

PARCOURS
d'exil

RAPPORT
D'ACTIVITÉ
2023



Notre mission

Agrément centre de santé depuis 2004

Soin inconditionnel et gratuit des personnes en exil souffrant de psychotraumatisme lié à la torture et autres violations graves des droits de l'Homme et lié au parcours migratoire.



Le soin est au cœur de notre mission

Prise en charge globale du patient par une équipe pluridisciplinaire composée de **médecins généralistes** formés au psychotraumatisme, de **psychologues**, d'**ostéopathes** et de **yogathérapeutes**.

Notre approche est psychocorporelle :

- 1 ➔ Soulagement des symptômes
- 2 ➔ Stabilisation et ancrage
- 3 ➔ Thérapies centrées sur le traumatisme selon les recommandations de l'OMS

- La désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires (EMDR),
- les thérapies cognitivo-comportementales (TCC),
- l'hypnose,
- la thérapie de la reconsolidation.
- D'autres approches sont utilisées : l'intégration du cycle de vie (ICV) la thérapie psychodynamique et la somatic experiencing.

Le soin est complété par **des ateliers d'insertion** qui facilitent l'intégration des patients dans la société et leur permettent de redevenir pleinement acteurs de leur vie.

Français, insertion professionnelle, sorties culturelles, informatique



Nos valeurs

- ➔ Dignité humaine
- ➔ Exigence professionnelle
- ➔ Engagement
- ➔ Écoute



TABLE DES MATIÈRES

PARCOURS D'EXIL EN CHIFFRES	2
RAPPORT MORAL DU PRÉSIDENT	4
LE SOIN	6
• Notre spécificité dans la prise en charge du psychotraumatisme	6
• Pratique de l'EMDR auprès d'un public exilé	8
• Recentrer le patient comme acteur principal de sa guérison, une approche ostéopathique d'un traumatisme complexe	10
- Le point de vue de l'ostéopathe	12
- Le point de vue du médecin	14
• L' «aller vers» au CADA de Paris de France Terre d'Asile	16
• Les ateliers d'insertion :	18
- Atelier de français	18
- Atelier d'informatique	19
LES PATIENTS	20
LA FORMATION	24
LES GROUPES D'ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES	26
RÉSONANCES : La plateforme de soutien pour les salariés du dispositif national d'accueil (DNA)	28
ÉVÈNEMENTS	30
VERS 2024	34
• Nouveautés dans le projet de soin	34
• Nouveautés dans l'offre de formation	35
RAPPORT FINANCIER ET REMERCIEMENTS	36
ÉQUIPE DE PARCOURS D'EXIL	40

PARCOURS D'EXIL EN CHIFFRES

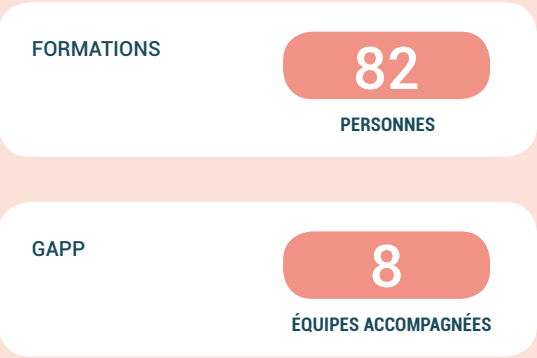
L'ÉQUIPE ETP **7,6**



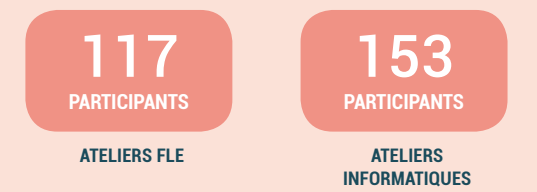
RÉSONANCES



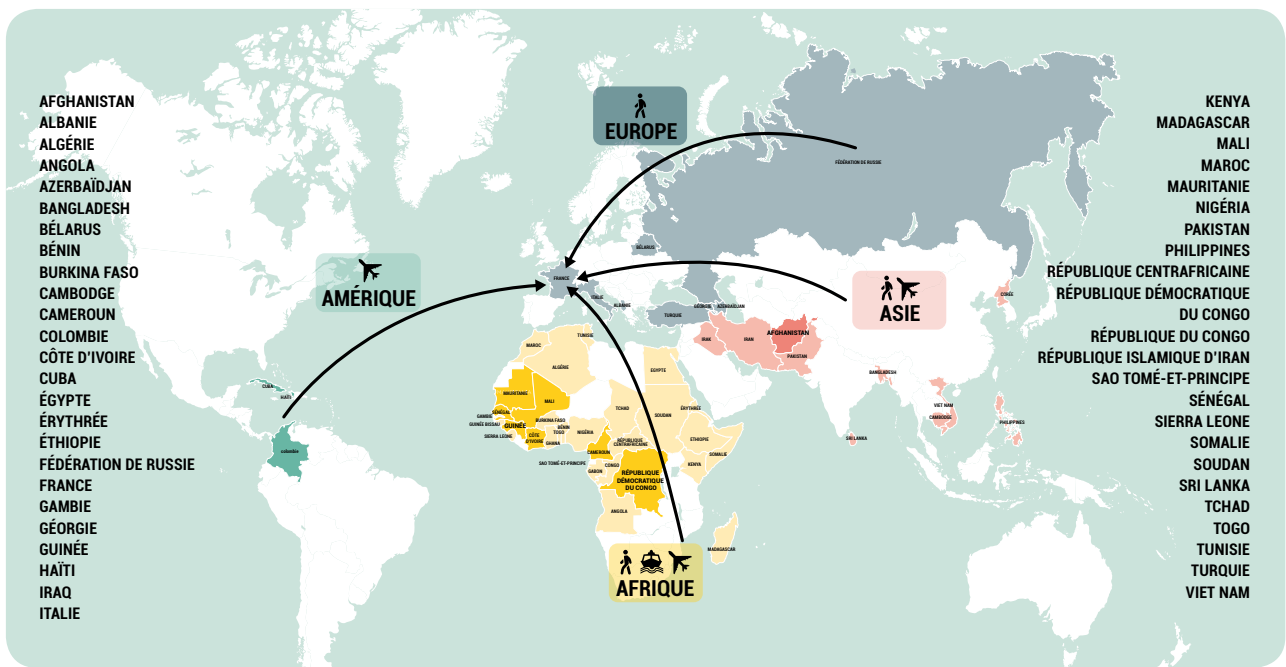
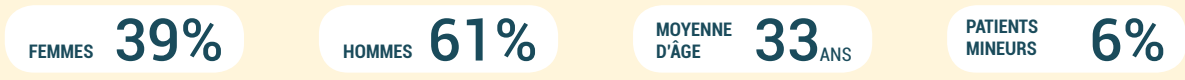
ACCOMPAGNEMENT DES PROFESSIONNELS



