je m'arrêter dans l'écoute, quelle attitude et quel accompagnement devais je faire suite à ce que ceux-ci me déposaient. Quelles marges la philosophie et la dynamique du lieu de lien me donnaient ils? En effet, si au Club, rencontrer l'autre c'est aussi l'écouter quand il a une souffrance à déposer, un relais dans le réseau s'avère parfois nécessaire.

J'ai essayé au travers des ateliers que j'ai soutenu d'y transmettre en filigrane des notions de rétablissement, de dévoiler quand cela s'y prêtait des éléments de mon parcours de vie pour faire écho à ce que les membres me déposaient. Pour cela, le temps de trajet pour se rendre à la ferme, des moments de pause entre deux activités, ou encore des pauses-café ont été autant d'occasions pour moi pour rebondir en témoignant de façon naturelle et spontanée, en dédramatisant certaines choses par un “ moi aussi, j'éprouve ce genre de difficultés, ce n'est vraiment pas évident mais avec le temps et avec tel ou tel outils, j'arrive peu à peu à composer avec...

J'ai très vite senti que pour proposer ma pratique de la pair-aidance au sein du Club Norwest, je n'y arriverais pas toute seule. Tout au long de l'année j'ai donc cherché à étoffer ma réflexion auprès des autres pairs, en allant leur confronter le témoignage de ma pratique.” Angélique Mujari

Outre le travail d'ancrage de la pair-aidance et de sensibilisation au sein du Club, Angélique a eu fort à faire dans le réseau.

7.1: Participation aux cycle de rencontre pair-aidance et pratiques participatives

Ce cycle de conférences a été initié par le Smes en partenariat avec l' asbl En Route et le réseau Nomade. Ces rencontres ont rassemblé des pair-aidants, des professionnels ainsi que des usagers pour une multiplicité de regards sur la question de la pair-aidance. Quelle place pour le pair-aidant, quelle spécificité, quelle légitimité? Angélique y a apporté son regard de pair-aidante nourri de sa pratique au sein du Club Norwest.

7.2: Participation à une journée d'étude autour des enjeux de la pair-aidance organisée par l'AIGS

Un Service de santé mentale liégeois (Association Interrégionale de Guidance et de Santé) a organisé cette journée d'étude. En partenariat avec l'asbl En Route, Angélique est intervenue pour partager son expérience de pair-aidante au sein du Club Norwest.

7.3: Projet PAT

Rencontre et échanges avec le Projet PAT« peer and team support » du Smes qui accompagne les équipes qui franchissent le pas de la pair-aidance. Apport d'une pratique de pair-aidance au groupe de travail sur la professionnalisation de la pair-aidance.

7.4: Espace de co-construction entre pair-aidants

Mise en place (en cours) d'un espace de soutien au long cours des pair-aidants dans le réseau. Cet espace cible principalement les pairs- aidants travaillant dans les lieux de lien et ceux travaillant au sein des équipes mobiles afin de favoriser leur évidente complémentarité. Pour ce faire, des rencontres entre pairs-aidants de lieux de liens ont eu lieu afin de mettre sur table les besoins et les questionnements des uns et des autres et par de là, nourrir nos différentes pratiques. Il s'agit de trois lieux de liens (le Delta, le Circuit et le Club Norwest). Nous avons présenté ce projet lors d'une journée de cours de l'Umons auprès des pair-aidants en formation et le besoin d'une telle structure à suscité de l'enthousiasme. Nous avons également pris contact avec le lieu de lien de l'espace JV d'anderlecht et leurs pair-aidants nous rejoignent début 2022. En parallèle et en partenariat avec l'asbl "En Route", nous avons présenté ce projet d'espace de co-construction auprès de l'équipe mobile Tela pour mieux déterminer la place que pourrait prendre cet espace de co-construction auprès des équipes mobiles et de leurs pairs-aidants. Cette présentation auprès de Tela s'est échelonnée sur 4 rencontres et nous a permis de mieux cerner les besoins d'un pair-aidant en équipe mobile, leur complémentarité avec les pair-aidants des lieux de lien ainsi que l'apport que cet espace de co-construction pourrait amener au réseau.

7.5: Travail sur une échelle de rétablissement (projet en cours)

Un groupe avec différents profils (une étudiante en dernière année de master en psychologie de l' Ulg, deux chercheuses en neuro-psychologie de l'Ulg, 3 pair-aidants bénévoles dans l'hôpital du petit bourgogne sur Liège, une psychologue clinicienne de l'AIGS sur Liège, une pair-aidante du Club Norwest sur Bruxelles ainsi qu'un infirmier chef de la clinique sans soucis sur Bruxelles) a travaillé tout au long de l'année 2021 à l'élaboration d'une échelle de rétablissement en mobilisant l'expérience des pairs-aidants du groupe mais également la pratique de terrain des professionnels. Le but étant de produire une échelle avec une série non exhaustive de critères indispensables à l'amorce et au soutien d'un rétablissement.

7.6: Projet d'ouverture d'un dispensaire de l'hôpital Titeca

En partenariat avec l'asbl En Route, Le Club a pu témoigner de la pratique d'une pair-aidance dans un espace d'accueil à Titeca. Leur projet d'ouverture d'un espace d'accueil pour accompagner les sorties de séjour en hôpital et l'engagement d'un pair-aidant était en question lors de cette rencontre.

