



Rapport d'activités

Promotion de la santé
mentale à Genève

2021



minds

Promotion de
la santé mentale
Genève

Mot du président	p. 1
Le comité / L'équipe	p. 2
Le conseil scientifique	p. 3
Les dossiers de minds	p. 4
minds talks	p. 6
Le podcast	p. 8
Les infographies	p. 10
Le blog de minds	p. 11
minds lab	p. 12
L'Observatoire	p. 14
La communauté minds	p. 16
Perspectives 2022	p. 18
Bilan financier	p. 19
Compte de résultat	p. 20
Rapport de l'organe de contrôle	p. 21
Remerciements	p. 22

Mot du président

Deuxième année marquée par la pandémie, 2021 a éprouvé notre santé mentale. Les restrictions dues aux mesures sanitaires perturbaient nos habitudes, nos activités et les occasions de se côtoyer. Tout ce qui concourt, au quotidien, à préserver notre équilibre semblait mis entre parenthèses et particulièrement les liens sociaux.

minds a consacré un dossier complet à leur importance intitulé «Les autres, c'est fantastique!». Il détaille les différents bienfaits des relations humaines qu'elles soient familiales, amicales ou simplement de voisinage. Il montre aussi que si «les autres» sont une ressource pour notre bien-être psychique, chacun et chacune d'entre nous est également un soutien potentiel pour son entourage. L'interdépendance est essentielle et l'alternance de rôles à assumer est naturelle.

Les cercles d'écoute développés en partenariat avec La Main Tendue concrétisent parfaitement ce besoin d'échange. Ils offrent un espace confidentiel pour, tour à tour, partager et écouter sans jugement ni même volonté de conseiller.

Entre absence et retrouvailles, les liens entre les personnes ont donc été un thème majeur de 2021. Mais minds a donné d'autres éclairages sur la santé mentale aux travers des dossiers, des talks, des minds labs, des podcasts et l'activité de l'Observatoire, que ce rapport détaille.

Toutes ces réalisations sont le résultat du travail et de la créativité d'une équipe engagée. Elle structure, tout au long de l'année, le champ encore nouveau de la promotion la santé mentale.

Ce rapport est enfin l'occasion de remercier les membres de minds et les partenaires, les membres du comité et du conseil scientifique, ainsi que les financeurs qui rendent possibles le développement présent et futur de l'association.

Bonne lecture.



Fabien Bertrand
Président par intérim

Le comité

Le comité est l'organe directeur de minds. En 2021 il est composé de :



- **Mélanie Arditi**
Présidente, membre fondatrice
- **Yann Boggio**
Vice-président, membre fondateur
- **Florian Kettenacker**
- **Fabien Bertrand**
- **Nathalie Mino Montes**
- **Helena Casazza**
- **Katia Schenkel**

L'équipe

L'équipe de minds met en œuvre les activités de l'association. En 2021, elle est composée de :



- **Anne-Marie Trabichet**
Directrice à 80%
- **Marie Torres**
Chargée de communication à 70%
- **Andrea Pereira**
Responsable scientifique à 50%
- **Caroline Dubath**
Assistante de recherche à 40%
- **Rachel Dudouit**
En mission PPE+
- **Jasmine Délèze**
Stagiaire universitaire pour l'Observatoire
- **Mélanie Rufi**
Stagiaire universitaire pour les Dossiers de minds
- **Marie Reynard**
Stagiaire universitaire pour les Dossiers de minds

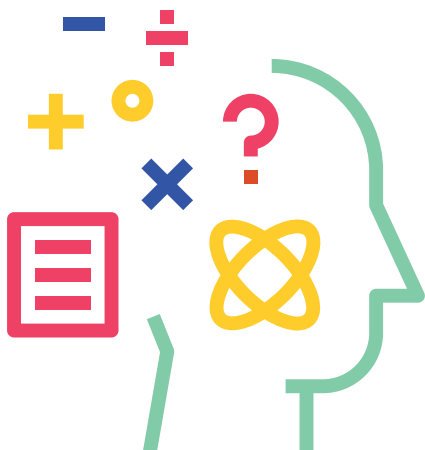
Le conseil scientifique

Le conseil scientifique de minds est un organe consultatif composé d'expert.e.s de différents domaines liés à la promotion de la santé mentale. Sa mission est d'accompagner minds dans la poursuite de ses buts.

