

## LES ACTIVITÉS DU NORWEST

### **FAITES UN DON !**

#### **SOUTENEZ NOS PROJETS - NOS BÉNÉFICIAIRES ONT BESOIN DE VOUS**

Le Norwest répond aux besoins en santé mentale du Nord Ouest de Bruxelles. Notre mission est de structurer les soins et d'en assurer une meilleure continuité en incluant la participation active des usagers et de leurs proches, tant dans l'élaboration du projet que dans sa mise en œuvre. Cette mission est assurée par la continuité du projet de lieu d'accueil sans condition, Le Club Norwest, créé depuis 2015 et des visites à domicile, Mobiwest. A ce jour, le Norwest est devenu déterminant dans le parcours de rétablissement des usagers.

En outre, sur son passage et au sein de ses activités, le Norwest promeut et déstigmatise la santé mentale.

**LE NORWEST, C'EST PAR AN, PLUS DE 50 ACTIVITÉS CRÉATIVES PENSÉES PAR LES MEMBRES, 7000 TASSES DE CAFÉ, 10000 KM POUR SE RENDRE AUX DOMICILES ET PRÈS DE 300 PERSONNES BÉNÉFICIAIRES DE NOS SERVICES.**

### **1. Le Club Norwest**

Parmi nos réalisations, le Club Norwest, ce lieu de liens est un espace d'accueil gratuit, sans condition, ouvert tou.te.s. Chaque jour, en toute convivialité dans une maison aux dimensions familiales, il accueille environ 40 personnes vivant avec des difficultés plus ou moins aiguës, qui, soit attendent une prise en charge, soit sont à la recherche d'un lieu où simplement se poser boire un café, sans devoir se justifier, expliquer un parcours de vie, une pathologie éventuelle... Le lieu offre à qui le souhaite une variété d'activités intergénérationnelles, interculturelles, artistiques, culinaires, écologiques...en bref, un véritable laboratoire d'expérimentations sur base des envies et expertises des participants. les ponts entre les domaines et la santé mentale sont nombreux...et les liens à (re)construire sont infinis!

L'équipe d'accueillants du Club se constitue de bénévoles, de personnel détaché et plus récemment de salariés propres à l'asbl.



S'agissant d'un lieu d'accueil, 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. 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.

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 et relations avec d'autres services déjà présents, mais nous pouvons devenir un point d'ancrage dans le réseau d'un membre et ainsi favoriser la continuité des soins.

### **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.

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.

## Les chiffres

Avant, nous comptabilisons les entrées au Club, avec comme conséquence qu'une même personne pouvait être comptabilisée à plusieurs reprises sur une même journée si elle sortait et rentrait à nouveau. Les présences aux groupes de parole qui se tiennent en dehors des heures d'ouverture étaient également comptées dans les présences, ainsi que les réunions de professionnels extérieures au fonctionnement propre du Club. Nous pensons au Conseil d'Administration, des groupes par fonction, des interventions pour les psychologues de première ligne, etc, ... Chaque catégorie est actuellement différenciée. Nous voyons une incidence sur les chiffres de présence quotidienne mais ne l'avons pas sentie dans l'accueil au cours de l'année.

<u>Chiffres</u>	<u>2017</u>	<u>2018</u>	<u>2019</u>	<u>2020</u>	<u>2021</u>	<u>2022</u>
<u>Nombre de présences</u>	3484	8020	10926	8655	9632	6827
<u>Présence moyenne quotidienne</u>	14,4	32	41	/	37	27
<u>% homme/femme/autre*</u>						53/45/2

<u>Groupes de parole</u>						385
<u>Professionnels</u>						347

\* La catégorie "autre" reprend les personnes non genrées mais également les personnes dont nous n'avons plus pu identifier l'identité dans les carnets de présence.

## 1.1 LES ACTIVITÉS AU CLUB

### **Atelier relaxation avec 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.

*"C'est un moment pour moi, et chacun d'entre nous de se centrer sur soi - même, de nous calmer grâce à cet instrument. Le silence parle à l'atelier. Il nous parle et nous fait vibrer de l'intérieur. On ne sait pas mentir dans le silence. Même quand c'est la cacophonie, on est dans le partage et dans l'écoute."* Sophie, membre du Club Norwest.

## **Italien en chantant**

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.

*"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 émoustillés 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, membre du Club NorWest.

## **Préparation d'un repas hebdomadaire "repas du jour"**

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, membre du Club Norwest.*

## **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, membre du Club Norwest.*

## 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.*

*"Pour moi l'atelier d'écriture est important. Elle me permet de découvrir, d'apprendre et de décrire comme le squelette d'un être humain et de ces différentes parties. Une structure de ce qu'on a dans la tête, on peut sortir tout ce qu'on a dans la tête et partager notre monde à nous." Sophie, membre 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, animatrice de la table de conversation en néerlandais.*

## Café citoyen

*“ 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, animatrice de la table de conversation en néerlandais.

## Zinneke parade

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.

En 2021, le Club a participé aux réunions d’organisation, des ateliers et au processus collectif de création pour la Zinneke parade 2022. Le mois de mai 2022 a vu le défilé au centre de Bruxelles où la zinnode du Nord-Ouest a défilé. Plusieurs membres du Club ont participé du début à la fin du projet.

*“J’ai eu un retour très positif des différentes associations aussi bien du monde de la santé mentale que de la communauté LGBTQIA+ et de mes amis vivants du côté Nord - ouest de Bruxelles. J’ai eu la chance de commencer le projet de A à Z. Hâte de participer à la prochaine Zinneke parade ! La parade s’est passée dans une bonne ambiance, bon enfant, un très bon contact avec les membres de différentes associations. Il a été chouette de pouvoir revoir les membres de la zinnode lors de*

*différentes activités liées à "l'article 27" vu que je travaille dans diverses associations. Un beau projet qui a consolidé les liens entre les réseaux." Benjamin, bénévole au Club Norwest*

## **Rencontres "images Mentales"**

L'année 2022 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 en 2022.

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.

*"Il a été très intéressant de participer au "Festival d'images mentales" car grâce à cela vu que je suis bénévole chez ex-aequo plus au niveau de la santé mentale. Cela m'a énormément aidé à comprendre mon propre vécu et celui des autres."* Benjamin alias La Diva, bénévole au Club Norwest.

## **Culture Club 27**

Après une longue attente, le Club NorWest a enfin eu la chance de rejoindre les collectifs partenaires de l'asbl Art 27 oeuvrant à rendre l'offre culturelle accessible à tous et toutes.

Camille, notre dynamique partenaire article 27, nous a patiemment soutenu à créer au sein du club un groupe ouvert de membres intéressés par les sorties culturelles. Nous avons décidé au départ de nous réunir 2x/mois pour proposer et ensuite choisir ensemble 2 sorties collectives par mois. Nous avons dans un premier temps opter pour la salle à manger comme lieu de rassemblement afin, par notre visibilité, d'inclure les membres présents dans les lieux.

Après quelques mois, l'activité étant clairement identifiée par nos membres, nous avons migrés vers un local aux étages, moins bruyant et plus propice aux échanges.

Dès le départ, l'accent a été porté sur le choix de sorties communes plutôt que sur une simple distribution individuelle des 20 articles mensuels. Il s'agit de promouvoir aussi le lien et non juste une consommation de spectacles.

Mais depuis le mois de décembre nous sommes passés à 30 articles par mois et une possibilité de cumuler une distribution individuelle à l'organisation des sorties collectives.

Face à la multitude d'offres culturelles, nous avons opté pour le choix d'un cinéma (dans l'un des 4 cinéma partenaire) et d'une exposition/théâtre par mois.

Nous avons aussi décidé d'organiser plusieurs fois par an des sorties plus conséquentes comme notre croisière sur la Meuse à Namur. Une balade maritime magnifique d'1h pour 1 euro 25 !

Autre nouveauté, cet automne, nous avons organisé une première sortie regroupant le Comité culturel jettois "Culture en Vie" et le RestoJet, à l'occasion d'une visite guidée (Arkadia) du Ventre de Bruxelles. Chouette première expérience qui nous a donné envie de remettre cela en 2023.

Afin de rendre ces journées nécessitant pique-nique, trajet train accessible...les membres ont proposé de créer une caisse de solidarité. Chacun.e peut l'alimenter et lorsque nous prévoyons une sortie spéciale, c'est la préparation collective de pâtisseries à vendre qui la nourrit.

Comme il nous tient aussi à cœur de garder des traces de tous ces moments partagés hors du club, une membre active de ce groupe s'est proposée de tenir à jour un livre d'or.