7.7: Les jeudis de l'hémicycle

Présentation de la pair-aidance au parlement francophone bruxellois par le Smes et En Route. Angélique y a présenté l'historique de la pair-aidance, l'état de la pratique dans ses généralités avec des apports de son expérience personnelle.

7.8: Journée d'étude projet Empower Youth organisée à la VUB

Dans le cadre d'une journée qui avait pour but de faire l'état des lieux de la participation sociétale des jeunes dans les quartiers les plus vulnérabilisés de Bruxelles, Angélique est intervenue pour partager son expérience de pair-aidance en lieu de lien dans le but d'établir des ponts avec le partage d'expérience que les grands frères de quartier transmettent aux plus jeunes au sein de structures qui articulent cette dynamique.

8. Réseau

Le réseau est un point indissociable du Club, il en est à l'origine. Outre les liens qui unissent déjà le Club à diverses institutions en terme d'accueil, de personnel détaché ou de visites avec des patients, outre les liens dans le réseau autour des différentes activités, outre les liens autour de la pair-aidance, nous nous sommes ancrés dans le réseau Bruxellois à divers niveaux:

8.1 Rencontres dans le réseau Norwest

- Réunion des coordinations de l'asbl: Chapeauté par la directrice de l'asbl Norwest, Pascale Deridder, les coordinations du réseau, de Mobiwest et du Club se réunissent chaque deux semaine pour une meilleure articulation entre les différents projets.
- SSM Nouveau centre Primavera: Dans le cadre du projet Mobilité du plan de relance, une rencontre a été organisée avec l'équipe chargée de ce projet au sein du Service de Santé Mentale "Le nouveau centre Primavera". Cette rencontre a permis à chacun d'expliquer son projet en vue de pouvoir collaborer à l'avenir. En effet, les deux structures collaborent déjà, sont proches géographiquement et peuvent bien s'accorder.
- Groupe de travail fonction 3 régional et local: Le coordinateur du Club (Niels Osselaer), est représentant de la fonction 3 au sein du conseil d'administration. La participation au groupe régional et l'organisation d'un groupe local lui sont donc revenus.
Au niveau du groupe régional, les rencontres se sont tenues en visio conférence à raison d'une fois toutes les 6 semaines jusqu'en mai 2021. La thématique prédominante est la remise à l'emploi.
Au niveau local, le groupe a eu peine à redémarrer avec quelques échanges par mail. Les travailleurs qui participent dans le nord-ouest préfèrent que cela se fasse en présentiel et les mesures COVID ne nous ont pas permis de nous rencontrer.
- Rencontre restojet : le resto social de Jette est un lieu nécessaire pour plusieurs de nos membres, si bien qu'il était pour nous, une évidence d'aller les rencontrer. Visite grâce à laquelle nous avons découvert qu'il s'agit bien plus qu'un restaurant mais d'un accueil de jour qui propose des activités en journée ainsi que l'accès gratuit à des douches sur place... Informations utiles à faire passer !
- Matinée speed-networking réseau: Plusieurs membres de l'équipe ont participé à une matinée de speed networking organisée par le réseau Norwest. Cette rencontre avait pour but de créer de l'interconnaissance et de la visibilité pour les institutions du réseau.

8.2 Rencontres d'équipe

- Prisme: L'équipe du SPAD Prisme est venue se présenter lors d'une réunion d'équipe. Cela faisait suite à une demande conjointe des deux équipes de rencontrer les nouvelles recrues de chaque côté.
- Nous avons organisé une rencontre avec *Pascal Keyaerts*, en vue d'une *formation à l'écoute et à l'accueil* ainsi qu'à l' *accompagnement de l'équipe* dans son travail de réflexion de fond.
- Le Comité culturel "Culture en vie": Le Club a rejoint le comité culturel organisé à Jette. Y prennent part, le Resto-Jet, la Clinique Sans-Souci, le centre culturel l'Armillaire , la troupe de théâtre "les pourquoi pas nous?" et Article 27.

"Je m'occupe de l'article 27 depuis quelques années. On se réunit tous les premiers mercredis du mois pour décider des sorties que l'on décide d'organiser, cela consiste à choisir des spectacles de pièces de théâtre et des expositions. Ensuite je les propose au Club Norwest et cela pour la modique somme de 1.25 euros. Pour moi c'est une joie de voir les membres participer aux spectacles et aux expositions."
Myriam

- Entretien de réseau entre l'équipe mobile Maya (qui suit une de nos membres) dans le but de pouvoir faire le point sur le lieu d'accueil en journée qui pourrait le mieux lui convenir.

8.3 Rencontres autres

- Participation au groupe "rencontre thématique" regroupant les coordinations de divers lieux de lien et chapeauté par la Ligue Bruxelloise pour la Santé Mentale. Plusieurs rencontres ont déjà eu lieu en 2021 et vont continuer en 2022. Le Club a accueilli une des rencontres en son sein. L'idée étant à la fois de partager autour de thématiques communes ; de se rencontrer et faire réseau, de rencontrer le lieux à proprement parler, mais aussi de pouvoir parler d'une même voix.
- Participation à une étude sur les Lieux de liens.⁵
- Participation au groupe de travail "Etats généraux" organisés par la LBSM.
- La coordination du Club a rencontré les équipes du Delta et espace JV courant du mois de mars avant leur ouverture. L'idée était de rencontrer les futurs lieux de lien en création mais également de se dire qu'il ne faut pas réinventer l'eau chaude. Des échanges autour des bonnes pratiques de ce qui se faisait déjà au Club Norwest et des idées des projets à venir pour les autres lieux ont pu se discuter lors de ses rencontres.