En 2021, le conseil scientifique s'est réuni une fois en octobre.

Il est composé de :

- **Dr Stéphane Bernard**
Médecin responsable de la consultation pour étudiants, HUG
- **Prof. Claudine Burton-Jeangros**
Sociologue de la santé, Unige
- **Prof. Olivier Desrichard**
Psychologue social, Unige
- **Dr Anne Edan**
Médecin psychiatre responsable de Malatavie Unité de crise pour adolescents, HUG
- **Andrea Eheretsmann**
Paire praticienne en santé mentale et rétablissement, HUG et EPI
- **Myriam Nnadi**
Conseillère en santé publique, direction générale de la santé, Canton de Genève
- **Dr Natacha Premand**
Médecin psychiatre, HUG
- **Nicolas Roguet**
Délégué à l'intégration, Bureau de l'intégration des étrangers, Canton de Genève
- **Dr Jen Wang**
Médecin épidémiologiste en santé publique



Les dossiers de minds

Les dossiers de minds sont des campagnes de sensibilisation pour informer et ouvrir le débat sur tout ce qui influence notre santé mentale. Ils sont accompagnés d'un talk en lien avec la thématique, pour se rencontrer et poursuivre le débat de vive voix.

2

**dossiers de minds
en 2021**

minds
les dossiers 



« Dès le départ! »

**Pourquoi les premières années de la vie sont-elles si déterminantes ?
La santé mentale, ça commence quand ?**

C'est une interaction complexe de facteurs et d'événements qui nous permet de grandir et de nous épanouir tout au long de la vie. Mais le tout début, ces premiers jours, mois et années que sont la petite enfance, représentent une étape fondatrice pour notre santé mentale. Comprendre, prévenir, encourager, agir, dès le départ, c'est influencer de manière décisive sur l'avenir d'un.e enfant et mettre toutes les chances de son côté !

« Les autres, c'est fantastique ! »

Pourquoi sommes-nous beaucoup plus heureux.ses ensemble ? Comment nos relations sociales agissent-elles sur notre santé mentale ? La santé mentale, c'est les autres ?

Les êtres humains sont profondément interdépendants : les liens sociaux, d'entraide, et de solidarité que nous créons tout au long de la vie sont indispensables à notre bien-être et nous permettent de fonctionner en tant que société. Ces liens sont un formidable moteur d'espoir et un facteur déterminant majeur de notre santé mentale. C'est le super pouvoir des relations humaines.

-
- 2 dossiers web qui permettent de s'informer, se questionner et s'exprimer
 - 2 infographies inédites
 - 3 épisodes du podcast de minds « C'est pas que dans la tête ! »
 - liens vers des articles, des vidéos, des livres, des podcasts, pour continuer à s'informer
 - 2 quiz pour tester ses connaissances
 - liens vers les partenaires genevois concernés pour orienter vers les bonnes ressources
 - 1 talk en partenariat avec Espace A dans le cadre du dossier « Dès le départ ! »
 - 1 talk reporté à 2022 en raison de la pandémie
-



Avec les dossiers de minds, nous souhaitons rendre accessibles au plus grand nombre des thématiques essentielles de la santé mentale, grâce à des contenus vulgarisés, interactifs et faciles à lire. Chaque nouveau dossier fait donc l'objet d'une communication appuyée via tous les canaux de diffusion de minds. Au total, les pages des dossiers ont généré plus de 35% du trafic total du site internet passant de 5'835 pages vues en 2020 à 18'350 en 2021, soit plus du triple.

minds talks

Les minds talks sont des événements publics organisés en partenariat avec d'autres acteurs genevois pour questionner ce qui fait une population en bonne santé mentale et provoquer la rencontre de celles et ceux qui y contribuent.

minds talk #05

« Oser s'attacher - grandir en famille d'accueil ou en foyer ».
Talk en juin 2021 dans le cadre du dossier « Dès le départ ! » consacré à l'importance des premières années de la vie pour la santé mentale.

En partenariat avec Espace A, une association qui soutient et accompagne les personnes concernées par l'adoption, les familles d'accueil ainsi que les personnes concernées par l'infertilité et les traitements de procréation médicalement assistée.

Environ 35 personnes présentes sur place et une diffusion en direct sur Facebook Live réunissant une quinzaine de personnes supplémentaires depuis chez elles.