ATELIERS PARTICIPANTS **270**



SOINS PATIENTS **498**



RAPPORT MORAL

Chers amis,

Préparer ce rapport moral me fait réaliser combien, encore en 2023, notre association, *Parcours d'Exil*, a relevé des défis importants après ceux rencontrés entre 2020 et 2022 pendant la crise sanitaire, celle des vaccinations et leurs suites. Les indicateurs épidémiologiques de santé mentale, se sont fortement détériorés pendant et après la crise, en population générale et en population spécifique et l'actualité migratoire est soutenue (loi immigration, nombre de candidats à l'accueil en nette augmentation, évolution de la politique géographique d'accueil et diminution des subventions du ministère de l'Intérieur... etc). A ceci s'ajoute le changement de direction médicale suite au départ du Dr Clémence Chamoin, remplacée par le Dr Pierre-Henri Daculsi fin 2023. Dans ce contexte mouvant, je souhaite évoquer les éléments saillants de cette année 2023.

L'activité clinique a bien progressé (+19%) et je note un dynamisme dans les activités de formation et de supervision. L'enjeu du point d'équilibre entre formation et soins reste crucial

pour l'année 2024. La notoriété et la visibilité de *Parcours d'Exil* continue à progresser comme en témoignent les demandes de formation ou la coopération avec la Délégation Interministérielle à l'Accueil et à l'Intégration des Réfugiés et ce, grâce notamment au programme « Résonances » au niveau national et à la participation aux différents évènements (Colloques, festivals Facettes).

L'installation du nouveau Directeur Médical a été l'occasion de mettre en place des nouveaux outils de suivi des process administratifs et financiers ainsi que la communication entre les Directions et le CA ou son Bureau. Il est attendu que l'installation de cette nouvelle gouvernance s'opère dans la durée, la conduite du changement est accompagnée d'un coaching. L'année 2023, c'est aussi la confirmation d'un projet médical qui se structure autour des thérapies basées sur les données probantes, le développement de l'équipe, la mise en place de supervision extérieure, de débrief quotidien et de 3 journées d'étude par an pour l'équipe. Enfin, *Parcours d'Exil* a initié une démarche « d'aller vers » avec la coopération avec les CADA.

Le Conseil d'Administration et son Bureau continuent à se renouveler et à se renforcer avec le changement de présidence et l'arrivée de nouveaux membres qui apportent des expertises complémentaires.

Vous l'aurez compris, les 4 axes de notre Plan Stratégique sont confirmés et devront encore se renforcer en 2024. S'agissant du renforcement de la qualité de l'intervention de *Parcours d'Exil* (formation, supervision et recherche) ainsi que, sur le volet social, de l'insertion, nous avons partagé la nécessité d'investir plus encore nos activités de réseau. Pour la consolidation et la pérennisation de la structure, la diversification de nos sources de financement bénéficie d'une mission de conseil/fund-raising assurée par Alexandra Dubois Ghidalia, qui a d'ores et déjà identifié des éléments concrets d'action. Le sentiment d'appartenance pour les professionnels est également un enjeu pour cette pérennité.

Le recrutement des postes vacants, la diversification de nos modes de prise en charge devrait permettre d'avancer dans le 3^{ème} axe de notre Plan Stratégique (réduire la file active).

S'agissant du 4^{ème} axe, comme je l'ai indiqué plus haut, la notoriété et la visibilité de *Parcours d'Exil* progresse, signe que les efforts dans ce domaine portent leurs fruits.

Au total, le bateau tient le cap, témoignant de l'engagement de l'ensemble de l'équipe à qui il faut rendre hommage. Un immense merci à Sabrina, d'abord, qui a su s'engager de manière constructive dans la conduite du changement et assurer la continuité dans cette phase de transition, à Pierre-Henri, ensuite, pour sa prise de responsabilité dans la conduite du projet de soins et de formation et surtout d'animation d'équipe.

