


RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

**Plate-forme Proches**  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

**As'trame**  
Fribourg

---

## Petit déjeuner de la promotion de la santé


**Grandir avec un parent qui souffre de fragilité psychique  
et/ou d'addiction:**

▶ **quels soutiens pour les enfants et/ou adolescents·es  
concernés·es ?**


<p><b>Plateforme Proche du RFSM</b> Sabine Corzani, resp. Service social et de la Plateforme Proche du RFSM Thierry Gutknecht, assistant social et intervenant BAOBAB</p>	<p><b>As'trame Fribourg / Office familial</b> Monica Loup et Catherine Stalder Kunetka, intervenantes As'trame Chantal Valenzuela-Schwaller, directrice Office familial</p>
---	---

18 juin 2021


*avec le soutien de*




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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




Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

**Plate-forme Proches**  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

**As'trame**  
Fribourg

---

## AU PROGRAMME

**Introduction**  
Accueil et introduction par Madame la Conseillère d'Etat Anne-Claude Demierre  
Présentation des intervenant-e-s du jour

**Eléments introductifs**

**Lorsque la fragilité psychique et/ou l'addiction chamboule la vie de famille**


- Que peuvent vivre les parents? par les partenaires du RFSM
- Que peuvent vivre les enfants? par les partenaires de l'Office familial/As'trame

**Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es**


- Présentation de l'offre Baobab (RFSM)
- Présentation de l'offre Zig Zag (Office familial / As'trame)

**Echanges dès 9h45**


*avec le soutien de*




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe




Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



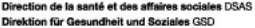
Asotrame  
Fribourg

## Eléments introductifs


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Eléments introductifs

### QU'EST-CE QU'UN TROUBLE PSYCHIQUE?

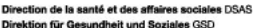
SOURCE : AFRC

- Un **trouble psychique** est la conséquence d'une perturbation cognitive, émotionnelle et/ou comportementale affectant la santé mentale
- Il s'accompagne d'un sentiment de **souffrance** et entraîne une **modification du vécu**


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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




Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



- Le trouble psychique s'exprime de différentes façons (anxiété, dépression, manie, symptômes positifs ou négatifs, désorganisation, troubles du traitement de l'information, trouble de la communication, troubles cognitifs, addictions, etc.)
- Le regroupement de certaines de ces manifestations permet de définir des catégories diagnostiques selon deux outils de classification des troubles psychiques (CIM-10 et DSM-V)


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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


Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



QU'EST-CE QU'UNE ADDICTION?  
SOURCE : GREA

- Le concept d'**addiction** traduit un comportement de consommation et le contexte dans lequel il se déroule ( $\neq$  focus sur le produit)
- Une addiction est une perte de l'autonomie d'une personne par rapport à un produit ou à un comportement. Elle se caractérise par 2 dimensions, à savoir la **souffrance** vécue par la personne concernée et un **changement significatif** dans son rapport au monde


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera




- Elles affectent la fonctionnalité au quotidien (ses relations à l'autre, ses activités sociales, son travail, parentalité, etc.)
- Les maladies psychiques et les addictions sont largement répandues
  - Baer&Cahn, 2009 : entre 32 et 48% de la population souffre au moins une fois dans sa vie d'une maladie psychique
  - Par rapport à l'alcool : on estime qu'en Suisse, 4.5% de la population de plus de 15 ans souffre de dépendance à l'alcool et 5.1% est sujette à la consommation chronique


avec le soutien de



- Les événements critiques représentent un défi pour notre santé mentale (notamment l'agrandissement de la famille)
- Pourtant la question de la parentalité reste souvent un domaine peu abordé avec nos clients dans nos offres générales
- Les données scientifiques soulignent que les enfants de parents fragiles psychologiquement ou souffrant d'addiction ont plus de risques de développer des troubles psychiques ou addiction durant leur vie

avec le soutien de






**Forts de ces constats :**

- ➔ Le **RFSM** souhaite agir précocement et préventivement auprès des enfants concernés pour réduire les risques (**BAOBAB**) et en même temps favorise les questions de parents au sein de notre dispositif de soins (Groupe Parentalité)
- ➔ L'**Office Familial / As'trame Fribourg** apporte son aide et soutien aux enfants concernés (**ZIG-ZAG**) en complément de leurs larges offres déjà disponibles


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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


Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Développer des offres pour les enfants et/ou les adolescents·es**

- Historique As'trame et expériences
- Développement de concepts de soutien au sein de nos deux institutions
- Mise en lien par le Service de la Santé publique
- Approches complémentaires
- Objectif commun