5

<https://feditobxl.be/site/wp-content/uploads/2021/06/Lieux-de-liens-Etude-dappui-062021.pdf>

- Une matinée d'échange entre la coordination du Club et un binôme de l'équipe de Bruzzel a eu lieu cette année. La promotion de la première ligne et les échanges liés à celle-ci sont très importants. Le Club se retrouve régulièrement confronté à un public éloigné du soin ou en détresse.
- Article 27: Fin 2021, la bonne nouvelle est tombée, une possibilité de partenariat avec Article 27 se profile. Deux moments de rencontre ont eu lieu pour mettre en place une convention en 2022.
- Mise en place du partenariat avec OEP Vadrouille: Lors de notre visite des *ateliers du Groot Eiland* s'est joint *Circuit*, le nouveau lieu de lien de relié au *SSM Antonin Artaud*. Ce moment de rencontre a permis de tisser de nouveaux liens et de découvrir qu'il existait à Bruxelles un collectif "Oep Vadrouille" qui a pour vocation l'offre partagée d'activités réunissant communautés néerlandophones et francophones en santé mentale communautaire. Ce projet inclut *Dag Centrumhuis*; *Den Ternling*; *Uilenspiegel*; *Antonin Artaud*; *Circuit*; *Pianoktail*; *Le Code* et depuis peu le *Club Norwest*. Ces différents partenaires mettent à disposition des locaux éventuellement, donnent une visibilité aux programmes de chaque lieu et surtout proposent un agenda de sorties communes (culturelles, de balades...). Nous pensons judicieux de collaborer activement à ce type d'initiative qui décroïssonne, travaille au plus près la question du lien social, offrant des occasions multiples aux bénéficiaires des différents réseaux et communautés linguistiques de se rencontrer. Des réunions mensuelles se mettent en place pour soutenir ce projet et le binôme Angélique et Pascale y participent pour le Club.
- Sensibilisation d'une classe de futures aides-familiales de l'école Ernest Richard. En partenariat avec le SPAD "prisme" et l'IHP "entre autres", des séances de sensibilisation aux problématiques de santé mentale ont été menées auprès d'élèves de sixième années secondaire. Le but de ces interventions étant que ces futurs aides-familiales se sentent moins désarmés lorsqu'ils seront confrontés à des personnes issues de la santé mentale au cours de leur pratiques professionnelles notamment par une meilleure connaissance du réseau de la santé mentale afin de pouvoir adéquatement le solliciter en cas de besoin.
- Dans une dynamique de partage d'expérience, le Club Norwest et le Club André Baillon à Liège se sont rencontrés. Le Club liégeois entreprend la démarche d'ouvrir un lieu de lien. Nous y avons questionné nos diverses pratiques ainsi que les modalités de présence de pair-aidants dans un lieu de lien.
- Un guide de sensibilisation et d'information à destination du grand public sur les questions autour de la santé mentale: Dans le cadre d'un projet coordonné par Rézone, en partenariat avec le Smes, Télé Accueil et le Centre de Prévention du Suicide avec pour objectif de produire un module de formation et d'autre part un guide de sensibilisation et d'information à destination du grand public sur les

questions autour de la santé mentale, le Club a accueilli Hülya, porteuse du projet, lors de notre réunion d'équipe. Hülya a pu être orientée vers le groupe de parole funambule qui se réunit dans les locaux du Club ainsi que vers un partenaire du réseau (Primavera) afin qu'elle puisse y recueillir des récits.

- La mise en place d'un "inter lieu de lien" avec le soutien de la LBSM. L'agrandissement de l'équipe au mois de mars 2021 a permis également d'initier une série de rencontres avec différents intervenants en santé mentale communautaire mais aussi avec nos nouveaux collègues des liens de liens impulsés par le plan de relance Covid. Ces premiers échanges, riches en questions et ébauche de réflexions collectives, nous ont amenés à un constat. Celui de la nécessité de créer un lieu d'intervision spécifique à ces pratiques, espace au sein duquel les questions diverses que nous rencontrons puissent se déposer, s'élaborer. Certains partenariats se sont spontanément constitués par le simple fait que des liens préexistaient entre les professionnels ou que l'implantation géographique les y incitent. Ces mini réseaux "informels" sont précieux car ils permettent de répondre beaucoup plus rapidement et efficacement aux demandes multiples et variées des bénéficiaires. Toutefois, il nous a semblé pertinent d'offrir la possibilité que des collaborations puissent aussi naître entre des professionnels qui ne se rencontrent habituellement pas et qui partagent pourtant une pratique commune. Le désir de décroisonner et de s'enrichir mutuellement par le croisement de nos regards sur certaines problématiques est au cœur de notre projet de mise en place de l'intervision.

Nous avons ainsi initié dès septembre un partenariat avec Eve Englebert, porteuse de projets à la ligue et qui travaille par ailleurs à l'édition d'une brochure reprenant une quinzaine d'asbl, collectifs qui ont en commun d'offrir des espaces communautaires à bas seuil d'exigence; Club Norwest; Babel'zin; Macadam; Espace JV; Club 55; Sème qui peut; la Mass; l'Autre lieu; le Pianoktail; Circuit; le Delta; Den teirling; Espace 51; Vivra verra; Coin des cerises, la Trace. Cette liste n'est bien entendue pas exhaustive.

9. Groupes de parole

Le Club accueille plusieurs groupes de parole au sein de ses locaux. Bien que le Club ne soit pas à l'initiative de ces groupes, il en permet la mise en place via une mise à disposition de locaux. Cela permet aux participants de ces groupes de découvrir le Club et aux membres du Club de faciliter l'accès à un de ces groupes de parole. En tant que lieu basé sur la participation et sur l'empouvoirement des personnes, les groupes de parole et le soutien entre pairs ont toute leur place dans la vie du Club.

9.1 Le Funambule⁶

Il s'agit d'une association par et pour les personnes souffrant de bi-polarité. Ils se réunissent chaque premier mardi du mois.

9.2 Le REV⁷

Réseau des entendeurs de voix, se réunit 2 fois par mois. Groupe à destination de personnes entendeuses de voix ou toute personne qui se questionne autour de ce phénomène.

9.3 L'Anatole⁸

Groupe à destination de parents dont les enfants souffrent de phobie scolaire. Le groupe s'est dans un premier temps réuni en distanciel puis a repris les chemins du présentiel en cours d'année.

9.4 Kaffee Similes

Organisé par Similes Brussel et à destination de proches de personnes souffrant d'un trouble psychique. Ce groupe se réunit une fois par mois et fonctionne avec des thématiques annoncées préalablement, souvent soutenues par un/e invité/e expert/e dans cette thématique.

9.5 Similes bruxelles

Est le pendant francophone de l'association œuvrant pour les proches. Ils ont également un rendez-vous mensuel au Club. Un nouveau projet est en construction pour 2022.

9.6 Groupe de psycho-éducation du Funambule

Pour la première fois, le Funambule se lance dans un module de psycho-éducation autour de la bi-polarité. Le Club a été ravi d'accueillir ce groupe en cours d'année.

9.7 Intervision psychologues de première ligne

Le Club a également prêté un local pour la supervision des psychologues de première ligne issus du nord-ouest.

⁶ <https://www.bipolarite.org/>

⁷ <https://www.rev-belgium.org/>

⁸ <http://www.lanatole.be/>

10. Stagiaires et étudiants

Comme chaque année, le Club a accueilli divers stagiaires au cours de l'année. Certains stages ont cette fois été pris en charge par les travailleurs du Club, et d'autres, toujours sous supervision d'un psychologue clinicien (Jean-Marc Priels - Clinique Sans souci - Nouveau centre Primavera).

Il est important pour l'équipe de Club d'accueillir des professionnels du social santé en formation pour leur montrer ce lieu atypique et sa manière de fonctionner. L'accueil d'étudiants et la considération de futurs professionnels a été très utile au Club, lui ont permis de rester ouvert 5 jours semaine. Lorsque l'équipe officielle est composée d'un 1/2 temps et d'un 3/4 il n'est pas toujours possible de faire les permanences. Les stagiaires étaient donc mis à contribution. Courant 2021, les choses ont quelque peu changé avec l'engagement du personnel propre au Club, mais l'accueil des stagiaires reste inchangé.

10.1 Stagiaires

- Stage pair aidant: Pour la première fois cette année, le Club a accueilli un stagiaire qui suivait la formation de Pair-aidance à l'Umons. Ce stage était concomitant avec l'arrivée dans l'équipe d'une pair-aidante.
- Stages psycho: Cette année encore nous avons accueilli 4 stagiaires en psychologie clinique, supervisés par un psychologue extérieur, et une stagiaire en formation d'assistant en psycho. Dans un premier temps, l'équipe du Club n'avait pas de psychologues licenciés dans l'équipe, il nous était donc impossible d'encadrer les stages (d'où la proposition d'avoir une supervision externe). Ce maître de stage travaille dans d'autres structures où il propose aux stagiaires de venir voir, mais il facilite aussi plusieurs groupes de paroles auxquels les étudiants ont donc accès. Des moments d'intervision par l'équipe du Club sont également mis en place pour parler du quotidien du Club.

“Le Club est une découverte tant personnelle que professionnelle, une maison où les échanges, le plaisir, la créativité au travers des activités font partie intégrante du processus de rétablissement de la personne est une approche intéressante et éloignée des tests psychologiques ou des évaluations thérapeutiques. Le Club accepte volontiers les stagiaires et est désireux de partager les expériences dans le cadre de leur apprentissage. Ma position est claire au sein du Club et auprès des usagers, je suis présentée comme étant la nouvelle stagiaire assistante en psychologie qui est là pour partager et échanger dans le respect des règles inhérentes au Club. Je fais donc partie intégrante de cette équipe au même titre que les bénévoles. Une mise en confiance totale et une reconnaissance de mes acquis et de mes capacités de discernement. Une réelle satisfaction pour le développement de ma confiance en moi et de la gestion de ma timidité.

Dans un esprit de participation et d'intégration, je contribue au développement d'une communauté qui soutient le développement du pouvoir d'agir de ses membres notamment via des moments d'accueil au sein même du Club.

Cette nouvelle équipe m'a permis de m'exprimer sur différents projets et d'en conceptualiser certains. Une satisfaction personnelle concernant le bon déroulement

de l'activité qui me conforte d'avoir trouvé ma place au sein de la communauté des usagers ainsi que de l'équipe en place.