2 intervenant.e.s inspirant.e.s:

- **Mireille Chervaz**, présidente de l'association Port d'attache, ancienne cheffe du service d'autorisation et de surveillance des lieux de placement
- **Michel Stalder**, psychothérapeute de famille et formateur en psychothérapie familiale





Lors de ce talk, les participant.e.s et intervenant.e.s ont lancé plusieurs appels afin d'améliorer l'accompagnement des enfants genevois vivant en famille d'accueil ou en foyer, et de mieux soutenir familles, éducateurs et éducatrices.

- Sur Genève, il y a actuellement un manque de familles d'accueil pour des adolescent.e.s
- Le soutien aux familles d'accueil et aux enfants pourrait être amélioré de la part des institutions concernées
- Les éducateurs et éducatrices en foyer souhaiteraient bénéficier de formations pour apprendre à s'attacher, puis à se quitter
- Pour mieux partager les besoins et les solutions, il faut se mettre en contact et encourager la coopération entre tous les acteurs et actrices.



Merci au restaurant un R de Famille de la fondation 022 Familles de nous avoir accueilli.e.s.

EN PARTENARIAT AVEC

ESPACE À

Le podcast

« C'est pas que dans la tête ! »

« C'est pas que dans la tête ! »

Des témoignages qui parlent de vous, de l'intime au collectif.

Le podcast de **minds** fait résonner la parole d'individus pour faire le lien entre le psychologique et le **sociétal**.

3 épisodes en 2021 :

- **« Les mêmes chances que n'importe qui »** : Hafize a grandi en foyer d'accueil. Il nous fait découvrir sa constellation de liens d'attachements, d'amour et d'amitié. Des repères qui l'accompagnent depuis son enfance et encore aujourd'hui alors qu'il est devenu père.
- **« J'ai besoin d'aide ! »** : Lorsque Jennifer se sépare du père de ses filles, elle est enceinte de la deuxième. Une période extrêmement difficile de sa vie qu'elle va surmonter, et dont elle va sortir grandie, grâce aux soutien et mille petits gestes de ses proches à qui elle a osé demander de l'aide.



minds
podcast



Les même chances que n'importe qui



J'ai besoin d'aide



Ma mère, la schizophrénie, et moi

- **« Ma mère, la schizophrénie, et moi »** : Sarah raconte comment elle a vécu, enfant, la schizophrénie de sa maman, et comment elle la vit aujourd'hui en tant qu'adulte et maman à son tour. Un parcours de vie où la souffrance, les manques, la joie et l'espoir cohabitent de manière bouleversante.

EPISODE EN PARTENARIAT AVEC



Un service du Bureau Central d'Aide Sociale qui soutient les enfants et les jeunes dont un parent souffre psychologiquement.

**1'164 écoutes
du podcast**
au 31.12.2021



Lancé en 2020, le podcast de minds a connu une forte progression en 2021. Les épisodes ont été écoutés 1164 fois sur l'ensemble des plateformes d'écoute usuelles.

- 48.5% Les même chances que n'importe qui
- 12.8% « Juste » Maman
- 10.5% Au rythme de l'incertitude
- 7.5% Une nouvelle maison
- 15.5% Ma mère, la schizophrénie, et moi
- 5.2% J'ai besoin d'aide

Les infographies



Les infographies de minds comptent parmi les pages les plus fréquentées du site.

Les infographies de minds font le point sur les facteurs déterminants clés de notre santé mentale : chiffres, états des lieux, explications, synthèses, graphiques et visuels.

Tout ce qu'il faut retenir sur une même page avec du contenu référencé et validé scientifiquement, à destination du grand public.

Sommes-nous
seul.es
responsables
de notre santé
mentale ?