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe




Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



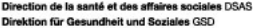
Asotrame  
Fribourg

## Lorsque la fragilité psychique et/ou l'addiction chamboule une famille


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg




Asotrame  
Fribourg

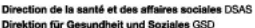
## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des parents, quelques éléments**
  - Préambule:
    - des éléments qui ne concernent pas  
nécessairement toutes les familles dont un parent  
est touché dans sa santé psychique
    - certains éléments qui concernent également des  
familles non touchées par la fragilité psychique


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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


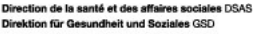




Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



**Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille**


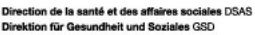

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique : le vécu des parents, quelques éléments**
  - a) des sentiments parfois prégnants et déstabilisants, comme par exemple l'inquiétude, la culpabilité ou la honte
  - b) des questionnements à leur tour prégnants : « qu'est-ce qu'être un « bon parent » et un « parent normal », qu'est-ce qu'une « famille normale » ? »
  - c) un besoin de reconnaissance dans son rôle de parent et des difficultés que ce rôle implique

avec le soutien de  ETAT DE FRIBOURG STAAT FREIBURG  Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD  Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera




**Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille**

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique : le vécu des parents, quelques éléments**
  - d) risque de catégorisation et stigmatisation du parent, de la famille et de l'enfant
  - e) des incertitudes qui fragilisent et un sentiment d'impuissance par rapport à des situations qui peuvent se répéter
  - f) un rapport fragilisé au temps, à l'espace et à la relation


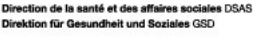

avec le soutien de  ETAT DE FRIBOURG STAAT FREIBURG  Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD  Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera






**Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille**


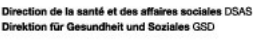

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique : le vécu des parents, quelques éléments**
  - g) un risque de se refermer sur soi ou sur sa famille
  - h) une distribution des rôles et des responsabilités familiales en considération des fragilités et ressources des deux parents
  - i) le trouble psychique comme défi supplémentaire dans la construction du couple parental
  - j) une interrogation sur la manière d'aborder la maladie avec les enfants : à quel moment, comment, quels mots, quelles limites, avec quel soutien ?

avec le soutien de  ETAT DE FRIBOURG STAAT FREIBURG  Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD  Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera




**Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille**

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique : le vécu des parents, quelques éléments**
  - j) l'importance de la confiance et du lien avec ses enfants, notamment après une crise qui peut parfois donner une autre image du parent affecté, mais aussi des deux parents
  - k) l'aide que l'on peut obtenir auprès de proches et de professionnel.le.s, avec les craintes que cela peut engendrer

avec le soutien de  ETAT DE FRIBOURG STAAT FREIBURG  Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD  Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera





RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



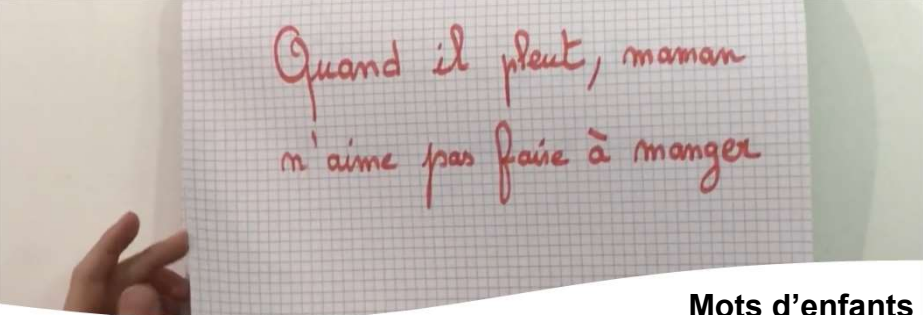
Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg

## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille


- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**



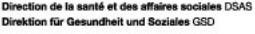
Quand il pleut, maman  
m'aime pas faire à manger

### Mots d'enfants


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

Maman est folle, on n'y peut rien.  
Mais ce qui nous console, c'est qu'elle nous aime bien.  
Quand elle s'envole, on lui tient la main,  
Comme un ballon frivole, au gré du vent qui vient.  
Tais-toi, Léopold, surtout ne dis rien  
Les gens dans leur cache-col n'y comprendraient  
rien.


Quand maman rigole, on oublie qu'on a faim,  
Que c'est heure de l'école, qu'on a peur des voisins  
Elle est notre idole, on en a le cœur plein.  
Faut pas qu'on nous la vole, ou qu'on l'emène au loin.  
Tais-toi, Léopold, surtout ne dis rien  
Les gens dans leur cache-col n'y comprendraient  
rien.

Maman est folle, on n'y peut rien,  
Mais je veux pas qu'on la vole et qu'on l'emène au  
loin.