Je remercie chaleureusement les membres du Conseil d'Administration pour leur engagement précieux. Au nom de l'ensemble de l'équipe, c'est également l'occasion pour moi de remercier nos partenaires et financeurs pour leur soutien et leur confiance.



Frank Bellivier
Psychiatre, Président
de *Parcours d'Exil*

LE SOIN

Notre spécificité dans la prise en charge du psychotraumatisme,

Pour une prise en charge à Parcours d'Exil, les personnes exilées souffrant de psychotraumatisme peuvent prendre rendez-vous directement dans notre centre de santé, sans condition. Tous les deux mois environ, de nouveaux créneaux de consultations sont ouverts, selon les disponibilités des thérapeutes.

Un patient consulte en premier le médecin généraliste, qui réalise une évaluation globale de son état de santé, et plus particulièrement de ses besoins en santé mentale. L'accompagnement des personnes exilées souffrant de psychotraumatisme est au cœur de nos prises en charge, mais la clinique de l'exil est complexe. Les violences vécues, celles qui ont motivé l'exil, ou celles vécues sur le parcours ou à l'arrivée dans le pays d'accueil, ont un impact majeur sur la santé. Les deuils, les séparations, la complexité des démarches administratives, l'incertitude quant à obtenir la protection internationale, sont aussi, parmi d'autres, une cause de souffrance psychique. Outre le trouble de stress post-traumatique (TSPT), nos patients souffrent souvent de troubles dépressifs et anxieux associés.

Nous proposons donc des soins intégrés au sein d'une approche pluridisciplinaire : les médecins, qui

se forment au traitement du TSPT, collaborent avec les psychologues et les ostéopathes. Chaque jour, les thérapeutes se regroupent pour une concertation autour des prises en charges des patients.

Par une attention portée au « prendre soin » et au rétablissement, Parcours d'Exil propose aux patients des séances de yogathérapie-relaxation, des ateliers de français et d'informatique. En 2024, ces activités seront complétées par des ateliers de danse-thérapie et des groupes de parole.

Le défi de l'accompagnement d'un public exilé en souffrance implique une préoccupation pour le bien-être au travail des membres de l'équipe. Pour prendre soin des soignants, les thérapeutes se réunissent au quotidien pour un temps d'échange pluridisciplinaire, une supervision par une psychologue a lieu chaque mois, et en 2023, nous nous sommes formés à l'EFT (Emotional Freedom Technique), thérapie pour la prise en charge du TSPT. S'ajoutent des temps de réflexion sur la pratique, organisés en journées d'étude, trois fois par an, avec cette année, par exemple, une visite de la CNDA*, les présentations du projet « REPERES » avec le Samu Social de Paris, et de notre partenariat avec LOBA, proposant la danse-thérapie.

Par ailleurs, Parcours d'Exil a aussi pour mission d'aider les professionnels travaillant auprès des personnes exilées. Nous dispensons des formations, dans notre centre ou directement auprès des institutions, sur le

stress post-traumatique dans le contexte de l'exil, sur l'accompagnement des personnes en souffrance, et sur les risques et troubles psychosociaux.

De plus les professionnels peuvent être accompagnés via l'animation de groupes d'analyse des pratiques professionnelles effectués par des psychologues de l'équipe dans plusieurs institutions.

Ajoutons la plateforme téléphonique Résonances, service proposé aux professionnels du Dispositif National d'Accueil, sur l'ensemble du territoire. Trois psychologues en 2023 ont réalisé des entretiens individuels, des ateliers en groupes, des webinaires et diffusent une newsletter.

L'approche de Parcours d'Exil se caractérise donc par une approche intégrative pluridisciplinaire, avec un rôle central du médecin généraliste, une prise de rendez-vous directe des patients, et un accompagnement diversifié des personnes au contact du public exilé.

*D. Fassin et A-C. Defossez. *L'Exil, toujours recommencé, chronique de la frontière.* (2024)



Nos consultations sont
« le reflet des désordres du monde »*.

Pratique de l'EMDR auprès d'un public exilé

L'EMDR qui signifie Eye Movement Desensitization and Reprocessing, est une approche psychothérapeutique introduite par Francine Shapiro en 1987 aux Etats-Unis. Elle est désormais reconnue par l'OMS (2013), l'INSERM (2004) et la Haute Autorité de Santé (2007) pour son efficacité dans le traitement des troubles post-traumatiques. Elle est également utilisée dans d'autres problématiques psychiques telles que les troubles dépressifs, les phobies, les douleurs chroniques, etc.

Se basant sur des processus neurologiques, l'approche EMDR identifie les souvenirs traumatiques comme n'étant pas "digérés" par la mémoire, entraînant des conséquences importantes sur la vie présente du patient. Après plusieurs séances autour de la demande du patient et l'installation d'une alliance thérapeutique, le principe de la thérapie est alors d'identifier ces souvenirs problématiques, de permettre à la mémoire de retraiter le souvenir ciblé, de le "digérer" tout en diminuant la surcharge émotionnelle associée. Ce processus est accompagné de Stimulations Bilatérales Alternées (SBA), notamment des mouvements oculaires, facilitant le processus de retraitement.

Le public en situation d'exil étant particulièrement exposé à des événements traumatiques multiples et complexes, l'EMDR apparaît comme une approche intéressante et efficace pour aborder le psychotraumatisme et en diminuer les symptômes. Certaines études ont pu être menées auprès de ce public, notamment via des protocoles en groupe (Molero & al, 2019; Smyth-Dent & Al, 2019) démontrant leur efficacité. Les pro-

tocoles individuels et groupaux habituellement utilisés peuvent être adaptés selon les contextes culturels et linguistiques (Naseh, Stempel & al, 2019).

Au sein de Parcours d'exil, plusieurs thérapeutes utilisent l'approche EMDR auprès des patients. Ce processus pouvant produire des effets puissants, il nécessite toutefois une vigilance et des précautions respectant la temporalité psychique du patient. En effet, plus de 50% des patients de notre centre ont été victimes de violences politiques notamment d'actes de torture dans leurs pays d'origine. Le retraitement de ces souvenirs, souvent à vif, peuvent être particulièrement douloureux et s'entremêlent souvent avec d'autres événements traumatiques liés aux parcours d'exil et à l'arrivée en France.

A cela s'enchevêtre une temporalité administrative particulière qui impacte grandement la santé psychologique des patients : procédure Dublin, entretien OFPRA, rejets, recours, audiences, etc. Certaines étapes de la demande d'asile entravent grandement la capacité des personnes à mobiliser leurs ressources sociales et psychiques.

La gravité, la multiplicité des événements traumatiques ainsi que les procédures administratives qui s'y ajoutent, rendent le moment présent particulièrement instable. L'enjeu pour le thérapeute EMDR sera alors de travailler davantage les ressources psychiques et la stabilisation émotionnelle, via l'EMDR, pour que le patient puisse affronter au mieux cette période de grands défis.



Maude Fouchard
Psychologue clinicienne

Le développement des ressources passe par l'utilisation et la transmission de certains outils, que le patient peut expérimenter en consultation, s'approprier et utiliser en dehors des séances.

Dans un second temps, le retraitement des souvenirs traumatiques est possible lorsque la personne retrouve des capacités de régulation émotionnelle. L'accompagnement via l'EMDR permet de retraiter les déclencheurs traumatiques actuels, les souvenirs passés ainsi que les scénarios du futur.



Recentrer le patient comme acteur principal de sa guérison une approche ostéopathique d'un traumatisme complexe

À Parcours d'Exil, l'approche ostéopathique du psychotraumatisme est singulière. Avant même d'envisager le toucher, notre démarche vise à faire émerger les croyances, les valeurs et les principes du patient. Cette approche peut sembler surprenante, mais elle s'inscrit dans une philosophie de soin holistique. En tenant compte de l'histoire individuelle et des facteurs psychosociaux environnants, nous orientons nos soins ostéopathiques en accord avec ces éléments essentiels de la personne.

Le patient est considéré dans sa globalité. Nous nous intéressons à la capacité intrinsèque du patient à s'auto-réguler et à s'auto-guérir dans un contexte de précarité sociale sévère. Quels sont les inter-relations entre facteurs extrinsèques et intrinsèques du patient ? Autrement dit, quelle est la stratégie d'adaptation du patient face à son traumatisme complexe ? L'approche ostéopathique s'inscrit donc auprès des autres thérapies de Parcours d'Exil dans une vision bio-psycho-sociale.

Nous cherchons à comprendre le fonctionnement du patient et l'expression de ses plaintes somatiques. A la suite d'un psychotraumatisme, le patient est noyé dans des réactions du corps, de l'esprit et de sa spiritualité. Souvent les patients témoignent de cet état de figement qui se lit sur leur corps.

En effet, au niveau palpatoire, on retrouve des changements de texture, des asymétries musculaires. Elles sont causées par l'inflammation des tissus

mous et contractures musculaires, entraînant des restrictions de mobilité et une sensibilité exacerbée au toucher (de type allodynie). Nous sommes face à des patients qui souffrent de leurs corps sans comprendre pourquoi et comment s'en sortir.

Notre objectif est donc d'identifier la nature des troubles fonctionnels du psycho-traumatisme qui empêche leur capacité de résilience. Pour cela nous prenons en compte les processus qui contraignent leur organisme (la surcharge psychique, les troubles du sommeil, l'hygiène de vie), les modifications physiologiques par réaction de défense de l'organisme (douleur, atteintes physiques, pertes d'amplitude de mouvement, le schéma postural de protection et adaptation musculaire, le déséquilibre neurovégétatif et l'altération sensori-motrice de type proprioceptif) et les facteurs présents chez les patients qui font que les troubles fonctionnels perdurent (facteurs cognitifs, émotionnels, sociaux et physiques).

Notre rôle est aussi d'accompagner les patients, de donner du sens à leur douleur et de les encourager vers la reprise d'activité. Notre objectif est qu'ils reprennent confiance en leur corps et conscience de leur capacité d'auto-guérison.

Je suis profondément impressionné par la capacité de résilience de nos patients. C'est fascinant de voir la relation entre le corps et l'esprit ; de voir à quel point certains semblent tellement figés dans leur corps, comme s'il n'y avait plus de fluctuation naturelle, une



Lou Lecouturier
Ostéopathe

perte d'énergie palpable, un figement presque mortel pour certains. Et pourtant, ils ont une force de courage pour continuer à avancer dans des circonstances extrêmement précaires. Les patients reflètent l'impact dévastateur que le traumatisme a sur leur corps et leur esprit, mais aussi leur incroyable capacité de guérison.