2
infographies
publiées
en 2021

Le blog de minds

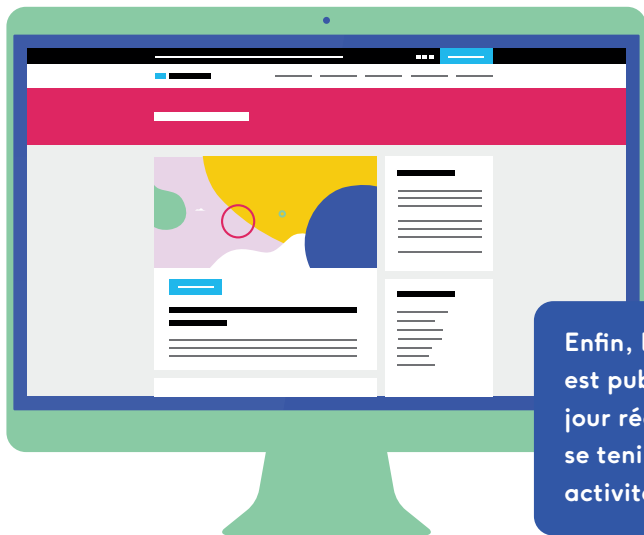
Tout au long de l'année le blog de minds met en avant les sujets qui font l'actualité de la santé mentale : covid 19, crise climatique, réseaux sociaux, journée mondiale de la santé mentale, etc.

Le blog de minds permet aussi d'approfondir les thématiques abordées dans les dossiers ou lors des talks avec des articles de fond, parfois co-écrits avec des expert.e.s.



23

articles et actualités ont été publiés dans le blog de minds, en 2021.



Enfin, l'actualité de minds est publiée et mise à jour régulièrement, pour se tenir au courant des activités de l'association.

minds lab



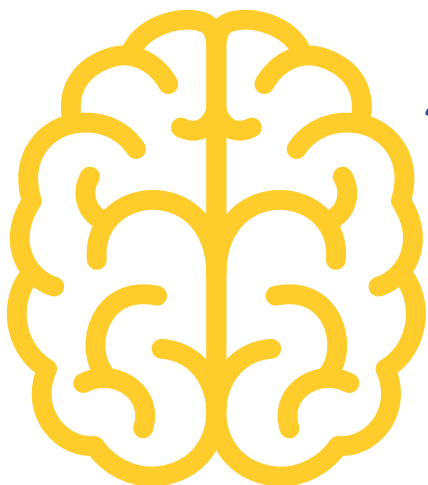
Le *minds lab* est une initiative pour identifier, valoriser et mettre en lien les actions et les personnes qui participent, de près ou de loin, au maintien de la bonne santé mentale à Genève. Il s'agit d'occasions de travail collaboratif pour agir de manière collective sur les facteurs qui influencent la santé mentale de la population.

En 2021, le minds lab s'est concentré sur le projet des cercles d'écoute en partenariat avec La Main Tendue Genève.

 cercle d'écoute

.....
www.cercledecoute.ch

L'Observatoire



**Comprendre
et améliorer
la santé
mentale de
la population
genevoise**

.....

PROJET DÉMARRÉ EN 2020

**L'Observatoire de
minds est un centre de
compétence en matière
de promotion de la santé
mentale. Il veille à la
validité scientifique de
toutes les activités de
minds, mène des projets de
recherche scientifique, et
soutient les initiatives qui
participent à promouvoir la
santé mentale à Genève et
en Suisse romande.**

Ce projet de recherche vise à comprendre l'état de santé mentale de la population genevoise et ses déterminants, afin d'identifier les comportements efficaces de promotion de la santé mentale et les facteurs qui les influencent.

- Recherche de littérature sur les comportement promoteurs d'une bonne santé mentale
- Enquête quantitative sur les comportements promoteurs de santé mentale
 - 355 participant.e.s
 - Analyse des données récoltées
- Recherche de littérature sur la littérature en santé mentale

- Etude pilote pour valider une échelle mesurant la littératie en santé mentale
 - 105 participant.e.s
- 3 communes genevoises participantes: Carouge, Grand-Saconnex, Lancy



Sur demande, minds intervient pour partager sa vision de la promotion de la santé mentale et diffuser ses connaissances:

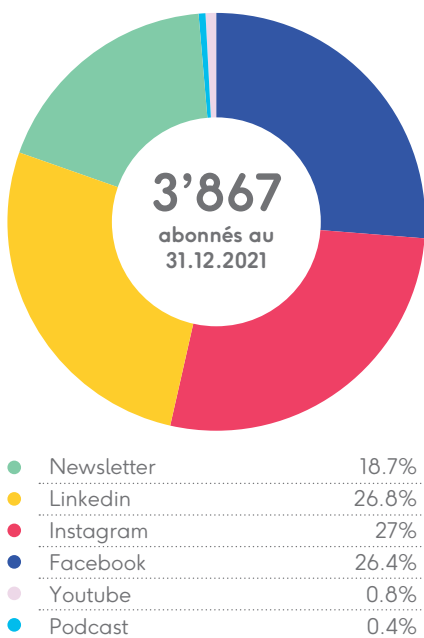
- Cours "Champs d'application" en Master de Psychologie, FPSE, Université de Genève
- Cours "Collecte de fonds" au CAS Gestion et management dans les organisations non lucratives
- Table ronde "santé mentale: jeunes et COVID" lors de l'Assemblée Générale de Glaj
- Tables rondes autour du jeu Queer Cube lors du festival SpielAct' avec Dialogai
- Intervention auprès du personnel soignant dans une journée de prévention à l'EMS Val Fleury
- Conférence et table ronde "Santé et social" dans le cadre du Mois de l'Innovation sociale et ouverte (MISO) Hospice général
- Table ronde "La santé mentale de la communauté LGBTQIA+" au week-end des fiertés, Geneva Pride
- Présentation lors de la rencontre des associations et département de psychiatrie, HUG
- Table ronde « La santé mentale des étudiant.e.s », Le Courrier
- Atelier "Santé mentale et vulnérabilité familiale" avec le Dr Manuel Tettamanti lors du colloque de l'Office cantonal de l'inspection des relations du travail (OCIRT) "La santé au travail face aux défis contemporains: l'exemple du COVID-19"
- Membre du conseil scientifique de la campagne romande santépsys
- Membre du groupe d'experts de la campagne Santé gaie de Dialogai

La communauté minds



Réseaux sociaux et newsletter

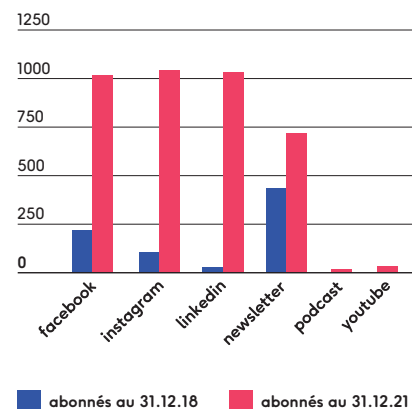
Avec plus de 3'800 abonné.e.s tous canaux confondus, la communauté de minds a gagné plus de 1'000 followers en une année, soit une augmentation de **plus de 35% par rapport à 2020**. Les audiences LinkedIn et Instagram sont celles qui ont connu l'augmentation la plus forte en 2021.

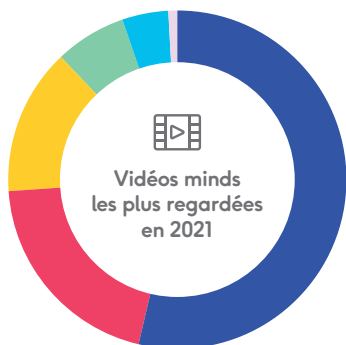


La newsletter de minds a gagné une centaine d'abonné.e.s et **9 newsletters** d'informations ont été envoyées en 2021, soit plus du double par rapport à l'année précédente. Avec un taux d'ouverture moyen de 50% pour son audience organique, les newsletters de minds trouvent leur public et sont un moyen de communication efficace.

La chaîne YouTube de minds vient compléter la communauté digitale et propose essentiellement deux formats de vidéos : un replay des minds talks en intégralité, « minds talk l'intégral », ainsi qu'une version synthétique agrémentée de témoignages du public, « minds talk le récap ». Les vidéos de minds cumulent 641 vues et près de 80 heures de visionnage en 2021.

Evolution du nombre d'abonné.e.s du 31.12.18 au 31.12.21





●	minds talk #03	4.5%
	maladies psychique et anormalité	
●	minds talk #04	6.8%
	Vivre sa vie ou la subir ? LE RECAP	
●	minds talk #04	14.1%
	Vivre sa vie ou la subir ? L'INTEGRAL	
●	minds talk #05	20.1%
	Oser s'attacher LE RECAP	
●	minds talk #05	53.6%
	Oser s'attacher L'INTEGRAL	
●	Coronavirus, le 0800 909 400	0.9%
	est à l'écoute de vos émotions	

Site internet



- **52'185** pages vues soit une augmentation du trafic de **44%**
- La part du trafic provenant d'une recherche organique sur les moteurs de recherche a augmenté de **63%** par rapport à 2020. Cette augmentation montre d'une part l'intérêt croissant de la population genevoise pour la santé mentale et d'autre part l'accroissement de la notoriété de minds.
- **44%** des utilisateurs.trices résident en Suisse, **33%** en France
- **67%** de l'audience du site est féminine