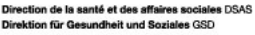
"Maman est folle"

William Sheller – 1991


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

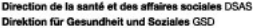
**Du ZIG ZAG dans.....**

- une alternance de périodes où « ça va », où l'enfant se sent en sécurité et des périodes compliquées: un sentiment d'insécurité concret ou diffus


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

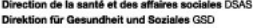
**Du ZIG ZAG dans.....**

- une imprévisibilité au quotidien: ex. sautes d'humeur, hyper sensibilité du parent au bruit, épuisement de l'autre parent, structuration de la journée, etc


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

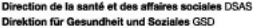
**Du ZIG ZAG dans.....**

- les relations avec les proches: entre rapprochement et tensions/rupture (ex. avec les grands-parents, l'enseignant, etc.)
- les représentations de la maladie très différentes des uns et des autres


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

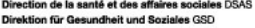
**Du ZIG ZAG dans.....**

- un chaos émotionnel: tristesse, abandon, colère, anxiété, culpabilité, honte, ambivalence, solitude, impuissance, etc.


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

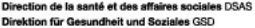
**Du ZIG ZAG dans.....**

- une inquiétude pour le parent avec une fragilité psychique... et pour l'autre parent: comportements réparateurs
- un sentiment d'impuissance à aider, à sauver le parent, à cacher le problème


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

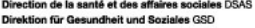
**Du ZIG ZAG dans.....**

- un sentiment d'incohérence, d'être perdu dans le lien à une personne dont les pensées s'agitent, perdent le lien à la réalité: comportements de sur-adaptation


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

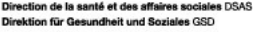
**Du ZIG ZAG dans.....**

- mise en doute de ses propres perceptions,  
particularité de l'invisibilité des fragilités psychiques,  
difficulté de la personne à reconnaître sa propre  
maladie


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Lorsque la fragilité psychique chamboule une famille

- **Lorsqu'un parent est atteint dans sa santé psychique :  
le vécu des enfants**

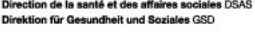
**Du ZIG ZAG dans.....**

- les finances, l'emploi, les assurances: la précarisation  
de la famille


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT



Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg

Des prestations novatrices  
au sein de notre canton pour  
soutenir les enfants et adolescents-es

avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg




Asotrame  
Fribourg

Des prestations novatrices au sein de notre canton  
pour soutenir les enfants et adolescents-es

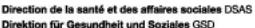
**Baobab**  
Cadre général

- Programme d'intervention précoce auprès d'enfants dès 5 ans vivant avec un parent atteint dans sa santé psychique
- Public cible = groupe considéré comme «à risque»
- Intervention à visée préventive – promotionnelle de la santé
- S'inscrit dans les prestations proposées par la Plate-forme de soutien des proches du RFSM


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

### Baobab

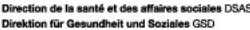
#### Objectifs généraux

- En collaboration avec les parents, offrir à l'enfant un espace qui lui appartienne
- Favoriser des espaces de dialogue dans les familles autour de la santé mentale
- Renforcer des facteurs de protection pour le développement de l'enfant (notamment par la psycho-éducation)
- Insuffler un relais vers les réseaux de soutien (primaires et/ou secondaires)


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg




Asotrame  
Fribourg

## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

### Baobab


#### Objectifs spécifiques

- Approche psycho-éducative, émotionnelle et stratégique autour de 4 axes :

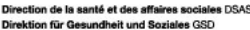


INFORMER      FORMER      EXPRIMER      ELABORER  
DES STRATEGIES


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG




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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera






**Des prestations novatrices au sein de notre canton  
pour soutenir les enfants et adolescents-es**

**Baobab**  
Processus

- Une intervention pour l'enfant et/ou la fratrie
- Un programme sur mesure grâce à un jeu de cartes
- Des séances avec les parents, des séances avec le ou les enfants, des séances en famille (P – E – E – E – E – F)


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera




**Des prestations novatrices au sein de notre canton  
pour soutenir les enfants et adolescents-es**

**Baobab**  
Concrètement....

- pourquoi « Baobab » ?
- un lieu qui doit être une opportunité
- le moment jeu : « nous préparer aux choses sérieuses »


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera




**Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es**

**Baobab**  
Concrètement....

- les cartes à thèmes comme porte d'entrée : partir de là où le jeune décide de partir, le suivre et l'accompagner
- guider dans la recherche de compréhension, de connaissance, de réponses, de validation, d'appropriation, d'acceptation, d'instauration de limites.
- confiance et sentiment de maîtrise


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera




**Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es**

**Zig Zag**  
Objectifs du soutien/ suivi

- Accompagner les enfants et/ou adolescents-es dans leur vécu et ressentis liés au «Zig Zag» qu'implique dans leur vie la fragilité psychique de leur parent
- Renforcer et développer des ressources pour vivre et grandir en lien avec ce vécu familial