Et voici un aperçu de nos sorties art 27 2022:

- Mars: toute première sortie pour l'expo "Antoine de ST Exupéry" au Palais du Heysel et une sortie cinéma au Palace pour voir "Rien à foutre"
- Avril: expo "l'Art Arborgène" au Musée d'Art et d'Histoire et une sortie cinéma au Vendôme pour visionner "le sommet des Dieux"
- Mai: sortie cinéma au Vendôme pour voir "l'école au bout du monde"

- Juin: expo "l'art inuit" au Musée d'Art et d'Histoire et une sortie cinéma au cinéma des Galeries pour y voir " Il Buco"
- Juillet: expo "États d'être" du comité Culture en Vie au CBO et un visite d'expo "Viviane Maier" à Bozar
- Août: journée d'excursion: Croisière Moselle à Namur
- Septembre: sortie cinéma au Vendôme pour: "Revoir Paris"
- Octobre: cinéma Palace pour visionner "Triangle of sadness" et la visite de l'expo "Souriez j'adore" au Musée Art et Marges
- Novembre: visite guidée Arkadia "Le ventre de Bruxelles"
- Décembre: expo "Invader, le rubikubisme" au Mima

## **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

## **Atelier Mouvements / "Karaté au ralenti"**

Mis en place en Octobre 2022 par un travailleur salarié ancien pratiquant de Karaté (Sami), sous l'impulsion des membres du club très désireux de pouvoir pratiquer une activité physique complémentaire à la "Gym douce" de Pascale (détachée) qui a lieu un mercredi sur deux. L'atelier mouvement a donc lieu un mercredi matin sur deux, en alternance avec la Gym douce, ce qui permet aux membres de participer à une activité physique par semaine au sein du club.

La séance se déroule à l'étage. Elle est ouverte à tous et les entrées et sorties sont libres. Elle dure 30 minutes. Les participants se réunissent en cercle, l'activité se pratique debout, mais peut aussi se pratiquer en position assise.

Une séance commence par quelques minutes de relaxation et d'ancrage, yeux ouverts ou fermés, en insistant sur la prise de conscience de la respiration qui accompagnera par la suite chaque mouvement, et en invitant le participant à trouver une posture stable et agréable.

Ensuite on procède à un échauffement de la partie haute du corps, qui sera la plus sollicitée, à savoir la nuque, les épaules, les coudes, les poignets et le bassin.

Le "Karaté au ralenti" peut commencer. Il s'agit d'effectuer des mouvements de base de karaté, comme des coups de poings et des parades, de façon très lente, à la manière du Tai Chi, en accompagnant chaque mouvement d'une inspiration et d'une expiration. Le mouvement est d'abord expliqué, décomposé, et montré par l'animateur, puis répété par les participants, chacun à leur rythme. Lorsque plusieurs mouvements différents sont acquis on peut alors les enchaîner.

Cette activité développe la mémoire, la concentration, la coordination, l'agilité, au rythme de chacun, et permet une prise de conscience de son corps, de ses limites et de ses possibilités, en étant dans un cadre serein et relaxant.

*"Très bonne activité structurée et bien organisée, on a envie de retourner !"* Sandrine, membre du Club Norwest.

*"C'est de la concentration suivie d'un mouvement"* Ben, membre du Club Norwest.

## **Atelier Musique**

Mis en place en Octobre 2022, sous l'impulsion d'un membre guitariste (Hagen) et d'un salarié percussionniste (Sami), lors d'une "jam session" improvisée dans le jardin du club une après-midi ensoleillée.

L'atelier se déroule un vendredi après-midi sur deux, en alternance avec l'atelier Initiation guitare et percussion de Ben. Il dure environ une heure et a lieu à l'étage dans la salle vidéo ou dans le jardin si la météo le permet. Il est ouvert à tous, pour jouer d'un instrument, principalement des percussions mises à disposition par des membres du club et de l'équipe salariée (darbouka, djembé, claves, cymbales, maracas) mais aussi guitares et flûtes, on y vient aussi pour chanter, danser, taper dans les mains ou juste écouter confortablement installés.

Cet atelier se co-construit de façon spontanée, il peut commencer par un riff de guitare ou un rythme de darbouka, puis chacun entre dans la ronde et trouve sa place dans une improvisation totale ou la reprise d'un classique de la chanson française, sur un morceau de blues ou un rythme flamenco, orientale ou africain. Et on recommence...

Beaucoup d'écoute dans cet atelier, de regards qui se croisent et de sourires. La musique rassemble dans la joie et la bonne humeur, une bouffée d'oxygène sonore.

### **Atelier d'initiation à la guitare ou à la percussion**

Cet atelier a lieu le vendredi à 14h une semaine sur deux, en alternance avec l'atelier Musique. Il est proposé par un membre guitariste et percussionniste du club (Ben). Il consiste à enseigner les rudiments de la guitare ou des percussions, selon l'envie du participant.

### **Atelier "Shamballa"**

*"L'atelier permet de s'ouvrir à la créativité, de se chercher des capacités de patience et de concentration en créant des objets, d'aller à la découverte et de se découvrir."* Marc, membre du Club Norwest.

### **Visite de Quito et Lily**

Vanessa accompagnée de Lily et Quito vient une fois par mois dire bonjour aux membres. Quand il fait beau, on fait une promenade dans le parc. Les chiens adorent donner des câlins et faire courir Hermine dans toute la maison.

*"Je travaille au centre de santé mentale et je suis amenée à souvent chercher différents espaces proposant des activités pour les membres. C'est comme ça que j'ai connu le Club Norwest. J'ai donc proposé de venir plus régulièrement à la demande des membres du Club Norwest." Vanessa Depuydt*

## **Aide multimédia**

Cette aide est proposée par deux de nos membres et s'est mise en place chaque vendredi à partir de 15h. "Si il y a un problème dans un ordinateur ou sur un téléphone, on essaie de le résoudre ou de chercher des solutions afin de régler les problèmes." Saïd, membre du Club Norwest et l'un des initiateurs de cette aide hebdomadaire.

## **Vidéotheque Nomade**

La "Vidéotheque nomade" est un projet unique de promotion du format court, à travers une collection de courts métrages belges.

*"C'est le fait de choisir les titres des films sans savoir le contenu et de découvrir par la suite le contenu qu'il soit en lien avec la santé mentale ou pas. Les films regardés aident à mieux se comprendre et avoir un regard renouvelé ainsi que tout simplement de s'instruire. Ce qui est très intéressant, c'est l'interactivité par la suite. L'échange permet de comprendre ce qui nous arrive dans la vie courante que ce soit bon ou mauvais afin de réagir correctement pour s'en sortir."*

Marc, membre du Club NorWest.

## **Gymnastique douce**

L'activité Gymnastique douce animée par une travailleuse détachées de la clinique sans souci a continué en 2022. Avec les habitués mais quelques fois de nouveaux membres, une routine matinale et dynamique deux mercredis par mois s'est mise en place. Lors de cette demi-heure de remise en forme, l'attention est portée à ce que chacun effectue les exercices à son rythme. Hop ! Une musique énergisante et l'activité peut commencer.

## **Same lezen/ Lire ensemble**

Lire ensemble, c'est profiter d'histoires, de fragments et de poèmes en petits groupes, d'une manière accessible et à bas-seuil. Il s'agit de se connecter les uns aux autres de manière confidentielle et de partager des pensées et des sentiments 38 sur un texte. L'atelier a été pensé de manière bilingue avec principalement des textes de Toon Tellegen. "Quelle agréable manière d'affronter le néerlandais grâce à des poèmes. Cela enrichit mon vocabulaire et c'est un véritable passeport pour comprendre les origines. Cela ouvre l'esprit et l'empathie ainsi qu'une ouverture sociale et vers le contact." Sophie, membre du Club Norwest.

## **Atelier slam**

Suite à la journée "Réseau en action" organisée par Article 27, nous avons pu entamer une collaboration dans le cadre d'une médiation culturelle avec le théâtre Le Rideau autour d'un atelier slam.

La première étape s'est déroulée en 2022 et était une rencontre avec l'équipe du Rideau et Marie Darah, slameuse qui présente un spectacle en juin et accompagne les ateliers.

Pour 2023, il s'agira pour les participant·es d'écrire à partir d'un thème choisi par le groupe ou suggéré par l'artiste (désobéir / migration / insulte / tot'm / le corps politique, le corps poétique).

L'atelier s'achèvera par un coaching scénique permettant aux participant·es qui le souhaitent, de présenter leur texte au micro à l'ensemble du groupe.

Marie Darah écrit pour comprendre et combattre les oppressions. Artiste multidisciplinaire, elle livre sur scène une performance poétique qui flirte avec les codes du slam, du conte, et du théâtre musical. Un récit urbain parlé, dansé, porté par la musique live de Cloé du Trèfle.

Un voyage initiatique qui fait émerger les inégalités d'une Bruxelles vacillante.

C'est un atelier de groupe non mixte (comment ça se passe ?) où les membres peuvent sans jugements et préjugés s'exprimer librement. Il est primordial d'annoncer que tout ce qui se passe et se dit reste confidentiel.