La création d'une équipe pluridisciplinaire, réunissant des personnes avec des regards différents, des avis différents, des expériences variées permet une plus grande créativité et un développement des activités et de projets au sein du Club ou en collaboration avec d'autres instances. Des idées innovantes pourront facilement émaner de chaque réunion, car la capacité créative de l'équipe est beaucoup plus importante quand elle est multidisciplinaire. Cela permet aussi aux stagiaires de se sentir encadré et de pouvoir s'exprimer notamment lors de divers échanges." Alana Verhoeven (stagiaire au Club)

10.2 Rencontre d'étudiants

Au cours de l'année, il y a eu plusieurs sollicitations d'écoles et d'étudiants pour des rencontres. Nous avons rencontré (comme depuis plusieurs années) des étudiants de l'ULB en formation de "Santé communautaire". Cette année la rencontre c'est faite de manière virtuelle. Le but de la rencontre est de présenter le fonctionnement du Club et de susciter des questions en lien avec la théorie.

Plusieurs autres rencontres avec des étudiants en psychologie, assistants sociaux et éducateurs ont eu lieu au cours de l'année. Pour certains, il s'agit de comprendre le fonctionnement du Club, pour d'autres il s'agit d'une contribution au travail de fin d'étude ou un mémoire. Nous restons disponibles pour les étudiants, il est important de participer activement à leur formation de futurs professionnels.

11. Témoignages

"Ça me fait plaisir de venir au Club parce que j' aime bien les gens ici et quand je vois les gens ça me fait plaisir.

Ça me fait plaisir quand on regarde les films pour "Un autre regard" c'était bien qu'après je parlais avec vous.

J'ai participé au "Groupe émotion" et ça m'a fait plaisir car je parlais avec les autres.

J' aime bien venir au Norwest, venir boire un café et voir les gens, j' aime bien les gens ici je n'aime pas aller ailleurs.

J'aime venir car j'aime l'accueil des gens et Olivia fait bien le café.

J'ai bien aimé aller au parc avec Olivia et les autres quand il faisait beau.

J'ai aimé aussi faire le sapin de Noël et les décorations avec Laura, Niels et Alana.

J'aime bien parler avec les gens ici, dire bonjour et au revoir, être gentil et poli avec les gens, je suis gentille avec les autres et ils sont gentils avec moi et cela me fait plaisir.

J'aime bien dessiner aussi et écouter les chansons italiennes, jouer aux jeux comme le Rummikub, avec l'équipe et avec les autres membres, j'aime aussi aller au jardin avec les autres pour papoter un peu: ça fait du bien.

Je suis contente aussi de mon travail du vendredi: chaque vendredi à 15h45 je travaille, je désinfecte la table et je donne un coup de main à l'équipe pour la fermeture, parfois j'aide à faire la vaisselle et un jour j'aimerais devenir bénévole et ouvrir la porte.

J'ai bien aimé aussi fêter Noël au Club avec les autres, j'ai fait cin-cin et j'ai mangé le cake avec les chips mais j'ai pas aimé le pamplemousse, mais j'ai aimé quand même et mon coeur a été touché. Le Club m'apporte du bonheur, de la chaleur, du mouvement. Quand je suis au Club je suis calme et pas nerveuse, je peux venir au Club à n'importe quel moment de la journée pour boire un café ou du thé ou des "fruisanes", bref j'aime bien m'amuser et rigoler avec tout le monde quand je suis au Club." Hermine

"Ce qui m'a frappé la toute première fois que je rentre au norwest ; c'est le jardin, enfin le petit morceau de terrain vague. Comme jardinier professionnel j'ai directement trouvé mon activité: créer un beau petit jardin.

J'ai alors commencé à tout bêcher, ensuite rendre les mottes fines et nivelées. Pour dessiner une figure en faisant une petite bordure.

En bêchant j'ai trouvé enfin dans le sol, quelques dalles en béton. Ceci j'ai employé pour faire un petit passage vers le compost.

Pour terminer j'ai semé la pelouse et planté quelques fleurs de culture privée.

Durant l'année, je l'ai entretenu et par conséquent, tous les membres pouvaient profiter d'un petit jardinet fleuri et agréable.

Ce travail m'a donné beaucoup de satisfaction. Travailler la terre est pour moi très relaxant. Je faisais aussi connaissance avec les membres du Norwest. Ils venaient voir l'évolution de mon travail et me poser des questions. Aussi ils me demandaient des conseils pour chez eux. La création d'un jardin est un peu la signature de mes connaissances pour transmettre à d'autres personnes. Si les autres sont contents, c'est la meilleure récompense pour moi. "
Christian



“Novembre 2012. Mon corps me lâche littéralement. Dépression nerveuse mélancolique. La plus grave. Celle où on a juste envie - passez-moi l'expression - de crever. 2 fois 6 électrochocs, hospitalisation, etc ...

Alors comme un vote, j'ai décidé de me mettre aux mots fléchés et au scrabble. Je quitte l'hôpital et quelques mois après, je découvre le norwest. C'est la révélation. Une famille. Des amis. Des jeux. Des ateliers. Et le scrabble. Quand j'ai l'impression que mon cerveau fonctionne au ralenti, c'est la solution. Alors cela fait maintenant 2,3 ans que, presque tous les jours, je viens faire mon scrabble au Norwest, mon abri, mon ami, mon chasse-souci.”
Sandrine.

“J'étais si mal et déprimée que je me suis dit pourquoi pas aller au Club Norwest pour voir du monde. Au début j'ai eu un peu peur de venir et puis je me suis décidée. Je suis venue et il y avait du karaoké et ça m'a fait un bien fou. Jamais je n'avais fait de karaoké auparavant. J'ai trouvé une ambiance si chaleureuse et ça fait tant d'années que je m'étais enfermée dans ma bulle sans voir du monde. Depuis 2013 j'ai une dépression et je m'étais enfermée chez moi. J'étais si triste du passé mal vécu et après ça je vois un psychiatre tous les mois depuis 2013. Par la suite, j'ai eu mal dans tout le corps des douleurs musculaires et on a découvert que j'ai une fibromyalgie. C'est douleurs musculaires au niveau du corps. J'ai été durant une année à l'hôpital clinique de la douleur. Je vois beaucoup de médecins. C'est une maladie qui reste à vie et au début je pensais que j'allais guérir mais mes douleurs sont persistantes, tous les jours. Je me suis dit de voir du monde que ça me ferait du bien, que ça me ferait moins penser à mes douleurs. J'ai poussé la porte du Club Norwest.”
Touria

“Je suis arrivé au Nord Ouest par l'intermédiaire de l'asbl Entre Autres, une asbl qui me loge et reçoit mon loyer chaque mois. Je me suis souvenu, voici bien des années, cet établissement serait un restaurant et à présent, au lieu de servir à boire et à manger à des clients plus ou moins “argentés”, il sert d'autres clients grâce à un personnel formé et assez bien soudé. En quelques années, les activités se sont mises en place, et en ce qui me concerne, je sors de chaque atelier d'écriture, la tête en...?”
Richard

“Pour moi, le norwest, c’est la vie, l’amitié, la rigolade, la sincérité. Mais c’est surtout un lieu où je peux être moi-même. Je m’y rends tous les jours environ pour mon petit scrabble matinal. Je trouve toujours un compagnon de jeu et je m’évade pendant une heure. Je pratique aussi beaucoup les mots fléchés et leur résolution m’apporte beaucoup pour le scrabble, ce qui donne des parties captivantes. Ce que j’apprécie aussi fortement est la présence de thérapeutes auxquels on peut s’adresser de 10 à 16h, du lundi au vendredi. Je me rappelle d’une fois où Olivia m’a tirée d’embarras en m’écoutant 15 minutes, 15 petites minutes. Merci.” Sandrine

“Je laisse les blancs commencer. J’ai trop confiance en moi et mes petites bêtes. Allez mon pion, sacrifie toi pour mon peuple. On décide de commencer gentiment, on est sûre de les dominer. Mais bon ils ont peur de te toucher, ils savent à quoi s’attendre ces crétins. Mon petit pion, je te laisse tous les dominer, tu feras le travail tout seul. Allez champion, ils sont trop nuls ! Zut j’ai besoin d’un coup de main. Ok, les cavaliers, attaquez ! Imprévisibles nous attaquons par derrière et plus de cavaliers pour eux. On ne risque plus d’être pris en L. Notre petit pion était mort dès le premier round. Allez mes cavaliers continuez d’attaquer tout seul. Non aidez-moi, on ne fera pas une deuxième fois la même erreur d’attaquer tout seul. C’est un travail de coopération. Ok Dame manipule les avec ton côté émotionnel en les rabaissant et en séduisant le Roi pour le faire tomber. Dame est morte, redoublons d’effort. Nous avons perdu l’atout déplacement illimité. Il est l’heure de faire sortir les tours. Allez mes grandes bêtes, tournez autour de l’échiquier et jouez leur de mauvais tours. C’est l’heure de faire tomber ce faible roi qui malgré tout dirige tout un peuple. Saperlipopette, mon Roi est pris, c’est à cause de mes tours, vous nous avez abandonnés.” Récit d’un jeu d’échec au Norwest; Azeddine

“Quand je vais au Norwest et que je suis à l’ouest, les bénévoles et les travailleurs me remettent à l’est et alors je fais des prouesses. Je me sens comme dans une assiette sur laquelle on y dépose les restes. Les restes ok, mais des restes d’une ? très grandes. Quand je vais au Norwest, quand je me déteste, heureusement les travailleurs me laissent le temps de me réapprivoiser, de me reconnecter avec le moment présent, de m’écouter. Quand on est au Norwest on ne fait pas la sieste, les activités fusionnent et foisonnent quand je suis au Norwest, j’y reste. “ Sophie.

“Premier contact avec le Club ce jour, beaucoup d’informations, de visages, de prénoms. Une réunion et l’impression qu’il s’y passe toujours quelque chose, à la fois dans l’organisation et à la fois dans le “on verra bien comment ça se passera”. Tentée de participer, peur de ne pas être à la hauteur. Une convivialité, des groupes, les habitudes des uns des autres qui me rendent timide. Ne rien heurter, ni personne dans les rituels qui semblent installés. Bref, une découverte, à voir si je serai admise au sein de ces groupes plus ou moins formels.” Isabelle.

“Lorsque j’ai réintégré mon appartement, du personnel des maisons hospitalières de la clinique sans soucis là où j’avais séjourné un certain temps, m’ont vivement conseillé d’éviter l’isolement et l’ennui. Étant donné que je suis invalide, je suis aussi conscient de cette situation à risque. Donc elles m’ont conseillé d’aller voir si l’endroit Norwest pouvait me correspondre tout en me disant qu’il ne s’agissait pas d’un centre de jour où l’on doit passer par un long processus de liste d’attente et que je suis libre d’aller et venir à la fréquence qui me convient.