Les pics de fréquentation sont moins marqués que pour l'année 2020. On observe une augmentation assez régulière tout au long de l'année, néanmoins on constate un accroissement notable du nombre de visites pendant les campagnes de sensibilisation :

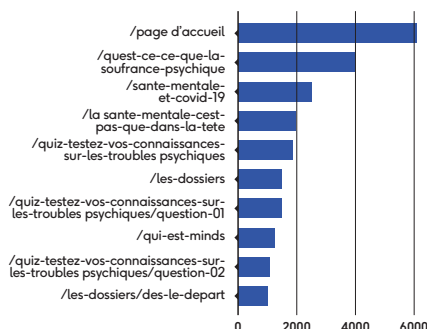
- **Février-mars** : Pour la sortie du dossier « Dès le départ »
- **Juin** : Pour le talk #05 « Oser s'attacher »
- **Novembre** : Pour la sortie du dossier « Les autres, c'est fantastique ! »

Top 3 des pages les plus fréquentées en dehors de la page d'accueil :

TOP 3

1. La page « Qu'est ce que la souffrance psychique ? »
2. L'infographie « La santé mentale à l'épreuve du Covid »
3. L'infographie « La santé mentale, c'est pas que dans la tête ! »

Pages les plus vues en 2021





Perspectives 2022

Depuis la création de minds en 2018, les années se suivent et ne se ressemblent pas. Notre association encore jeune grandit et se développe dans un contexte inédit où la santé mentale prend une place jamais connue auparavant.

Les années 2020 et 2021 ont eu ceci de positif qu'elles ont, pourrait-on dire, brisé le plafond de verre de la santé mentale dans le discours public: la santé mentale est devenue un sujet de conversation, un objet médiatique et une préoccupation politique.

En 2022, l'émergence successive de crises et de problématiques planétaires font désormais de la santé mentale une expérience collective. Plus personne ne peut ignorer l'impact que des événements externes peuvent avoir sur notre bien-être. Chacun.e d'entre nous réalise à présent combien il est possible d'être affecté.e dans son équilibre et dans ses émotions, par des facteurs au-delà de notre portée.

Et nous réalisons en même temps combien il est salutaire, réconfortant et nécessaire de pouvoir se relier les un.e.s aux autres pour partager cette expérience collective.

Les projets 2022 de minds seront des opportunités de mettre en mots et en actions cette expérience collective:

- les cercles d'écoute se multiplient et se développent comme autant d'espaces de lien et de liberté pour partager notre humanité
- les dossiers de minds, les talks, le podcast et les infographies abordent des thématiques qui fondent notre expérience collective de la santé mentale, les décryptent et les font résonner dans des contenus qui relient l'intime au politique
- l'observatoire présente les premiers résultats de sa recherche sur les comportements favorables à la santé mentale et propose des outils concrets pour que chacun.e apprenne à entretenir et cultiver sa propre santé mentale

Bilan financier



Actifs

2021

Actifs circulants :

Banque	28'176
Charges payées d'avance	4'249

Total actifs circulants 32'425

Total des actifs 32'425

Passifs

Passifs

Dettes à court terme :

Créanciers fournisseurs	2'067
Créanciers sociaux et fiscaux	—
Etat de Genève, part de Subvention à restituer	—
Charges à payer	1'579

Total dettes à court terme 3'646

Dettes à long terme :

Fonds affectés	16'667
----------------	--------

Total dettes à long terme 16'667

Fonds propres :

Capital de fondation	—
Résultat reporté	11'450
Résultat de l'exercice	662

Total fonds propres 12'112

Total des passifs 32'425

Compte de résultat



Produits

2021

Ventes de prestations	2'900
Cotisations	1'200
Subvention, État de Genève	195'000
Subvention, autres	7'000
Dons privés	104'652
Produits Financiers	128

Total produits 310'880



Charges

Charges de personnel	242'935
Charges des locaux	15'256
Charges d'administration et d'informatique	9'837
Frais de projet et communication	42'026
Frais financiers	164

Total charges 310'218

Résultat avant fonds affectés 662



Attribution aux fonds affectés

—

Résultat net de l'exercice 662

Rapport de l'organe de contrôle

Rapport de l'organe de révision sur le contrôle restreint
à l'Assemblée générale de l'**Association MINDS, Genève**

En notre qualité d'organe de révision, nous avons contrôlé les comptes annuels (bilan, compte de pertes et profits et annexe) de l'Association MINDS Genève, pour l'exercice arrêté au 31 décembre 2021, dont le total du bilan s'élève à CHF 32'425.-. Nos travaux de contrôle ont pris fin le 20 avril 2022.