## **Atelier mouvement**

*"On commence par se détendre, faire le vide. Après une mise en route en douceur, quelques mouvements de karaté se font au ralenti. Top. A continuer ... Merci Sami !" Pascale, membre du Club Norwest.*

## **Atelier "Sophrologie dynamique"**

Atelier proposé par Valentine qui travaille au Pélican5 , propose cette activité pour mixer les publics du Pélican et du Club autour d'un moment commun. Cette fin d'année l'activité a commencé par des séances ouvertes pour découvrir la sophrologie. En 2023, une groupe fermé se constitue pour un certain nombre de séances. Mais qu'est-ce donc que la sophrologie dynamique? "C'est un ensemble d'outils pour aller vers un mieux-être. Cela se pratique les yeux fermés, assis ou debout, guidés par le sophrologue. L'objectif est de trouver des ressources intérieures par des mouvements simples et des respirations. Apprendre à nous ajuster et aller vers ce qui nous fait du bien. La sophrologie peut notamment aider pour: développer sa confiance en soi, gérer le stress et des émotions, améliorer le sommeil, ... Ces outils, une fois transmis et intégrés peuvent s'utiliser tout au long de la vie. Bien que les effets de la sophrologie dynamique puissent se ressentir rapidement, ils seront plus profondément ancrés avec une pratique régulière." Valentine

## **Atelier Coiffure**

L'atelier coiffure s'est créé au sein des locaux du Club NorWest suite à la proposition de nos membres de mettre en place un atelier "Bien-être". Une de nos membres, ex-coiffeuse professionnelle s'est proposée dans ce cadre là de coiffer et / ou couper les cheveux des membres, le stricte minimum donc. À ce jour, l'atelier "Bien-être" n'a pas trouvé d'autres activités et est donc en attente. L'atelier coiffure se crée donc dans ce contexte là et la soutient aussi en lui permettant de garder intact son désir de ne pas perdre la main, de revenir un jour vers le monde du travail. Dans cet atelier, elle prend le temps, deux fois par mois, de coiffer quelques membres et de leur expliquer comment refaire la coupe, une fois à la maison.

## **Chorale**

Cet atelier que nous nommons également "Atelier chants polyphoniques" a été mis en place dans le cadre du partenariat avec l'Asbl Art 27. 1x/mois, le comité culturel se réunit au club pour organiser les différentes sorties culturelles du mois. Après une première année où nous nous limitions à bénéficier de prix démocratiques pour voir des expos, aller au Théâtre, au cinéma, etc. l'envie de s'impliquer ensemble dans une activité artistique s'est fait jour. Avec l'aide de notre médiatrice culturelle nous avons trouvé une chanteuse professionnelle et avons mis en place "l'Atelier chorale" qui a lieu dans une salle du Mona (Monastère de Jette). Lors de cet atelier, après un échauffement de la voix par un travail du corps via des étirements, exercices ludiques, vocalises...nous chantons ensemble chants, comptines, berceuses de diverses cultures. Notre animatrice se laisse aussi guider par les demandes des membres, désireux d'apprendre des chants de leur pays d'origine.

## **Caméraconteuse**

Cette "Caméraconteuse" est en lien avec le projet du film sur les lieux de liens. Elle consiste à enregistrer des vidéos avec différents effets et couleurs, etc. Nos membres peuvent raconter un conte, son histoire, un poème, ou encore chanter devant la caméra. Tout est permis d'une certaine manière.

## **Expédition Barn / Cuisine inventive :**

Nous avons la possibilité de récupérer les invendus de Barn Market chaque premier mardi du mois vers 14h30. Nous récupérons essentiellement des légumes, aromates, herbes, champignons, fruits...mais il peut y avoir de la viande et diverses sortes de pains. Sur place, un petit groupe composé d'un accueillant et de quelques membres trie et met dans un compost ce qu'on ne prend pas. Il faut également peser à part les légumes et les fruits et les noter. Il vaut donc mieux venir équiper et avoir un charriot, des sacs, des gants et un pull car la température est basse dans le frigo. À la fin de cette expédition, une distribution est faite au Club. Nos membres qui le souhaitent repartent avec quelques aliments gratuitement. Le reste sera cuisiné le mercredi matin au Club Norwest. La récupération des invendus du Barn Market a permis la mise en place de notre atelier Cuisine Inventive. Cet atelier consiste à trouver des recettes avec les invendus afin de les préparer dans la cuisine du Club NorWest. Nous profitons ensemble (membres et accueillants) d'un bon repas maison à base d'aliments bios à très bas prix.

## **ACTIVITÉS PONCTUELLES:**

La semaine de la santé mentale

Cette année la semaine de la santé mentale a fait le choix d'organiser des moments portes ouvertes dans des institutions et structures du champ de la santé mentale. Le Club a donc ouvert ses portes lors d'une journée pour y réaliser une peinture collective avec chaque visiteur.

### **Peinture collective**

Le Club a renoué avec l'APA de Jette en 2022. Le COVID étant passé par là et les parcours d'artistes ayant été mis à l'arrêt, ce fût avec grande joie que nous avons réitéré l'expérience cette année. Nous avons accueilli 6 artistes dans nos murs lors de ce weekend portes ouvertes. L'idée de créer de la mixité dans les publics fût une nouvelle fois réussi car nous avons pu accueillir 2 artistes totalement extérieurs au Club, 3 artistes membres du Club et une artiste envoyée par une institution partenaire du réseau

Suite à la visite en 2021 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. En 2022, nous avons remis le couvert plusieurs fois.