C’est un point très positif. Cela m’a permis de jauger si ça pouvait me convenir sans avoir de conditions à tenir ou contrariantes.

Depuis, je viens soit épisodiquement et parfois régulièrement.

Ici je peux avoir un espace où je peux soit débattre de l’actualité, de la vie, la société etc... mais aussi aborder la santé mentale librement sans devoir être dans un espace spécialement prévu pour en parler, je veux dire que ces débats sont spontanés donc forcément bien plus riches et sincères étant donné qu’ils sont spontanés.

L’endroit est cossus; on peut profiter d’espaces différents et être en intimité comme il peut être parfois « familial » il y a des opportunités tel que les articles 27, il y a un espace de cuisine où on peut improviser un plat par exemple – et certaines activités qui ont la particularités d’être organisées par des personnes qui fréquentent le lieux, il y a aussi des murs où des oeuvres peuvent être accrochées tels que des photos dessins etc... et cela me convient.” Jean-Luc

12. Perspectives

Les perspectives pour l'année 2022 sont vastes et multiples. Faites de beaux projets mais également de craintes.

Ces dernières concernent la pérennisation du subside octroyé dans le cadre du plan de relance, qui court jusqu'en octobre 2022. Après cela, nous n'avons aucune perspective pour l'équipe des "salariés". Comme décrit dans l'introduction de ce rapport d'activité, il est angoissant pour des travailleurs d'être dans une incertitude contractuelle, et la question "Dois-je chercher autre chose?" a déjà été posée. Comment s'investir dans le Club, dans une équipe, dans des activités et des projets qui dépassent parfois la durée de l'octroi des subventions, comment penser la continuité du lien et des "soins"? Cette zone grise n'est pas que dans l'esprit de l'équipe (bénévoles y compris!) mais également des membres. Le travail autour de ce rapport d'activité en témoigne. Des réunions autour de cette pérennisation seront organisées avec comme concrétisation une journée avec les parlementaires lors d'un "Jeudi de l'hémicycle".

Cela ne nous empêche pas de prévoir de belles collaborations pour l'avenir.

En plus de la continuité des activités existantes, un membre de l'équipe va être formé par un mosaïste afin de monter un atelier propre au Club. La demande de ce type d'activité à caractère artistique est en effet importante.

Par ailleurs, nous sommes en création d'un partenariat avec Article 27 afin que le Club devienne prestataire social, bénéficiant de ses propres articles. Un comité culturel interne est en gestation et aura pour vocation d'organiser des sorties culturelles, articulées à l'occasion au comité "culture en vie" dans lequel le Club reste activement impliqué.

Au niveau de l'accueil, de nouvelles collaborations sont déjà concrétisées pour la nouvelle année, le service de santé mentale "D'ici et d'ailleurs" détachera du personnel 2 fois par mois, et nous espérons en nouer d'autres.

L'inter lieu de lien, a lui aussi pris forme et débute concrètement son travail début 2022.

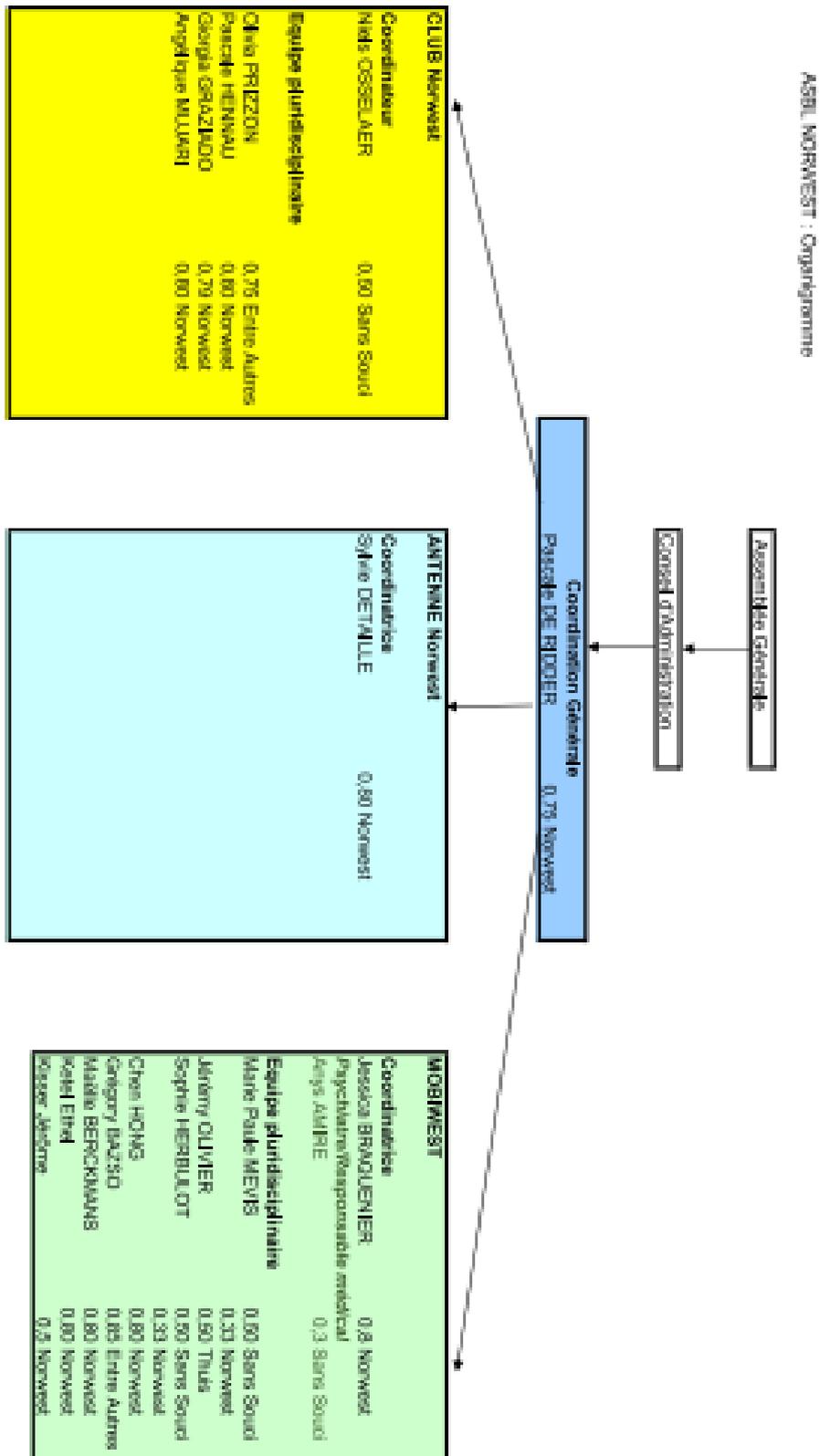
Au printemps, comme en 2018, le Club accueillera le Parcours d'Artistes de Jette. Cet événement permet de mixer le public du Club avec le grand public. Y seront accueillis, des artistes membres du Club, mais aussi des artistes totalement extérieurs. En plus d'être une belle vitrine pour le Club et les artistes, ce projet oeuvre activement à promouvoir la déstigmatisation.

En ce qui concerne les liens avec les CPAS, la coordination sociale de Jette est toujours à l'arrêt. Nous avons décidé de prendre des contacts avec les autres coordinations sociales du Nord-Ouest afin de concrétiser des rencontres en 2022.

Enfin, il nous tient à cœur de soutenir le vœu émis par plusieurs membres, à savoir engager le Club Norwest dans une réflexion sur son empreinte écologique, orienter ses achats vers le commerce équitable, soutenir les commerces de proximité.

13. Annexes

Annexe 1:



Annexe 2:

ASBL NORWEST : charte

(version approuvée par le CA du 23.11.2015)

L'association Norwest est un espace de concertation où professionnels, usagers et proches sont partenaires et développent en synergie des projets, des pratiques innovantes et des outils « vers de meilleurs soins et un plus grand bien être en santé mentale ». Le projet phare est la réalisation d'un réseau de soins de santé mentale dans la zone nord-ouest de la Région de Bruxelles-Capitale.

Le réseau NORWEST rassemble des acteurs issus d'horizons différents qui, tous, de manière directe ou indirecte, participent au rétablissement de personnes sujettes à une vulnérabilité psychique particulière, et ce, par la création de liens, de passerelles entre les citoyens, les familles, les dispositifs de soins, l'associatif et les institutions.

Les partenaires de l'A.S.B.L. Norwest se mobilisent et s'engagent à promouvoir le maintien des personnes au sein de leur environnement et de leur tissu social par la mise en place de parcours de soins personnalisés et ce à partir de valeurs communes :

- La reconnaissance de chacun comme acteur de sa propre vie et comme citoyen dans la société ;
- L'humanité et la solidarité ;
- Le respect mutuel ;
- La bienveillance ;
- L'empathie ;
- L'engagement et le professionnalisme ;
- La confidentialité.

Pour accompagner les citoyens en souffrance psychique, à (re-) trouver une place valorisante au sein de la communauté et une vie riche de sens, les partenaires de Norwest adhèrent aux principes suivants :

- Une vision émancipatrice des usagers qui dirigent leur trajet de soins. Les partenaires favorisent la prise de conscience des propres forces de la personne, pour qu'elle puisse prendre en main son propre rétablissement et installer et maintenir le contrôle sur sa propre vie (empowerment) ;
- Un modèle de compétences complémentaires et partagées

Les usagers et les proches deviennent experts dans la vie avec une souffrance psychique et dans la recherche d'aide. Les professionnels sont experts dans la proposition d'aide pour des troubles psychiques. Les pairs aidants, porteurs d'espoir, sont experts de leurs stratégies de rétablissement.

Les référents de trajets de soins (case-managers) sont experts dans la connaissance et l'accompagnement à travers l'offre en santé mentale.

- Le partage de leur vision de la santé mentale et des troubles psychiques.
- La relation de confiance entre l'utilisateur et le professionnel est la pierre angulaire des soins en santé mentale. Le lien qui est développé avec un professionnel est une valeur importante pour les usagers et mérite une attention particulière lors de la réalisation du projet de soin individuel (du trajet de soin individuel).
- La continuité des soins. Les relais entre différents types de soins seront réalisés sans rupture de continuité et en concertation avec tous les acteurs possibles : cela sous-entend communication, harmonisation et collaboration.
- Accessibilité de soins. Les soins doivent être accessibles à tous, visibles dans le tissu sociétal et non stigmatisants.

En partant de cette vision commune, les partenaires du réseau Norwest s'engagent à œuvrer ensemble, et en concertation avec d'autres réseaux, pour des meilleurs soins de santé mentale et pour une meilleure qualité de vie des citoyens avec une vulnérabilité psychique dans la communauté.