

N° 134 /// Mars-avril 2020

Diagonales

Magazine romand de la santé mentale



Corps et esprit,
inséparables



graap

fondation
groupe d'accueil et
d'action psychiatrique

4 Dossier

Corps et psyché, une subtile alchimie

Nous avons souvent tendance à oublier notre corps, trop occupés par nos pensées. Il est pourtant un ami fidèle qui nous permet d'être en résonance avec le monde.

12 Sous la loupe

- **Dépressions résistantes: de nouvelles molécules**

De l'espoir pour venir à bout des rechutes dépressives qu'aucun traitement ne parvient à soigner.

- **Les enfants face aux écrans: des dangers réels?**

Comment faire face aux écrans qui se multiplient, pour les enfants qui en sont très friands?

14 Eclairage

Le sucre, une nouvelle drogue?15 4^e Biennale de l'Art brut**Art brut: le «théâtre de l'univers»**

16 Rétablissement

Vivre pleinement sa vie avec un trouble durable

18 Vie des associations

«L'Expérience» fête ses 20 ans

20 Société

L'accès à la santé des personnes LGBTIQ

22 Chronique

Les médecins: de la honte à l'acceptation

Agenda

23 Activités et coordonnées

des membres de la Coraasp

24 Agenda du Graap-Fondation

**LE CORPS A SES RAISONS**

Ce véhicule terrestre nous guide toute une vie. Il est à la base de notre rapport au monde. Notre corps nous envoie des messages en permanence sous forme de stimuli. Dans des formes extrêmes, ces processus peuvent nous conduire vers l'extase ou nous faire sombrer dans la douleur. De meilleur allié, le corps peut malheureusement devenir notre pire ennemi.

Notre physique et notre psychisme sont ainsi très étroitement liés et s'influencent directement. La pensée dominante dans l'Antiquité ne les différenciait pas. Des siècles de séparation conceptuelle du corps et de l'esprit s'ensuivront. Tout d'abord avec la religion pour laquelle le spirituel, immortel, prédomine sur le corporel, périssable. Le cartésianisme, le scientisme et d'autres courants de pensée prendront le relais. Cette dualité aboutit à la séparation des spécialisations médicales et à l'apparition de la psychiatrie, indépendante.

Un état de fait qui interroge sur les soins liés à la santé mentale, tout comme leurs conceptualisations et leurs modalités. Le 31^e Congrès du Graap-Fondation abordera en mai ces questions sous le titre «Physique, psychique, inséparables» (programme en page 5). Dans ce numéro de «Diagonales», nous vous proposons des thématiques abordant cette dualité, comme la médecine holistique chinoise, la psycho-kinésiologie, l'addiction au sport ou l'art du tatouage. Car inscrire un dessin éternel sur le corps et dans l'esprit est une démarche très puissante. Elle procure des bienfaits psychiques aussi réels qu'insoupçonnés.

Laurent Donzel

FORMATION CONTINUE**Graap-Fondation****«Le physique et le bien-être»**

- **L'équilibre alimentaire au quotidien**
Mercredi 25 mars 2020
14 h - 16 h
- **Découvrir la ville à travers le regard du photographe**
Jeudi 30 avril 2020
ou jeudi 1^{er} octobre 2020,
13 h 30 - 16 h 30
- **Balade avec un cheval**
Mercredi 19 août 2020
13 h 30 - 16 h
- **La biodanza, musique, mouvement, partage**
Mardis 8, 22 septembre
et 6 octobre 2020
14 h - 16 h
- **Gagner en mobilité devant son bureau**
Mercredi 4 novembre 2020
14 h - 16 h

Inscriptions: tél. 021 643 16 00,
formation-continue@graap.ch.

GRAAP-ASSOCIATION**Assemblées régionales**

Partage et discussions

- Lausanne, Borde 27 bis, 17 h 15
2 mars, 6 avril, 4 mai 2020
- Nyon, La Berge, 16 h 30
10 mars, 7 avril, 12 mai 2020
- Yverdon, La Roselière, 15 h
16 mars, 20 avril, 18 mai 2020
- Vevey, La Cour, 16 h 45
24 mars, 28 avril, 26 mai 2020

RÉFLEXION

Vous avez eu une expérience avec la police en tant que personne en difficulté ou en tant que proche?

Venez partager ce qui a été aidant ou au contraire blessant pour vous.

Jeudi 26 mars 2020, 10h - 12h

Borde 25 bis, bibliothèque, Lausanne. Si vous préférez, vous pouvez nous faire parvenir votre témoignage par écrit ou oralement jusqu'au 10 avril. Nous aurons ensuite une rencontre en avril avec la police de Lausanne.

Tél. 021 643 16 12. Marie Israël,
marie.israel@graap.ch.