### **Animation - 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 41 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 2023.

### **Soirée Noël**

Ensemble, nous avons décidé de trouver un moment pour fêter Noël ! Les membres étaient emballés par cette journée spéciale autour de la magie de Noël. Un chouette petit groupe

composé de quelques bénévoles, membres et stagiaires s'est mis en place afin de décider du menu, de qui voulait aider en cuisine ou encore "tenir" le marché de Noël. Malheureusement, l'approche des fêtes de fin d'année pour quelques membres est une période particulièrement difficile pour cette raison le petit groupe de départ avait fortement diminué. Cependant, ils étaient bien présents le jour "J" afin de proposer une petite aide ainsi que d'autres membres et surtout de profiter des festivités ! Cette journée se découpait en trois parties : Préparation et mise en place de 10h - 11h; l'ouverture du Buffet de Noël de 11h à 13h et enfin l'ouverture du marché de Noël de 13h à 16h. L'après-midi était également accompagné de chocolats chauds, de biscuits de Noël et d'une tombola. La journée du 23 décembre au Club NorWest fut chargée mais remplie de de chaleur, d'entraide, de joie et de sourire ! "C'était très bien organisé malgré le monde présent. Et très bon !" Lydie, membre du Club Norwest. "Que grâce au menu présélectionné et à la bonne entraide entre les membres et à la bonne coordination et gestion des accueillants - organisateurs, c'était un super moment à partager avec une bonne convivialité et organisation." Marc, membre du Club Norwest. 42 "Je suis dans le monde de la psychiatrie. Mais grâce à ces bons moments passés lors de cette journée spéciale Noël au Club; je ne me sens plus honteux et même fier de faire partie de ce monde en couleurs." Astar, membre du Club Norwest.

### **Sorties exceptionnelles**

- Journée à la mer :

Par le passé, le Club a organisé une journée à la mer du Nord à la demande générale des membres. Cette année, nous avons remis le couvert. Un groupe de 12 personnes s'est ainsi lancé à la conquête de la ville d'Ostende. Les échos des membres suite à une journée comme celle-là sont divers et variés, entre les vacances qu'on ne peut pas 43 se permettre, un premier bain dans la mer du Nord ou encore une sortie de groupe car seul ce n'est possible. Le soleil était de la partie, ce qui fait quand même beaucoup ! - Journée à Gand : Quelques membres avaient envie d'aller voir le musée de l'histoire de la psychiatrie et d'autres souhaitaient découvrir la ville de Gand. C'est comme ça qu'un groupe de 15 personnes est parti se promener dans la ville de Gand et le musée du Dr. Ghislain : L'histoire de la psychiatrie.

- Monastère de Jette

À la fin de l'année 2022, le monastère de Jette est devenu la nouvelle maison de Toestand vzw. Toestand vzw est une organisation basée à Bruxelles qui réactive des espaces en développant une dynamique socioculturelle pour le quartier. Nous nous sommes investis dans ce projet

dès l'annonce de celui-ci avec dans l'idée de trouver un espace proche où nous allons pouvoir partager et faire du lien ainsi que de co - créer des activités avec nos membres et les autres partenaires.

Le Club NorWest a pris part à ce projet sous différents angles :

- ★ Participation aux différentes activités organisées au monastère de Jette avec les membres (visites guidées, portes ouvertes, festivités, etc.);
- ★ Aide collective dans des moments de "construire ensemble";
- ★ Moments de permanence / d'accueil en binôme (membre et accueillant) lors de festivités;
- ★ Participation aux réunions d'échanges sur le projet avec différents partenaires et associations; 44

"La visite du Monastère était intéressante mais la foule d'associations intéressés par le lieu posait trop de questions et nous sommes passés à côté de l'essentiel. L'absence d'explication de l'histoire du lieu, de la vie des moines faisait que le groupe diminuait. L'activité "Construire - ensemble" proposée par les travailleurs de Toestand m'a permis de m'aider à développer mes capacités manuelles inexploitées. J'ai aussi aidé avec une accueillante du Club Norwest au service du bar lors de la fête porte ouverte du Monastère de Jette " Marc, membre du Club Norwest.

## **Pair aideance**

Le Club a un lien très étroit avec la pair-aideance. 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-aideance 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 et malgré une absence longue durée, Angélique a eu fort à faire dans le réseau.