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



As'trame  
Fribourg


## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

### Zig Zag

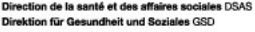
Un concept-clef à As'trame: le parcours de reliance

- En 7 étapes, structuré, cohérent et progressif:
- Travail en amont avec les parents et/ou le réseau
- 5 séances avec l'enfant (en individuel, fratrie ou groupe)
- 1 entretien-carrefour avec les parents et/ou le réseau


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg




As'trame  
Fribourg

## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es


### Zig Zag

Un concept-clef à As'trame: le parcours de reliance

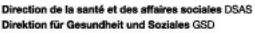


```
graph LR; A[Entretien préalable] --> B[Histoire]; B --> C[Emotions]; C --> D[Estime de soi]; D --> E[Intégration]; E --> F[Ressources]; F --> G[Bilan];
```


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

RESEAU FRIBOURGEOIS DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe

Asotrame  
Fribourg



### Apprivoiser les émotions et leurs ambivalences

avec le soutien de

ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

RESEAU FRIBOURGEOIS DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe

Asotrame  
Fribourg

### Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

#### Zig Zag



avec le soutien de

ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG


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

Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

 RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

 Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe

 Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

 Asotrame  
Fribourg

## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

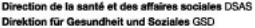
### Zig Zag

L'**externalisation** comme outil de soutien  
L'**approche narrative** comme fil conducteur

- *Favoriser la résilience:*
  - dans les actions
  - dans les pensées
  - dans les émotions

avec le soutien de

 ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

 Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

 RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

 Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe

 Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

 Asotrame  
Fribourg

## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

### Zig Zag



avec le soutien de

 ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

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

 Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera

RESEAU FRIBOURGEOIS DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Office familial Freiburg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe

Asotrame  
Fribourg

## Des prestations novatrices au sein de notre canton pour soutenir les enfants et adolescents-es

### Zig Zag

L'arbre comme support au processus



RESEAU FRIBOURGEOIS DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT


Office familial Freiburg  
Paar- und Familienberatung Freiburg

Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe

Asotrame  
Fribourg







RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe




Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



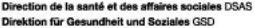
Asotrame  
Fribourg

Le vécu de l'enfant dépend de la situation  
mais aussi et surtout,  
du regard posé sur cette situation...


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe




Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



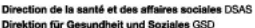
Asotrame  
Fribourg

Échanges & questions


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG




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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera





RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



As'trame  
Fribourg


Plate-forme Proches du RFSM  
+41 26 305 78 00  
[pfp@rfsm.ch](mailto:pfp@rfsm.ch)  
[Lien vers Site internet PFP français](#)  
[Lien vers site Inernet PFP allemand](#)

Office familial / As'trame Fribourg  
+41 26 322 10 14  
[astramefribourg@officefamilial.ch](mailto:astramefribourg@officefamilial.ch)  
[www.officefamilial.ch](http://www.officefamilial.ch)

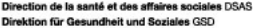
Soutiens ZIG ZAG dans toute la  
Suisse romande:  
<https://www.astrame.ch/zigzag.html>

**N'hésitez pas à nous contacter !**  
**merci**


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg




As'trame  
Fribourg

**Grandir avec un parent qui souffre de fragilité psychique  
et/ou d'addiction:**  
► **Soutenir les facteurs protecteurs**

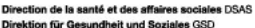
Exemples:

- Reconnaître les ressentis et offrir des pistes sur comment y répondre
- Accompagner la parentalité
- Donner accès à des personnes de confiance, à des repères, de sécurité
- Offrir des « messages de développement »: ce n'est pas de ta faute, tu n'es pas seul, les adultes s'occupent de ton parent, tu as le droit d'en parler


avec le soutien de




ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



RÉSEAU FRIBOURGEOIS  
DE SANTÉ MENTALE  
FREIBURGER NETZWERK  
FÜR PSYCHISCHE GESUNDHEIT






Plate-forme Proches  
Angehörigenhilfe



Office familial Fribourg  
Paar- und Familienberatung Freiburg



Asotrame  
Fribourg


## Grandir avec un parent qui souffre de fragilité psychique et/ou d'addiction:

► Soutenir les facteurs protecteurs

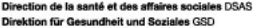
Exemples:

- Soutenir l'estime de soi et le sentiment d'être capable
- Favoriser les ressources de l'enfant: liens, activités, etc.
- "Mettre l'enfant en congé" de la prise en charge de la souffrance de son parent
- Informer sur la maladie, sur la prise en charge du parent, avec des mots de son âge
- Etc.


avec le soutien de



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG



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



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera