



Le trimestriel de l'HDJ du
Pôle Centre Rive Gauche

La relation dans tous ses états



Numéro 02

Janvier 2024

Sommaire

Edito	p 03
Flash Info : la déconjugalisation de l'AAH	p 04
Quoi de neuf : Virty Sens	p 06
Dossier : Nos relations	p 07
Mots croisés	p 14
Rugby	p 17
Interview	p 18
Un autre regard	p 21
Playlist	p 22

Edito

Bonne année et bienvenue dans ce nouveau numéro du HD Journal ! L'équipe vous adresse ses meilleurs vœux de joie, bonheur et de santé (mentale) ! Noël est passé, cela peut être fatigant, anxiogène, souvent calorique et qui te met sur la paille... Pour vous en remettre, vous aurez la galette, les crêpes de la chandeleur, les roses de la saint Valentin, les œufs de pâques, j'en passe et des meilleures

Epuisant, non ? Mais heureusement 2024 est une bonne année pour placer plein de ponts avec dix jours fériés en semaine ! Peut-être une occasion d'aller voir la famille, des amis, des proches... et pour vous aider, nous avons réfléchi à différents types de relations que l'on rencontre tous les jours. Ainsi nous avons essayé de décrypter leurs fonctionnements. Bonne lecture !

Flash info : Déconjugalisation de l'AAH

RÉFORME DE LA DÉCONJUGALISATION DE L'ALLOCATION AUX ADULTES HANDICAPÉS (AAH)

Effective au 1^{er} octobre 2023

LA DÉCONJUGALISATION, EN BREF

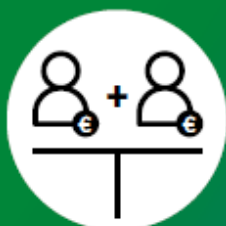
La réforme de la déconjugalisation de l'allocation aux adultes handicapés (AAH) change le mode de calcul de l'allocation. Pour les bénéficiaires en couple : seul le bénéficiaire et ses ressources personnelles seront prises en compte dans le calcul de la prestation.

La réforme de la déconjugalisation de l'AAH entre en vigueur le 1^{er} octobre 2023.

Le premier versement d'AAH impacté par cette réforme interviendra début novembre 2023 pour les droits d'octobre.

L'application de la réforme répond aux principes suivants :

- 1. La déconjugalisation est automatique**
En tant que bénéficiaire de l'AAH, vous n'avez aucune démarche à réaliser.
 La mise en œuvre de la réforme est réalisée directement par l'organisme qui verse votre prestation (Caisse d'allocations familiales ou Caisse de la mutualité sociale agricole) et de manière automatique.
- 2. La déconjugalisation ne s'applique pas si elle vous est défavorable**
 Votre caisse évaluera votre droit selon les deux modes de calcul, conjugalisé et déconjugalisé, et appliquera celui qui vous est le plus favorable financièrement.
- 3. La déconjugalisation est définitive**
 Dès lors que votre allocation est déconjugalisée, vous relevez définitivement du mode de calcul déconjugalisé.



CALCUL CONJUGALISÉ

Le calcul conjugalisé de l'AAH prend en compte l'existence et les revenus de votre conjoint ou conjointe.



CALCUL DÉCONJUGALISÉ

Le calcul déconjugalisé de l'AAH ne tient pas compte de l'existence et des revenus de votre conjoint si vous en avez un.

La réforme de la déconjugalisation de l'AAH, qu'est-ce que ça change pour vous ?



VOUS ÊTES CÉLIBATAIRE

Sur la base des déclarations auprès de votre caisse

La réforme n'a pas d'impact sur le calcul de votre allocation tant que vous êtes identifié par votre caisse comme célibataire. Si vous vous déclarez en couple après l'entrée en vigueur de la réforme, le calcul de vos droits à l'AAH sera déconjugalisé.



VOUS ÊTES EN COUPLE ET DÉJÀ BÉNÉFICIAIRE DE L'AAH

Sur la base des déclarations auprès de votre caisse

- Le calcul de vos droits à l'AAH sera déconjugalisé à condition que ce mode de calcul ne vous désavantage pas (hausse ou maintien du montant de votre allocation).
- Dès que le mode de calcul déconjugalisé ne vous désavantage plus, vous passez automatiquement et définitivement en calcul déconjugalisé.

Votre caisse évaluera votre droit selon les deux modes de calcul, conjugalisé et déconjugalisé, et appliquera celui qui vous est le plus favorable financièrement.



VOUS ÊTES EN COUPLE ET DEVENEZ BÉNÉFICIAIRE DE L'AAH

À partir du 1^{er} octobre 2023 (envoi de votre dossier à la Maison départementale des personnes handicapées, à partir du 1^{er} septembre)

Le calcul de vos droits à l'AAH sera obligatoirement déconjugalisé.



ACTUALISATION DE VOTRE SITUATION

Changement de situation et déclaration des ressources

Vous devrez toujours déclarer tout changement de situation à votre caisse, dont les changements de situation familiale ainsi que les ressources de votre conjoint ou conjointe, même si le calcul de votre AAH est déconjugalisé.

DES QUESTIONS ? Retrouvez la Foire Aux Questions dédiée à la réforme sur www.handicap.gov.fr

Quoi de neuf ?

On nous a prêté pour quelques mois un dispositif « Virty Sens », la « capsule multisensorielle » qui propose des expériences immersives. Robocop est il le nouvel infirmier de l'HDJ ?



Le principal objectif : Se déconnecter de pensées envahissantes, on est happé par ce qui arrive dans l'environnement.

Les plus :

Du choix : plusieurs types d'expériences : plages, nature, cosmos, ski, toboggan...

Des formats courts

Immersif (360°, odeurs, sons, humidité, vents, sensations réalistes... même l'odeur du cheval)

Incroyable ! Impressionnant !

Les moins :

La netteté n'est pas toujours au rendez-vous, c'est un prototype

Toutes les expériences ne sont pas à 360°, les odeurs ne sont pas simples à identifier ou fidèles

Au milieu de la mer, au secours !

Court pour apaiser mais ça reste une expérience d'évasion agréable

Les expériences immersives sont une pratique émergente, et pas qu'en psy :



Les HCL

Offre de soins

Patient

Rechercher

Accueil > Actualités > Un casque de réalité virtuelle pour réduire l'anxiété lors des prélèvements sanguins

Un casque de réalité virtuelle pour réduire l'anxiété lors des prélèvements sanguins

Écouter un conte, voler en montgolfière ou encore descendre une rivière calme à bord d'un canoë... C'est désormais possible pour les patients du centre de prélèvements du Centre de Biologie et Pathologie Est grâce au casque de réalité virtuelle.

Depuis septembre 2023, le [centre de prélèvements du Centre de Biologie et Pathologie Est](#) dispose d'un tout nouvel équipement : un casque de réalité virtuelle.

Une expérience immersive pour distraire et réduire l'anxiété

Les séances thérapeutiques de 15 ou 30 minutes développées par [Deepsen](#) permettent de vivre une expérience complètement immersive. La société,

<https://www.chu-lyon.fr/casque-realite-virtuelle-reduire-anxiete-prelevements-sanguins>

Dossier : nos relations

Relation à soi, à autrui, aux autres, à l'environnement... L'être humain a besoin de relations. Être dans une relation, c'est savoir recevoir pour donner, un échange. La réciprocité est importante mais il faut d'abord être bien avec soi pour ne pas rentrer dans une relation de dépendance, ne pas attendre de l'autre qu'il nous sauve. En effet, avant la relation aux autres, il y a la relation à soi. Mais comment faire pour apprendre à s'aimer ? Un entourage sain et bienveillant est nécessaire, mais également être en accord avec ses pensées et ses valeurs, ses limites. Être satisfait de ce qu'on accomplit. Avec la maladie, on doit apprendre à se connaître encore plus pour se comprendre. Afin d'être pleinement en relation.

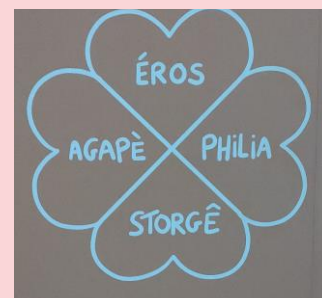


Expo À nos amours

Amour de soi, théories d'attachement, emprise, empathie, chimie des relations... à travers des approches culturelles, historiques, scientifiques et ludiques, le musée des Confluences propose un parcours sur les thématiques. Voici quelques photos de notre visite :



Collections de doudous : objets transitionnels qui aident à passer de la relation primitive au monde extérieur. »



Petit conflit entre voisins (par Thibault)

Je voudrais vous présenter une petite expérience que j'ai vécue il y a quelques temps. Ma voisine aime beaucoup les chats. Elle en avait deux au début (dont un qui me piquait des chaussettes), puis trois, puis quatre ! J'habite sous les toits et j'avais donc souvent la visite de ces voisins félines quand les véluks étaient ouverts et qu'ils ne pouvaient s'empêcher d'explorer les lieux.

Un jour, ayant un problème de souris, j'avais disposé des feuilles avec de la glue dessus pour les attraper sur mon plancher et ce qui devait arriver arriva, un des chats se prit les pattes dedans et se retrouva dans un état épouvantable quand il revint chez sa maîtresse. Je reçus peu après un courrier recommandé long de quatre pages rempli de menaces et de remontrances (elle avait contacté un avocat et me rappelait que la cruauté envers les animaux est punie sévèrement par la loi !). Ce que je craignais s'était manifesté : ma voisine pensa que j'avais délibérément attenté à la vie d'un de ses chats. Mes parents me conseillèrent de faire un courrier recommandé mais j'eus peur que les choses s'enveniment et passent un point de non-retour. Ainsi, prenant mon courage à deux mains, je décidais d'aller lui parler et lui montrer que je n'avais absolument pas de mauvaises intentions envers son chat (bien au contraire !). Ce fut assez stressant mais je crois qu'elle comprit le message et nous réussîmes à ne pas devenir ennemis. Cette histoire me marqua car elle aurait pu prendre une tournure beaucoup plus sombre vu le contenu de la lettre.

Et le temps passant il m'arrive toujours de penser que peut-être ma voisine se remet à être convaincue que je suis un cruel voisin envers les animaux !



Comment se faire des amis :

Déjà, il nous faut une accroche ponctuée de convivialité, lors d'une pause au travail...

Trouver un intérêt commun, un sujet de conversation comme le sport et s'intéresser l'autre. La maladie pousse à l'égoïsme quand elle prend trop de place

Pas tout dire les premiers temps, y aller progressivement

Gagner la confiance de l'autre

Faire preuve de franchise mais attention à ne pas tout débiller : en fonction des susceptibilités, des contextes, on peut froisser quelqu'un sans le vouloir. Il faut avoir des filtres et de la retenue... (comme il est dit dans *Interstellar La franchise absolue n'est pas toujours le mode de communication le plus diplomatique...*)

Attention on peut être désinhibé par des substances psychoactives, légales ou non, psychotropes

Prendre en compte la personnalité: plus ou moins tactile, volubile ou réservé. Dans un groupe, il faut de tout : des timides, des extravertis... rendez-vous aux mots croisés de la page 14.

Avec le temps, on peut développer différents types d'amitié, plus ou moins proche, grâce à la confiance et au temps passé : avoir une histoire en commun, ça crée des souvenirs : est-ce vraiment un ami si c'est court ?

Dans l'amitié il y a des transactions mais une relation contrainte, est-ce une amitié ? (

Il reste des séquelles du confinement : on invite moins, on se serre moins les mains (historiquement : serrer la main = je me désarme = je fais confiance)

Profite ta relation est saine quand il...	1	Respecte tes décisions, tes désirs et tes goûts
	2	Accepte tes amies, amis, et ta famille
	3	À confiance en toi
	4	Est content quand tu te sens épanouie
	5	S'assure de ton accord pour ce que vous faites ensemble
Vigilance, dis stop ! Il y a de la violence quand il...	6	Te fait du chantage si tu refuses de faire quelques chose
	7	Rabaisse tes options et tes projets
	8	Se moque de toi en public
	9	Est jaloux et possessif en permanence
	10	Te manipule
	11	Contrôle tes sorties, habits, maquillage
	12	Fouille tes textos, mails, applis
	13	Insiste pour que tu lui envoies des photos intimes
	14	T'isole de ta famille et de tes proches
	15	T'oblige à regarder des films pornos
	Protège-toi, demande de l'aide ! Tu es en danger quand il...	16
17		« Pète les plombs » lorsque quelque chose lui déplaît
18		Menaçe de se suicider à cause de toi
19		Menaçe de diffuser des photos intimes de toi
20		Te pousse, te tire, te gifle, te secoue, te frappe
21		Te touche les parties intimes sans ton consentement
22		T'oblige à avoir des relations sexuelles
23		Te menaçe avec une arme