Plusieurs lieux de lien ont fait le même constat que le Club. La pair-aidance à toute sa place dans de telles infrastructures. Il manque néanmoins d'encadrement et de soutien officiel pour les pair-aidants. Ils ont donc décidé de créer un groupe de soutien entre eux. L'inter-pair est ainsi né, fort du travail de plusieurs d'entre eux. Plusieurs réunions se sont tenues en alternance dans les différents lieux de lien participants. Le principe même est de découvrir la diversité des lieux mais également de faire connaissance et de faire lien !

### **Sensibilisation dans les écoles**

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'elles seront confrontées 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. Il est prévu que le module soit redonné en 2023.

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'elles seront confrontées 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. Il est prévu que le module soit redonné en 2023.

### **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 de faciliter l'accès à un de ces groupes de parole pour les membres du Club. 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. Un autre avantage que les groupes se tiennent au Club est que nos stagiaires peuvent en général y participer. Ceci donne un aspect supplémentaire au travail qui peut être fourni dans le spectre du soutien à la santé mentale.

### **Le Funambule**

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

<https://www.bipolarite.org/>

### **Le REV**

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.

<https://www.rev-belgium.org/>

### **L'Anatole**

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.

<http://www.lanatole.be/>

### **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.

### **Similes bruxelles**

Est le pendant francophone de l'association œuvrant pour les proches. Ils ont également un rendez-vous mensuel au Club. Ce rendez-vous est double et s'appelle l'atelier reconnexion. Une partie de relaxation ou sont proposées différentes approches de connexion à soi par la détente psychique et mentale. L'autre partie est tournée autour de la parole, de l'échange et de l'aide entre proches.

Intervision psychologues de première ligne

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

## **2. LE MOBIWEST**

### **Accompagnement de l'utilisateur**

#### **Binome**

Les visites se font, dans la mesure du possible, en binôme. Chaque bénéficiaire se verra attribuer deux référents administratifs. Même s'il est récurrent que notre public sera amené à rencontrer une grande partie de l'équipe, cette question est néanmoins, discutée en équipe selon les critères cliniques pour chaque situation. Une attention particulière est accordée au fil rouge et aux référents, ce qui signifie qu'on va toujours faire en sorte qu'une des deux personnes présente au rendez-vous précédent, soit à la prochaine rencontre ainsi qu'un des deux référents. Ce fonctionnement permet d'assurer la continuité des soins tout en apportant une richesse et diversité de la prise en charge, autant pour le bénéficiaire que pour les membres de l'équipe.

#### **Permanences**

Dans le cadre de notre projet, il nous semble primordial d'offrir une possibilité de soin assez soutenue. C'est pour cette raison qu'un système de permanence a été mis en place depuis le début de l'existence de Mobiwest. Cette permanence est tant téléphonique que physique, ce qui signifie que toute personne suivie par Mobiwest peut soit téléphoner, soit se présenter au sein de nos bureaux durant un horaire précis. L'équipe assure à tour de rôle cette permanence selon un calendrier établi à l'avance. Ces espaces de rencontres sont des moments « de pause » dans les difficultés des bénéficiaires.

#### **Type d'intervention**

La prise en charge chez Mobiwest est très diversifiée. Elle inclut des entretiens sur le milieu de vie de la personne ou tout autre lieu de son choix, des balades, se poser dans un café ou effectuer des démarches plus administratives selon les besoins du bénéficiaire. De manière ponctuelle, nous pouvons aussi accompagner pour les courses ou organiser des moments

repas au domicile de la personne. Chaque intervention est réfléchi de manière clinique en équipe et en fonction des besoins de la personne. Tout peut servir de média, tant que cela a du sens cliniquement. Les démarches amorcées sont notamment faites dans le but d'étoffer le réseau professionnel et de mobiliser le bénéficiaire vers l'extérieur, tout en le soutenant psychologiquement dans ses difficultés.

## Rencontres avec le réseau

Durant cette année 2022, l'équipe a continué à s'investir dans des rencontres au sein du réseau et se sent d'emblée amenée à participer aux différents projets qui se construisent dans le réseau. Par cette démarche, nous continuons à participer aux réflexions et actions afin d'optimiser la prise en charge des patients. En 2022, nous nous sommes investis dans de nombreuses rencontres « réseau » d'horizons différents tels qu'un service de médiation, des acteurs de la première ligne et de captation de logement, une maison d'accueil.