La responsabilité de l'établissement des comptes incombe au Comité et à la Direction alors que notre mission consiste à contrôler ces comptes. Nous attestons que nous remplissons les exigences légales d'agrément et d'indépendance.

Notre contrôle a été effectué selon la Norme suisse relative au contrôle restreint. Cette norme requiert de planifier et de réaliser le contrôle de manière telle que des anomalies significatives dans les comptes annuels puissent être constatées. Un contrôle restreint englobe principalement des auditions, des opérations de contrôle analytiques ainsi que des vérifications détaillées appropriées des documents disponibles dans l'entreprise contrôlée. En revanche, des vérifications des flux d'exploitation et du système de contrôle interne ainsi que des auditions et d'autres opérations de contrôle destinées à détecter des fraudes ne font pas partie de ce contrôle.

Lors de notre contrôle nous n'avons pas rencontré d'élément nous permettant de conclure que les comptes de la période ne sont pas conformes à la loi et aux statuts.

Société Fiduciaire MAIN SA
ASR N° 501731

Aldo-Régis MAIN
Expert diplômé en Finance et Controlling
Expert Réviseur agréé – ASR N° 104745

Genève, le 20 avril 2022

Annexes : - Comptes annuels (bilan, compte de pertes et profits)
- Annexe au bilan

Remerciements

minds remercie toutes les personnes qui ont contribué à la promotion de la santé mentale cette année, et en particulier :

Nos financeurs

Le département de la sécurité, l'emploi et de la santé de la République et canton de Genève, en particulier M. Mauro Poggia pour son soutien, ainsi que les collaboratrices et collaborateurs de la Direction générale de la santé.

Les communes de Carouge, Confignon, Plan-les-Ouates, Genthod, Meyrin, Onex et Troinex pour leur soutien.

La fondation Groupe mutuel pour son soutien aux dossiers de minds. L'association Theater for a Cause pour avoir intégré minds parmi les bénéficiaires du projet « 2020 in Monologues ».

Nos donateurs privés et individuels pour leur confiance et leur engagement.

Nos partenaires

Les partenaires du réseau santé, social, éducatif et au-delà, avec qui nous œuvrons, année après année, à une meilleure compréhension et prise en compte de la promotion de la santé mentale. En particulier, nous remercions Espace A, le Biceps, et La Main Tendue Genève pour leurs collaborations nourissantes et agréables.

Les professionnel.le.s qui ont travaillé à nos côtés: René Deléglise et Patrick Daenger de l'association Comptabilis, Yvan Gonthier de l'Atelier Debleu, Axel Guérineau d'Atelier Graphique, Tamina Wicky, Lorraine Hauenstein, Laure Gabus, Popy Matigot, Malizia Moulin, Jean Mallard, Lorraine Pastré.



Les membres et proches de minds

L'équipe de minds, Jasmine Délèze, Caroline Dubath, Rachel Dudouit, Andrea Pereira, Marie Reynard, Mélanie Rufi, Marie Torres, Anne-Marie Trabichet.

Les membres du comité, Mélanie Arditi, Fabien Bertrand, Yann Boggio, Helena Casazza, Florian Kettenacker, Nathalie Mino Montes, Katia Schenkel.

Les membres du conseil scientifique de minds pour leur regard critique et leurs expertises précieuses.

Nos membres individuels et collectifs qui, en adhérant à minds, manifestent leur soutien actif et s'engagent pour la promotion de la santé mentale.

“

Changeons
de regard sur
la santé mentale !

”



minds

Promoteur de
la santé mentale
Genève

minds

Rue Rothschild 50

1202 Genève

contact@minds-ge.ch

T. 022 900 07 11

 @mindsge

 @minds_ge

 @minds-ge

 #mindstalks #lesdossiersdeminds

 www.minds-ge.ch



AVEC LE SOUTIEN DE



REPUBLIQUE
ET CANTON
DE GENEVE

PORT TENERIAS LUX