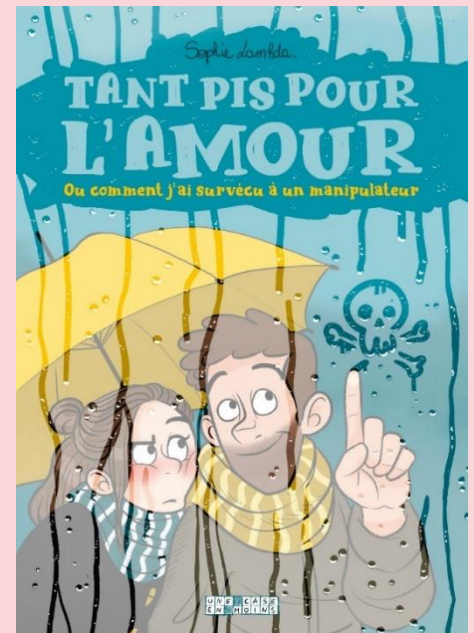
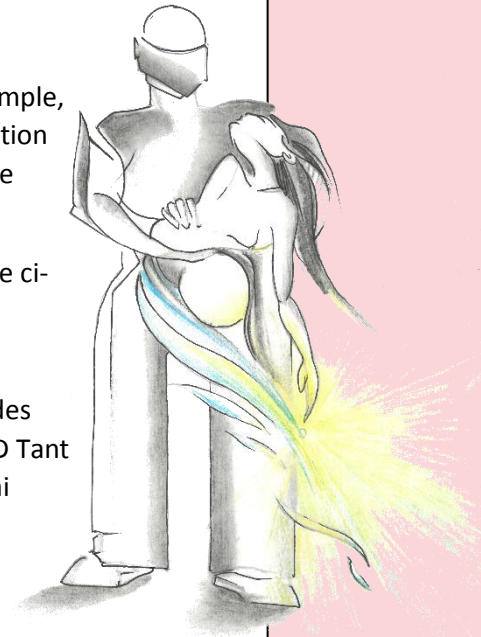
Relation toxique ?

10

Une relation n'est pas toujours simple, parfois source de souffrance Relation fusionnelle : risque que l'un efface l'autre

Comment faire ? Le violentomètre ci-contre est un exemple d'outil permettant de mesurer

Pour réfléchir, on peut regarder des films comme Mon roi ou lire la BD Tant pis pour l'amour. Ou comment j'ai survécu à un manipulateur



10

Et plus, si affinité ?

Quels peuvent être les signes d'intérêt

- clin d'œil
- contact physique /tactile
- invitation, rendez vous
- prendre des nouvelles
- prendre soin de son apparence
- regard
- sourire
- mots doux, poèmes
- bisou
- attentions, cadeaux
- langage corporel, mimétisme,
- humour, chercher à faire rire, taquinerie
- intérêt porté à l'autre (questions, échange, temps)

ET est-ce que tout ça se répète ??

Mais au fait, y-a-t' il vraiment des signes ?

- on peut passer à côté
- on peut mal interpréter

Et tout ça, ça peut être virtuel ?

Chat GPT, Character AI... Peut-on parler de relation avec les intelligences artificielles ? Aurons-nous un jour une IA (infirmière artificielle) à l'hôpital de jour ?



Il existe déjà des outils numériques en santé mentale comme Owlie



<https://www.owlielechatbot.fr/>

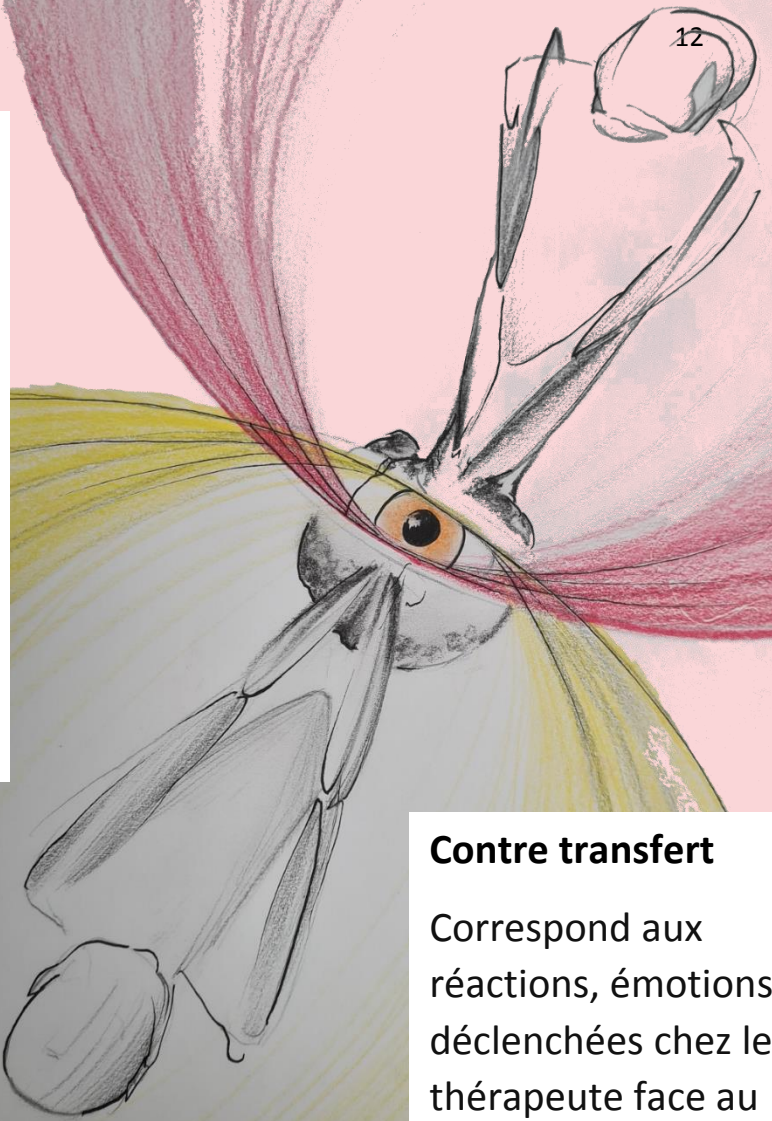
Mais prudence nous rappellent « Her » ou « Black mirror »...