Table 1. Descriptif des réunions de réseau

Date	Réseau
18-janv	Bravo 2
09-févr	Groupe de travail "Plan de relance"
24-févr	Rencontre parlementaire
10-mars	Groupe de travail "Plan de relance"
11-mars	Groupe de travail Logement/santé
15-mars	Midi réseau
20-avr	Aidants proches
26-avr	IHP Entre Autres
28-avr	SPAD Prisme
01-juin	Bitume
11-juin	Médecins généralistes à Brugmann
09-sept	Psychologues de 1ère ligne - Ligue santé mentale
27-sept	Bru4Home
14	Psychologues de 1ère ligne
15	28-sept Journée Rézone
16	14-oct Comité stratégique du Norwest
17	07-nov Rencontre parlementaire
18	15-nov Réunion santé mentale et sociale NOH
19	25-nov Comité stratégique du Norwest
20	28-nov Maison d'accueil "Le Relais"
21	07-déc Colloque santé mentale

14 Les réunions de concertation sociale n'ont pas pu s'organiser durant le premier semestre 2022 mais ces rencontres ont pu être réalisées tantôt par la coordinatrice « réseau » du Norwest tantôt par la coordination de Mobiwest dès le second semestre : Table 2. Descriptif des réunions de concertation sociale

Date	Réseau
14-juin	Concertation sociale de Koekelberg
23-juin	Concertation sociale de Laeken. « Place à nos droits », représentation des acteurs sur la place publique
16-sept	Concertation sociale de Koekelberg
24-nov	Concertation sociale de Laeken. « Place à nos droits », représentation des acteurs sur la place publique
09-déc	Concertation sociale de Jette

A ce jour, la coordination sociale de Ganshoren n'est pas active et celle de Jette a été réinvestie à la fin de l'année après plus de deux ans d'arrêt dû à la crise Covid. En ce qui concerne la coordination sociale de Neder-Over-Hembeek, nous participons au groupe de travail de la santé mentale et sociale qui est totalement partie intégrante de la coordination sociale de cette même commune. En outre, Mobiwest participe également aux réunions de groupes F1 et F2 de l'Antenne Norwest et F2 Régional et aux réunions de inter-coordinations de l'ASBL Norwest.

## **Collaborations avec les services de santé mentale**

Dans le cadre du plan de relance, la COCOF a lancé également un appel à projet visant à encourager la mobilité des acteurs ambulatoires afin de venir en aide aux populations plus fragilisées psychologiquement par la crise du COVID 19. Le service de santé mentale « Le Norois » s'associe avec les 4 autres services de santé mentale actifs sur le Nord-Ouest, à savoir « Nouveau Centre Primavera », « Le champ de la Couronne », « D'ici et d'ailleurs » et « Le coin des Cerises » afin de penser ensemble la mobilité dans cette zone de Bruxelles, au départ des SSM. Grâce aux moyens obtenus, divers projets voient le jour et Le Norois obtient dans ce cadre un mi-temps qu'il détache pour renforcer l'équipe Mobiwest. Ce renfort permet non seulement de développer les activités de Mobiwest mais aussi, par le biais de rencontres régulières, de mettre en lien les services de santé mentale actifs sur le Nord-Ouest de Bruxelles et Mobiwest afin d'échanger sur nos pratiques respectives, de réfléchir ensemble quant à la prise en charge des patients en grandes difficultés et à la manière dont nos services peuvent atteindre des publics plus vulnérables.

## **Project "activités mobiles collectives"**

En 2022, nous avons organisé une « journée à la mer » qui a rassemblé cinq patients. Cette activité a rassemblé bénéficiaires et membres de l'équipe. Cette activité a été l'occasion d'explorer différentes sphères du quotidien comme par exemple se réapproprier et s'investir dans une activité, se rendre dans un lieu inconnu, utiliser les transports en commun. Aussi, cette activité est un moyen de rompre la solitude, de rencontrer des personnes dans un cadre sécurisant. L'aspect communautaire de ces activités encadrées est soignant à part entière. Par ailleurs, depuis septembre 2022, nous sommes devenus partenaire « article 27 ». Cette opportunité permet de sensibiliser et de faciliter la participation culturelle pour un public vivant une situation sociale et/ou économique difficile. Cette offre donne l'occasion de vivre un spectacle (théâtre, exposition, cinéma) pour 1,25 euro. Ces tickets peuvent être retirés durant les heures de permanence. Cette ouverture au monde culturel permet d'ouvrir à nos bénéficiaires des champs d'investissement et de rencontres hors de la santé mentale.

---

Télécharger les derniers rapports d'activités:

- [Mobiwest 2022](#)
- [Club Norwest 2022](#)

On parle de nous:

- [Le Podcast du Mobiwest](#)
- [Le Club Norwest : un peu «à l'ouest» sans perdre le nord](#)
- [Lieux de liens : Maillons essentiels dans les parcours de soin](#)