**« Tu me dis, j'oublie ;
tu me montres, je me souviens ;
tu m'impliques, j'apprends »**

Benjamin Franklin

Un exemple de prise en charge pluridisciplinaire

Point de vue de l'ostéopathe

Un cas clinique pour illustrer la capacité d'auto-guérison et de résilience d'un patient ayant subi un psycho-traumatisme complexe :

Un Guinéen, Monsieur B., consulte pour des douleurs au pied et genou associées à des douleurs le long de sa colonne vertébrale depuis un an. En consultation, il raconte son parcours traumatique, qui part de Guinée jusqu'en Italie (passage par la mer) pour se terminer en France. Ses douleurs sont l'expression de la mémoire de ses traumatismes. Il est surtout affecté par son invalidité actuelle. Au-delà de ses plaintes somatiques, le patient souffre de cauchemars, d'insomnie, de reviviscences, de troubles de la mémoire et de perte de poids. La prise en charge médicale l'aide beaucoup sur les cauchemars et les reviviscences mais laisse émerger l'expression de ses douleurs, « quand je me réveille, mon corps me fait mal, je sens le poids sur moi ».

A l'examen clinique son pied présente une plaie mal cicatrisée entraînant une boiterie importante, stigmate de son emprisonnement. On note une importante raideur au niveau rachidien et au niveau de la cheville. La cicatrice est douloureuse au toucher. Au niveau palpatoire, on retrouve des inflammations au niveau des tissus mous, des contractures musculaires, des restrictions de mobilité et une sensibilité exacerbée sur plusieurs zones du corps. Dans un contexte de précarité sociale, il n'a pas fait d'examen complémentaire.

Ici, le patient souffre de douleurs chroniques aussi appelées « nociplastiques ». Après le traumatisme, les douleurs s'installent et deviennent chroniques car le système nerveux devient hypersensible et envoie des signaux de douleur même en l'absence de dommages tissulaires évidents, une forme « d'état d'alerte permanent ». Il y a un dysfonctionnement des voies de signalisation de la douleur du cerveau, ce qui amplifie et prolonge la sensation de douleur, on parle de sensibilisation centrale. Cela entraîne progressivement des raideurs musculaires et une mauvaise intégration sensori-motrice : la sensation d'être complètement bloqué, déséquilibré ou d'être figé.

La première séance est fondamentale, elle permet de comprendre la plainte du patient et son interprétation. L'objectif est de créer une alliance thérapeutique et de le soulager suffisamment afin qu'il trouve la motivation de se sortir du cercle vicieux créé par la douleur chronique.

L'ostéopathe se situe donc entre un temps de parole, d'écoute et de manipulation pour apprivoiser et comprendre l'histoire du patient.

L'idée est de présenter une nouvelle interprétation des douleurs qui ne s'oppose pas à celle du patient et de lui montrer que la guérison est possible.

C'est en reprenant confiance, que le patient s'inscrit dans une démarche d'auto-guérison. Au fil du suivi on cherche à trouver la capacité de résilience du patient.

Chez ce patient nous optons pour une détermination d'objectif (issue de l'hypnose conversationnelle) qui implique de collaborer avec le patient pour identifier et clarifier ses objectifs tout en veillant à ce qu'ils soient réalisables et motivants, une base solide pour orienter notre travail motivationnel vers la guérison. Ici, le patient exprime l'envie de courir mais ne s'en sent pas capable. Toutes nos séances vont donc être guidées par cette envie et par la construction d'un plan de motivation de remise à l'activité, au mouvement.

A la deuxième séance (2 semaines après), le patient ne présente plus de boiterie, témoigne d'une diminution des douleurs, il reprend confiance en son corps. C'est à ce moment qu'on autonomise le patient en lui donnant des exercices de mobilité, d'étirement et de renforcement de la cheville avec élastique. La prise en charge ostéopathique à ce moment consiste à travailler la modulation de la douleur et la mobilité articulaire afin d'encourager le patient à « reprendre contrôle » de ses mouvements.

A la troisième séance (3 semaines plus tard), le patient n'a plus de douleur, se sent bien, est complètement autonome sur ses exercices, nous l'incitons à reprendre le sport progressivement. Nous choisissons de travailler sur son système nerveux autonome via le système parasympathique afin de l'aider dans la récupération, dans la qualité du sommeil et la réduction du stress.

Quatrième séance (5 semaines plus tard) : Le patient fait maintenant de la course à pied 3 fois par semaine, s'entraîne en montée/descente d'escalier, il crée lui-même ses programmes de sport. Il a atteint son objectif de guérison. Il semble être épanoui dans sa guérison, on décide ensemble d'installer sur son téléphone une application qui va mesurer son activité physique, la fréquence, le nombre de kilomètres parcourus afin d'avoir un « feedback ». L'idée est qu'il prenne conscience de son évolution, que cela soit une source de motivation, qu'il soit fier de son parcours.



Point de vue du médecin

Lorsque je vois Mr B. pour la première fois en novembre 2023, cela fait 4 mois qu'il est arrivé en France. La première prise de contact consiste à faire avec lui un état des lieux sur les différents plans : clinique tant somatique que psychologique, social, administratif... Ses conditions de vie sont plutôt bonnes puisqu'il est logé chez une cousine, chez qu'il a sa propre chambre...