Transfert ?

Mécanisme mettant en jeu une relation affective forte entre le patient et son thérapeute. Le patient s'adresse en réalité à une personne à laquelle il attribue un savoir, qui représente différentes facettes de sa vie et les sentiments qui y sont liés

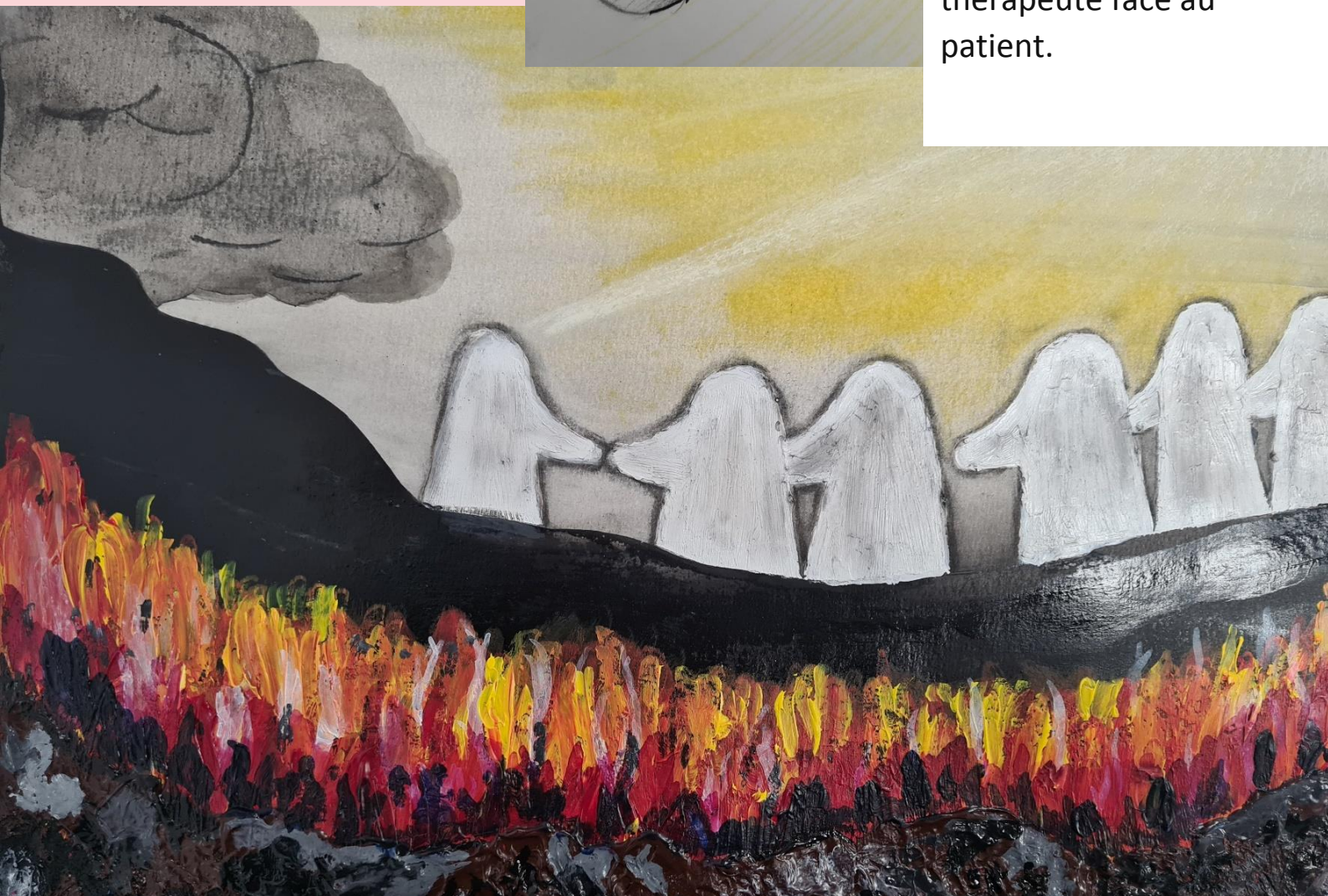
Relation d'aide ?

Pas si simple...



Contre transfert

Correspond aux réactions, émotions... déclenchées chez le thérapeute face au patient.



Pair aideance

Spécial relations

*Gabby sort de son entretien avec le Pr Psychimie.
Elle est toujours souriante et enjouée avec lui.
Gabby se demande si elle est amoureuse de lui.*

Notre conseil à Gabby : Peut-être tu devrais oser demander au Pr Psychimie ? Faire écouter à Gabby la playlist de l'hôpital de jour (p 22)

Jimmy a rendez-vous avec Emmie, sa case manager à 10h mais ça fait 10 minutes qu'il attend et elle n'est toujours pas là.

Jimmy pense qu'Emmie n'a pas envie de le voir

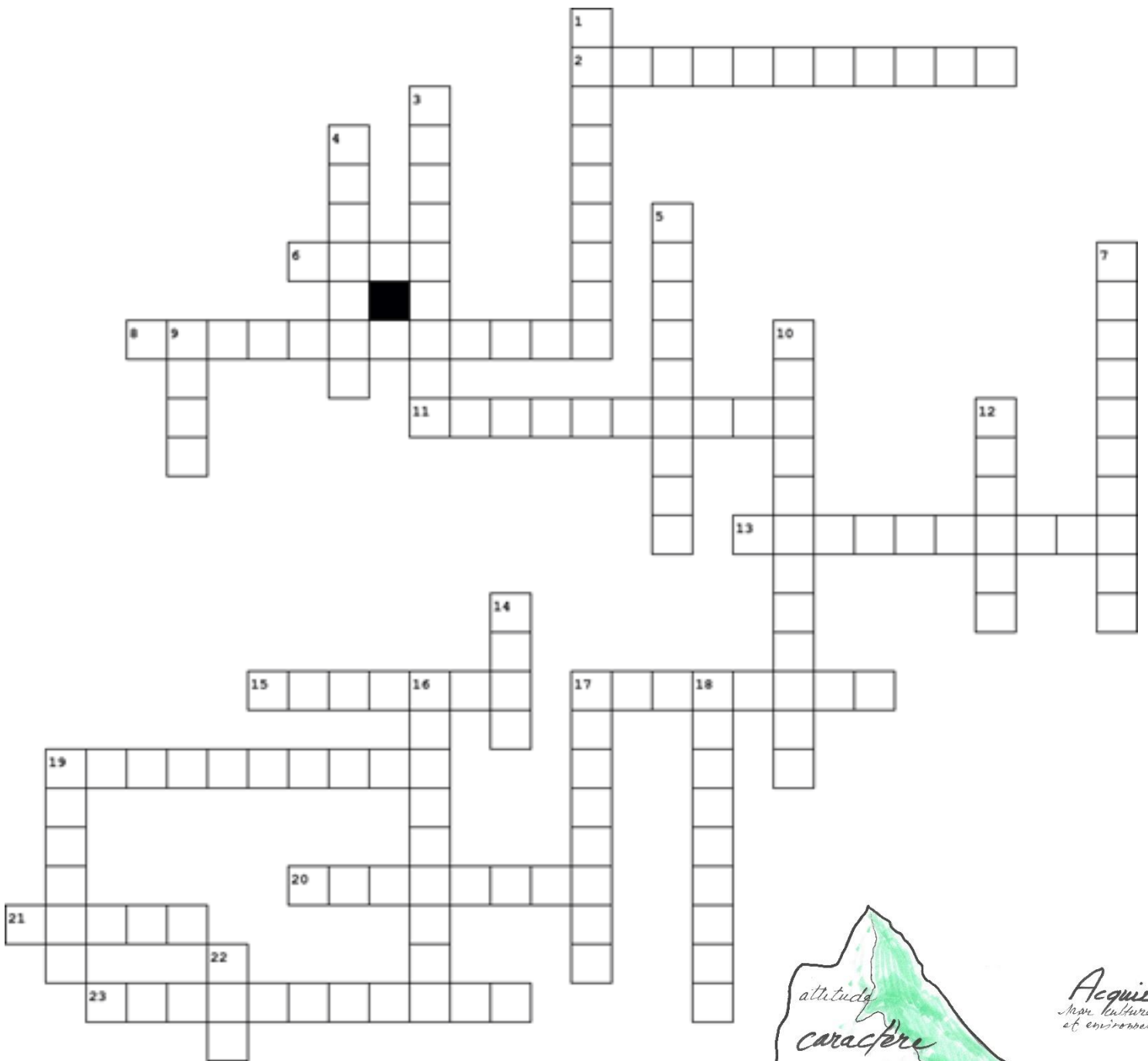
Notre conseil à Jimmy : Relax, envoie un sms, ça ne fait que 10 minutes : est-ce que c'est déjà arrivé ? Est-ce habituel ? Est-ce aussi avec les autres ? Est tu au bon endroit ? Le bon jour ? Il peut y avoir beaucoup de raisons...

Lydie ne retrouve plus sa carte bleue. Elle est persuadée que c'est Jimmy son neveu qui lui a pris. D'ailleurs, depuis quelque temps, elle le trouve bizarre : il a dû acheter du cannabis.

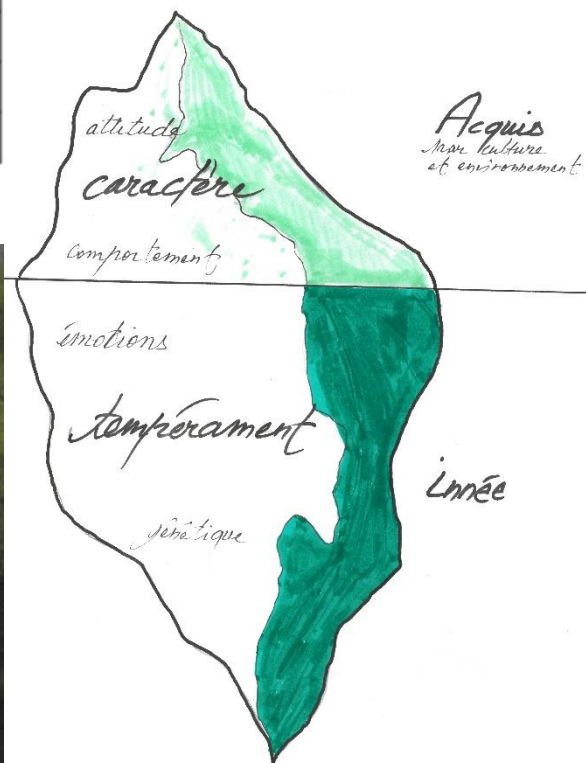
Notre conseil : C'est quoi le cannabis pour toi Lydie ? En tout cas, attention aux conclusions trop rapides ! Jusqu'à présent, les dealers ne prennent pas la carte... Laissons le dernier mot à Baudelaire : Ce que le haschisch te donne d'un côté, il te le retire de l'autre... Il te donne le pouvoir de l'imagination mais t'enlève la possibilité d'en profiter.

Conclusion : dans une relation, on passe notre temps à interpréter et ce avec le filtre de notre humeur, nos représentations, nos expériences...