Son traumatisme est assez actif, mais reste modéré malgré tout. La composante dépressive de son trauma, notamment est légère. Ce qui frappe lors de cette première consultation, est qu'il est déjà très au fait de différents circuits, contacts, associations qui peuvent le soutenir dans ce parcours épineux, qu'est la demande d'asile. La plainte principale de Mr B. porte plutôt sur ses troubles mnésiques et de la concentration, qui sont au premier plan, devant des reviviscences nocturnes et diurnes, moins sévères que chez beaucoup de nos patients.

Il a bien sûr malgré tout de gros troubles du sommeil, avec parfois des insomnies quasi complètes, ne parvenant à s'endormir qu'à l'aube. Ses cauchemars remettent assez peu en scène les tortures subies dans son pays d'origine, mais plutôt des situations de contraintes et d'emprisonnement. « Je me sens coincé dans un rêve où je suis poursuivi, où je suis enfermé dans une pièce sans fenêtre, ni porte... ». « Quand je me réveille, mon corps me fait mal, je sens un poids sur moi ». Il rapporte aussi une situation trigger, lorsqu'il s'est retrouvé pris dans une manifestation propalestinienne dans Paris quelques temps auparavant.

Les questionnaires PCL5 et Beck administrés à Mr B. objectiveront tout cela et mettront en évidence un traumatisme avéré, mais modéré : 53/85, et un syndrome dépressif léger (score à 8).

L'objectif de départ est clair pour lui : retrouver un état de concentration et ses capacités de mémorisation initiales. Il a immédiatement repéré les ateliers de français et d'informatique de l'association, ateliers qu'il fréquentera assidument dans les semaines qui suivront.

Bien sûr un traitement médicamenteux sera débuté associant neuroleptique et un hypnotique.

Un moment important de cette prise en charge sera le moment d'éducation autour de ce qu'est le psychotraumatisme. Les explications rassurent : elles mettent en évidence pour lui que ce tableau nous est connu, que des solutions thérapeutiques pluridisciplinaires existent (les différentes approches sont alors expliquées...). Cela permet à Mr B. de « reprendre la main » sur son trouble. Il subit de moins en moins sa symptomatologie, il en redevient « l'acteur efficient » dans son traitement.

C'est à la 3ème consultation, alors que la symptomatologie de reviviscences commence déjà à s'amender, qu'il rapporte des douleurs dorsales et de cheville. Je l'adresse donc en ostéopathie.

Depuis, les choses ne font que s'améliorer pour Mr B. J'ai pu déjà, tout dernièrement commencer à alléger son traitement.

Cette histoire clinique souligne pour moi plusieurs points clés de la prise en charge du psychotraumatisme (dans le cas présent dans une forme modérée) :

- **Importance de la prise en charge de notre patient dans sa globalité et dans son individualité. En tenant compte de son parcours, de son traumatisme, de son environnement, de sa situation sociale, de là où il en est de sa procédure de demande d'asile... Autant de spécificités individuelles.**
- **Importance de la psychoéducation initiale sur ce qu'est ce trouble et quelles sont les différentes approches thérapeutiques possibles, et son évolution probable.**
- **Importance de remettre le patient au cœur de sa prise en charge, pour que, dès qu'il est en état de le faire, il reprenne la main sur les solutions de soutien proposées.**
- **Importance de s'adapter au plus près à la symptomatologie qui peut évoluer assez vite, surtout dans le cas d'un traumatisme de sévérité modérée.**
- **Être tant que possible, en mesure de proposer des solutions thérapeutiques/ de soutien variées.**

En bref, je nous vois nous, intervenants, thérapeutes, soignants... autour de ces patients, comme autant de béquilles de ce patient traumatisé, qui avance sur son propre chemin, à sa propre vitesse et dans sa propre direction. L'objectif final étant à terme (et dès que possible) qu'il reprenne sa marche en pleine autonomie.



Camille Aubron
Médecin généraliste



L' «aller vers» au CADA de Paris de France Terre d'Asile

En 2023, parcours d'exil a consolidé son partenariat avec France Terre d'Asile (FTDA) car c'est la 2e année que se tient une permanence chaque mardi dans les locaux de l'association.

La permanence est effectuée par un médecin et une psychologue. Initialement sur plusieurs sites, le CADA de Paris et le DPHRS dans le 19e arrondissement, nous avons décidé de centraliser les prises en charge sur le CADA de Paris dans le 18e uniquement. Nous recevons des personnes des CADA de Sarcelles, Asnières, Châtillon, Saint-denis, DPHRS, etc.

Plusieurs fois par an, nous consacrons un temps à la formation des travailleurs sociaux au repérage du stress post-traumatique. Ils peuvent donc, si les symptômes existent et que la personne accompagnée est demandeuse de soins, nous orienter le ou la bénéficiaire.

La plupart de nos patients proviennent du CADA de Paris, car celui-ci accueille en priorité des personnes très vulnérables, par exemple victimes de traite des êtres humains ou de persécution en lien avec l'orientation sexuelle ou l'identité de genre.