Si vous avez d'autres idées : envoyez vos suggestions à hdjournal@ch-le-vinatier.fr



Mots croisés



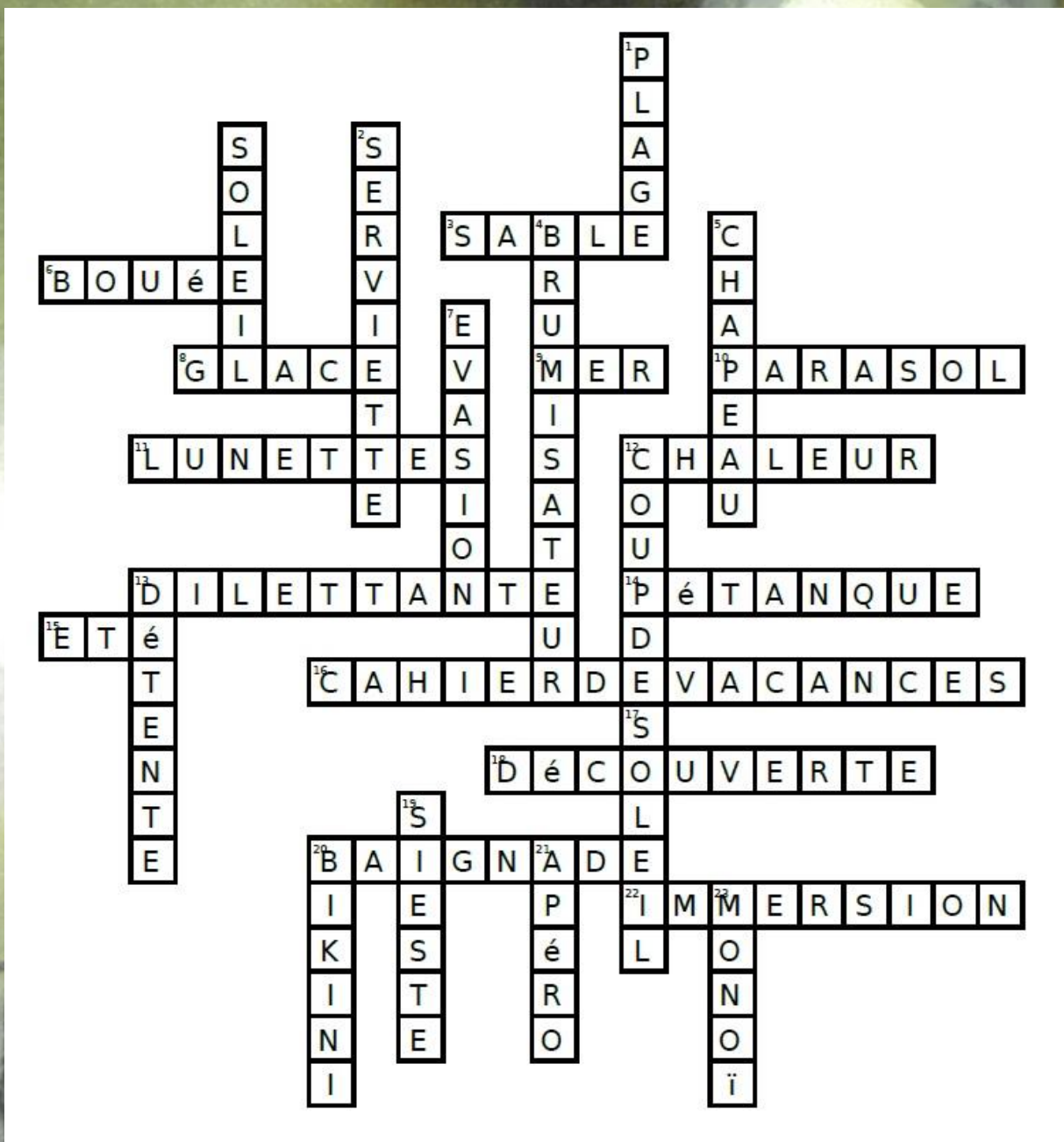
Horizontalement

2. Qui avance coûte que coûte, malgré les échecs
6. Qui a une haute estime de soi
8. Joyeux en toutes circonstances
11. Se mettre à la place de l'autre
13. Qui voit le verre à moitié vide
15. Qui est en capacité d'aller vers les autres
17. Qui aime les bonnes choses, épicurien
19. Qui s'adapte facilement
20. Qui aime être entouré et facilite le contact
21. Pense ce qu'il dit
23. Imbu de sa personne

Verticalement

1. Qui voit le verre à moitié plein
3. Qui prend des risques
4. Qui aime apprendre, s'intéresse à tout
5. Qui fait preuve d'espièglerie
7. Qui aime avoir le contrôle sur l'autre
9. Garde une forme d'innocence
10. Qui ne veut pas nuire à l'autre et veut l'aider
12. Heureux et souriant
14. Qui ne change pas de position/d'idée
16. Donne de sa personne, tourné vers les autres
17. Qui donne sans compter
18. Qui sait se relever
19. Près de son argent
22. Qui est sans indulgence, sans pitié, sans cœur ; sévère

Solutions des mots croisés du numéro précédent



Rugby

Le sport, c'est aussi l'occasion d'être en relation !

Le rugby à XV est un sport d'origine anglaise qui a été codifié pour la première fois le 7 septembre 1846 à Rugby, en Angleterre.

C'est un sport collectif qui met particulièrement en avant la notion d'équipe

Les temps d'avance du rugby sur le foot

- 1 le manager et ses assistants en tribune
- 2 l'état d'esprit dans le jeu et en dehors
- 3 l'assistance vidéo et l'analyse vidéo en direct
- 4 les fautes et simulations dans le foot
- 5 le hors-jeu



Interview Barbara Durand du 04 décembre 2023

Barbara Durand est infirmière au Vinatier depuis 2013, elle est chargée du programme Sexotopie qui a débuté à l'automne 2021 avec son premier groupe d'échange.

Les origines du groupe : Sans spécialisation particulière, Barbara a eu l'idée de créer Sexotopie il y a des années au travers de sa profession, lorsqu'elle travaillait en EHPAD où certains patients évoquaient avec elle leur vie affective et intime, où des couples se créaient et les résidents se questionnaient sur certains sujets. De quel droit pourrait-on contenir des adultes, leurs pulsions, leurs envies ? Sachant que certaines familles étaient contre l'idée que leurs proches créaient des relations en milieu médicalisé, l'observation et l'incompréhension ont donc poussés Barbara à réfléchir à un programme basé sur le bien être sexuel et affectif, chose qui à l'époque n'existait pas pour les adultes. L'idée à mûrie en elle au fil des années.

Elle a par la suite travaillé au Vinatier auprès d'un public différent mais toujours avec beaucoup de nouvelles questions sur le bien être sexuel, les effets des médicaments sur celle-ci, le côté affectif, la question du consentement, de l'isolement social, comment, au-delà du trouble psychique avoir une vie sensuelle épanouie ?...

Une fois l'idée mûrie, il fallait monter le programme puisque rien n'existait sur ce thème. Au départ en collégial de 3 personnes, puis l'année suivante Barbara et ses collègues ont créé le programme.

Aujourd'hui en 2023 Sexotopie en est à sa 5ème édition. Barbara est maintenant seule sur le programme mais nous informe qu'elle aurait peut-être trouvé un binôme pour l'accompagner.



En quoi consiste ce groupe ?

Parler de toutes les thématiques autour du bien être sexuel, se questionner et s'informer.

Comment est composé le groupe ?

Le groupe est mixte et composé de 8 participants. Ceux-ci sont volontaires, ils passent un entretien individuel préalable avec Barbara durant lequel Barbara présente le programme, des outils et échange avec le patient sur ses besoins pour confirmer que le groupe va y répondre.

Durant cet entretien certaines questions intimes peuvent être abordées car les patients se livrent sur leur vécu ; contrairement à ce qu'il se passe durant le groupe. À la fin de l'entretien individuel chacun décide si oui ou non le groupe sera adapté aux besoins du patient. Parfois le patient n'est pas retenu car ses questions sont beaucoup trop personnelles.



À qui est destiné ce groupe ?

A toute personne qui vit avec un trouble psychique tel que la bipolarité, la schizophrénie, l'autisme sans trouble du développement intellectuel...

D'où proviennent les idées ?

Comme expliqué précédemment les idées émergent d'observations et de temps de parole avec les patients, elles sont articulées en 8 séances avec 8 thématiques différentes

Comment pouvez-vous mettre les gens à l'aise lors de la 1^{ère} séance ?

Le rendez-vous préalable a pour fonction de bien cerner les besoins et de libérer la parole du patient. Lors de la première séance un petit jeu pour briser la glace est mis en place pour que tout le monde se mette à l'aise avec le thème. On y énonce tous les mots du lexique de la sexualité, sensualité... De plus, le groupe est fixe et fermé ce qui rassure également les participants.

Avez-vous déjà rencontré des difficultés durant les groupes ?

Barbara nous affirme que non car les limites et le cadre sont clairement prédéfinis et respectés par les patients. Si une question est posée et ne fait pas partie du thème, elle sera gardée pour la séance auquel le thème se prêtera à celle-ci.

Comment sont articulées les 3 heures de chaque section ?

Les participants commencent toujours par un feedback de la session précédente, et les questions à froid. Ensuite le thème de la séance est abordé, autour de vidéos, jeux de rôle, observation de planches anatomiques, brainstorming, questionnaires... Chaque séance se clôt par un petit jeu. Un résumé de chaque séance est envoyé ensuite aux participants.

Est-ce que le groupe est populaire ?

Oui il l'est, grâce au bouche à oreille, Barbara se trouve parfois obligée de refuser des participants car les 8 sont déjà trouvés. Elle nous indique qu'elle reçoit une 20aine de demandes. Elle a maintenant une liste d'attente de 5-6 personnes.

Quelle est la tranche d'âge moyen représentée ?

La fourchette d'âge va de 21 ans à 70 ans mais les plus représentés sont les 30-50 ans.

Les participants sont-ils assidus ?

Certains arrêtent en cours de route pour des raisons personnelles, tel qu'un changement de situation, car ils se sentent mal ou bien au contraire sont sortis, d'autres car la 1ère séance ne correspondait pas à leurs attentes. Dans la majorité des cas les participants sont assidus. On peut rater 1 séance mais au-delà cela ne fait plus trop de sens puisque chaque séance a une thématique précise.

Comment peut-on participer ?

Il suffit d'envoyer un email à Barbara Barbara.durand@ch-le-vinatier.fr

Est-ce que les troubles psychiques causent des difficultés à poser des limites ? Savoir dire non ?

Deux séances entières sont consacrées au consentement. Le fait de s'affirmer qui peut être compliqué et avoir une faible estime de soi. Durant ces deux séances les besoins sont identifiés ainsi que les limites de chacun. Un large travail sur ces deux volets est entrepris pour permettre d'oser, donner l'envie de faire des démarches. Le groupe rassure car les participants voient qu'ils ne sont pas seuls dans leur cas de figure. On y travaille sur l'ouverture du champ des possibles.

Traitement et libido ?

Une séance spécifique est dédiée aux troubles sexuels qui découlent du psychisme, des traitements et autre. Par trouble sexuel on entend être mal, avoir mal dans le contact intime avec l'autre, mal vivre sa vie sexuelle.

Quelles thématiques sont abordées ?

Les thèmes sont fixes, c'est un groupe où l'on parle non seulement de la santé, la sexualité, la vie intime, sentimentale et amoureuse, la prévention et les conduites à risque.

Contenu de la saison de Sexotopie :

- Épisode 1 : Accueil/Mes représentations
- Épisode 2 : Société et Sexualités – Je suis sexué(e)
- Épisode 3 : Quand je rencontre l'autre Je consens Partie 1
- Épisode 4 : Quand je rencontre l'autre Je consens Partie 2
- Épisode 5 : Comment je m'épanouis dans ma sexualité ?
- Épisode 6 : Quand je vis des troubles, quid de ma sexualité ?.
- Épisode 7 : Je maîtrise les risques dans ma sexualité
- Épisode 8 : Comment puis-je être accompagné(e) ?