Le binôme médecin psychologue est très complémentaire. Cette année, pour la première consultation, des patients ont été reçus par les deux praticiens à la fois. Cela permet une approche médico-psychologique globale et cible au mieux les besoins du patient. Le travail en partenariat avec les travailleurs

sociaux, dans le respect du secret médical, permet une présence renforcée auprès de la personne traumatisée, particulièrement autour des moments clés de la procédure de demande d'asile, lors du passage à l'OFPRA, ou du recours à la CNDA, ou pendant la période d'insertion professionnelle, qui peut être fragilisée par la présence d'un psychotraumatisme.



Pierre-Henri DACULSI
Médecin généraliste



LES ATELIERS D'INSERTION

Atelier de français

Quelques habitués, assidus, se retrouvent le mardi de 14h30 à 16h30 dans la salle de réunion de Parcours d'Exil, pour apprendre le français, ou se perfectionner.

Il y a B., marocaine, F. et K., tous deux originaires de Guinée, qui progressent dans l'apprentissage des lettres et syllabes. La graphie est parfois acquise, mais la lecture est plus difficile. Tous les trois aiment à se retrouver et s'encourager. Quelquefois, F. vient avec son amie G., qui elle ne parle pas du tout le français. Elle nous regarde de ses grands yeux interrogatifs, où perce une certaine inquiétude, le sourire aux lèvres. Elle a très envie d'apprendre, mais malheureusement ne peut pas venir à l'atelier régulièrement.

Au niveau intermédiaire, A. (guinéen) travaille en région parisienne ; il ne manque pas un cours ; il a passé un examen de français mais a malheureusement échoué, malgré l'aide apportée également par une personne rencontrée sur son lieu de travail. Il a pour objectif de faire venir sa famille en France. S. est afghan et a rejoint son épouse en France il y a quelques mois. Il a un niveau d'études supérieures. Il est très avide de connaissances en français et veut apprendre vite. Il parle anglais (cela aide...). Les deux heures de cours ne lui suffisent pas, il faut insister pour qu'il accepte de fermer livre et cahier ! S., iraquien, nous impressionne

par l'étendue de son vocabulaire, mais la difficulté est la prononciation et il a beaucoup de choses à raconter ! Il n'est pas toujours facile de le comprendre. Comme il le dit « j'ai appris dans la rue », mais aussi dans le foyer où il demeure quelquefois. Il vient toujours avec son gros sac à dos, ne sachant pas toujours où il va dormir.

Quant à K. (togolais), il est assurément très fort en français, mais il veut continuer à apprendre ; il travaille en Ile de France et vit chez son frère. La plupart du temps il suit les entraînements proposés par France 5 pour la préparation aux examens de français, sur l'un des ordinateurs qui servent à l'atelier informatique du mercredi.

D'ailleurs quelques participants aiment venir, quand ils le peuvent, aux ateliers de français le mardi et d'informatique le mercredi.

L'objectif de certains est de passer les tests de connaissance du français (TCF), qui permettent d'évaluer les compétences en français. Ces tests sont structurés en 6 niveaux définis dans le CECRL (Cadre Européen Commun de Référence pour les Langues) qui vont de « Élémentaire » à « Supérieur Avancé » ; dans chaque niveau les tests mesurent la compréhension écrite, la compréhension orale, l'expression écrite, l'expression orale, et les structures de la langue. Les



Véronique Mesnard

TCF sont des examens valables pendant 2 ans seulement.

C'est le DELF (Diplôme d'Etudes en Langue Française), valable à vie, qui permet l'accès à un titre de séjour ou l'acquisition de la nationalité française.

Il arrive souvent que des participants viennent 2 ou 3 fois, puis que nous ne les revoyions plus pendant plusieurs semaines, voire plusieurs mois. Ils sont toujours bien accueillis lorsqu'ils reviennent car nous savons que leurs vies ne sont pas faciles, qu'ils peuvent être retenus par un travail, des problèmes de santé, physique ou psychique, des problèmes de déplacement, des rendez-vous administratifs (nombreux dans leur parcours de demande d'asile) ou médicaux, de grandes fatigues, ou quelque autre raison que nous ne connaissons jamais. Certains trouvent aussi des cours de français dans des structures plus proches de chez eux.

Cela fait partie de notre tâche : accueil inconditionnel, bienveillance, patience, gaieté, et encouragements face à leur volonté et toutes les difficultés qu'ils doivent surmonter.



Jean-Claude Boussarie

Atelier d'informatique

Cette année 2023, encore, l'Atelier Informatique a été régulièrement fréquenté par un public soucieux de se familiariser avec l'usage d'un ordinateur.

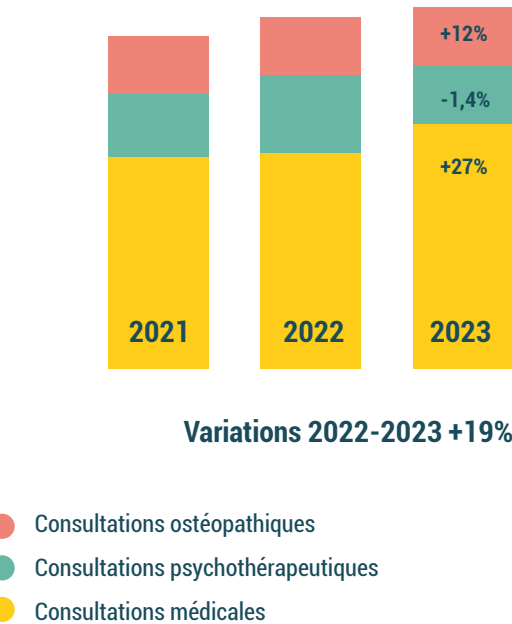
La découverte ou l'approfondissement des outils de bureautique, la gestion des documents, l'utilisation pertinente d'Internet (entre autres) sont toujours appréciés.