SAISON 6

8 épisodes

**Animé par
un binôme
Professionnels
santé**

Un autre regard

Un kanji pour accompagner vos réflexions sur les mots croisés ☺

内向的: introverti
 interieur direction particule adjectif

外向的: extraverti
 exterieur direction

親: intimité
 忠: fidelite
 實: verite

寬大: tolerance grand(e)
 情(心)深(心): profondeur
 empathique

人
 格
 PERSONNALITE

七刀: couper
 : calme
 : loyal

Et comme tout finit par des chansons

Playlist Amour HDJ : notre recette :

Commencer par un soupçon de Jacques Brel avec ses « Ne me quitte pas » et « La quête »

Ajouter une cuillère à café de « Another love » de Tom Odell

Saupoudrer le tout de « Beautiful » de James Blunt

Puis incorporer à cela « Viva la Vida » de Coldplay

Remuer avec « Summertime » de Janis Joplin

Faire fondre « LA women » des Doors

Mélanger le tout avec « Je l'aime à mourir » de Cabrel et « Une dernière danse » de Kyo

Faire un puits dans lequel ajouter « Always love you » de Whitney Houston

Compléter avec une douzaine d' « histoires d'amour » des Rita Mitsouko

Rajouter « Que je t'aime » de Johnny Halliday

Sans oublier une livre de « Je t'aime » de Lara Fabian

Verser 50 cl de « Serre moi » de Tryo

Puis une bonne grosse pincée du « Géant de papier » de Jean-Jacques Lafont

Faire cuire le tout avec « Allumez le feu »

Accompagné d'amour familial

« Beau Papa » Vianney

« Inaya » de Soprano

« Prendre un enfant par la main » d'Yves Duteil

« Laisse pas traîner ton fils » de Suprême NTM

Servi avec amitié :

« Les copains d'abord » de Georges Brassens

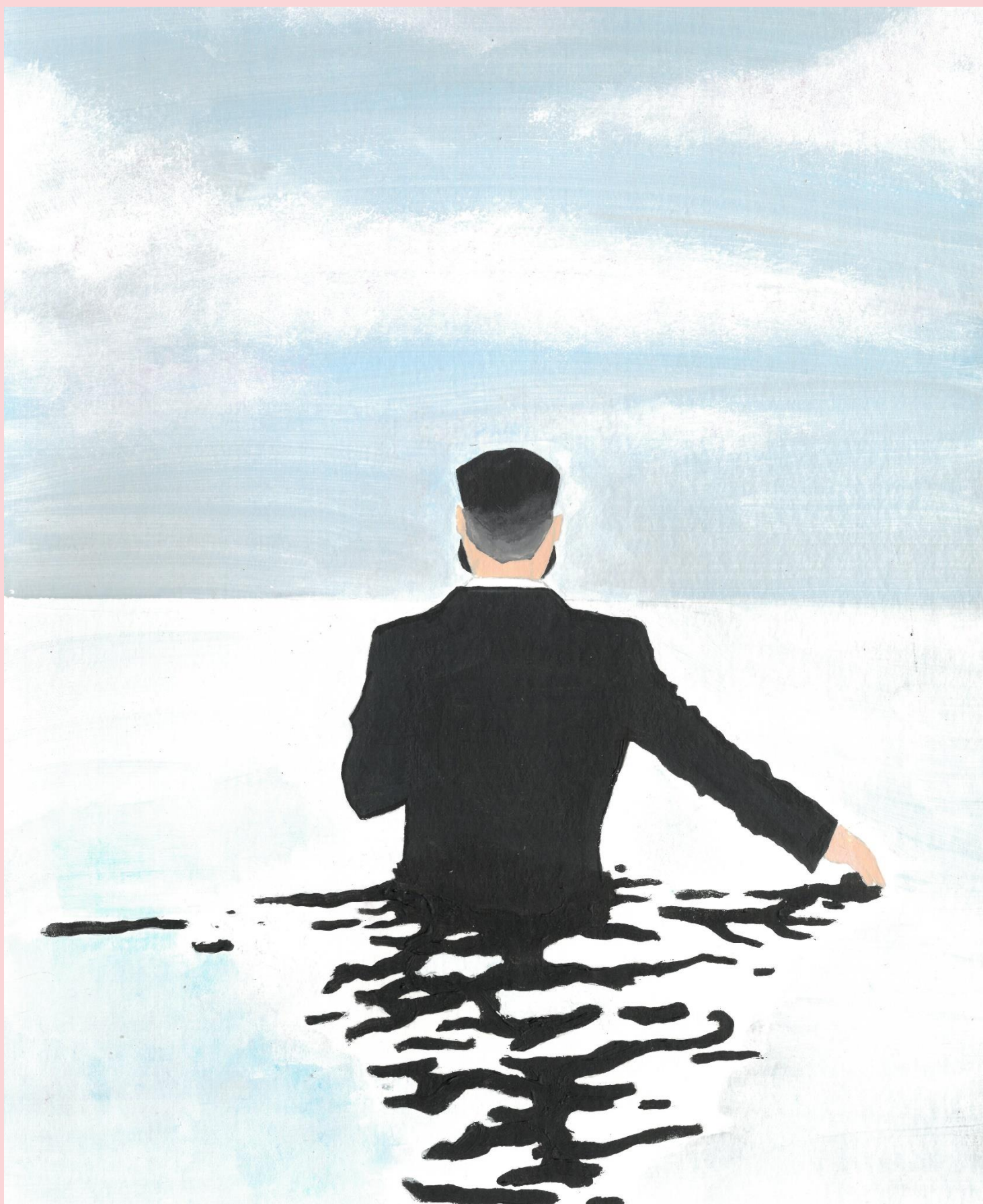
« Heureux qui comme Ulysse » Brassens aussi

Et pour finir quelques gourmandises :

« Du Rhum, des femmes » ...de Licence 4

« Les sardines » de Patrick Sébastien

Bonne love musicale !



La relation à soi-même : la plus compliquée mais celle qu'on ne peut pas éviter...

HDJournal, une publication du Pôle Centre Rive Gauche

LE VINATIER

PSYCHIATRIE UNIVERSITAIRE
LYON MÉTROPOLE



Comité de rédaction

Alexandre, Anne, Axelle, Christophe, Clara, Clément, Denis, Emmanuelle, Inès, Jean-Baptiste, Jeremy, Juliette, Khedidja, Laurence, Lauriane, Ludovic, Mohammed, Maëlle, Margot, Mathilde, Nadir, Nicolas, Nina, Océane, Philippe ; Sabine, Sandrine, Sarah, Thibault, Thierry

Illustrations réalisées à l'hôpital de jour, dans le cadre de l'atelier d'expression par les arts d'Alexia PARISI

Comité de relecture

Anne Laure, Antoine, Gaëlle, Lotfi, Mikael, Nicolas, Nigar, Virginie

Écrivez-nous :

<https://centre-ressource-rehabilitation.org>

hdjournal@ch-le-vinatier.fr