D'autant plus que l'évolution des moyens de communication entre individus, mais aussi avec les grandes et petites institutions, et même les sites commerciaux se font de plus en plus, voire quasi exclusivement, via les voies numériques.

Tous ces moments passés au sein de cet atelier se font dans une ambiance tout autant studieuse que décontractée, avec la satisfaction, pour tous, de voir les progrès rapides effectués, et le plaisir pris par chacun.

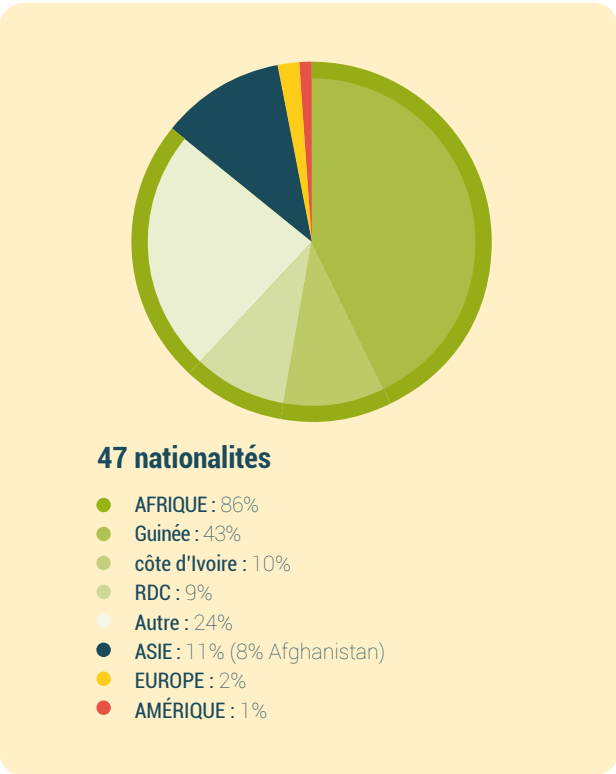
LES PATIENTS

En 2023, Parcours d'Exil a pris en soin 498 patients, dont 223 nouveaux patients. Si ce nombre est en légère baisse par rapport à 2022, les consultations médicales ont, elles, augmenté de 27%, les consultations avec les psychologues ont baissé de 1,4%, en raison d'une vacance de poste, et les consultations avec les ostéopathes ont augmenté de 12% soit une augmentation de 19% des consultations toutes spécialités confondues.



Origine géographique

L'origine de nos patients par continent reste inchangée, mais nous constatons avec un décalage l'arrivée de nouvelles nationalités liée au contexte géopolitique.



Focus sur la situation en RDC

Parcours d'exil a reçu en 2023 une cinquantaine de patients et patientes originaire de RDC. En 2023, la RDC a continué de faire face à d'importants défis politiques et en matière de droits de l'homme. Le contexte sécuritaire reste volatil, marqué par l'activité de groupes armés dans l'est du pays, exacerbant une crise humanitaire déjà critique, avec 7 millions de personnes déplacées.

La RDC a connu des tensions croissantes à l'approche des élections nationales prévues pour 2024. Ces tensions se manifestent notamment par des restrictions des libertés de rassemblement et d'expression, avec des arrestations et des détentions arbitraires de militants des droits de l'homme, de membres de l'opposition, et de journalistes.

Les droits de l'homme en RDC sont également préoccupants en terme de violence sexuelle et basée sur le genre, utilisée comme arme de guerre dans les conflits armés persistants, particulièrement dans les provinces de l'Est. Malgré la présence de missions internationales et d'initiatives de paix, les violations graves des droits de l'homme, y compris les massacres, les enrôlements forcés, y compris de mineurs, et les déplacements massifs de populations demeurent fréquents.

Parcours d'Exil, en accompagnant les patients congolais, prend en charge les psychotraumatismes en lien avec ces violences : persécutions politiques, conflits inter-ethniques, crimes sexuels de guerre, persécution des personnes LGBT, violences liées au genre.

Sources : Rapports annuels Amnesty International et Human Right Watch

Evènements traumatogènes

Tous les patients de Parcours d'Exil ont vécu des évènements d'une extrême violence. Pour évaluer le trouble de stress-post-traumatique, nous utilisons le score PCL-S, en 17 questions, qui permet d'explorer les différents symptômes.

- 49% ont enduré torture et violences politiques
- 26% ont subi des violences familiales
- 10% ont subi des violences LGBT
- 12% ont fui des conflits armés
- 4 % ont fait l'objet persécutions religieuses
- 2% ont été victimes de traite des êtres humains

Focus sur les violences LGBT

La prise en charge des personnes LGBT exilées est un enjeu, compte tenu de la complexité des défis qu'elles rencontrent. Géopolitiquement, de nombreux pays criminalisent certaines orientations sexuelles et identités de genre, exposant leurs citoyens à des risques élevés de persécution, de violence, et d'exclusion sociale. Ces lois et pratiques discriminatoires forcent souvent les individus LGBT à fuir leur pays d'origine pour chercher refuge ailleurs.

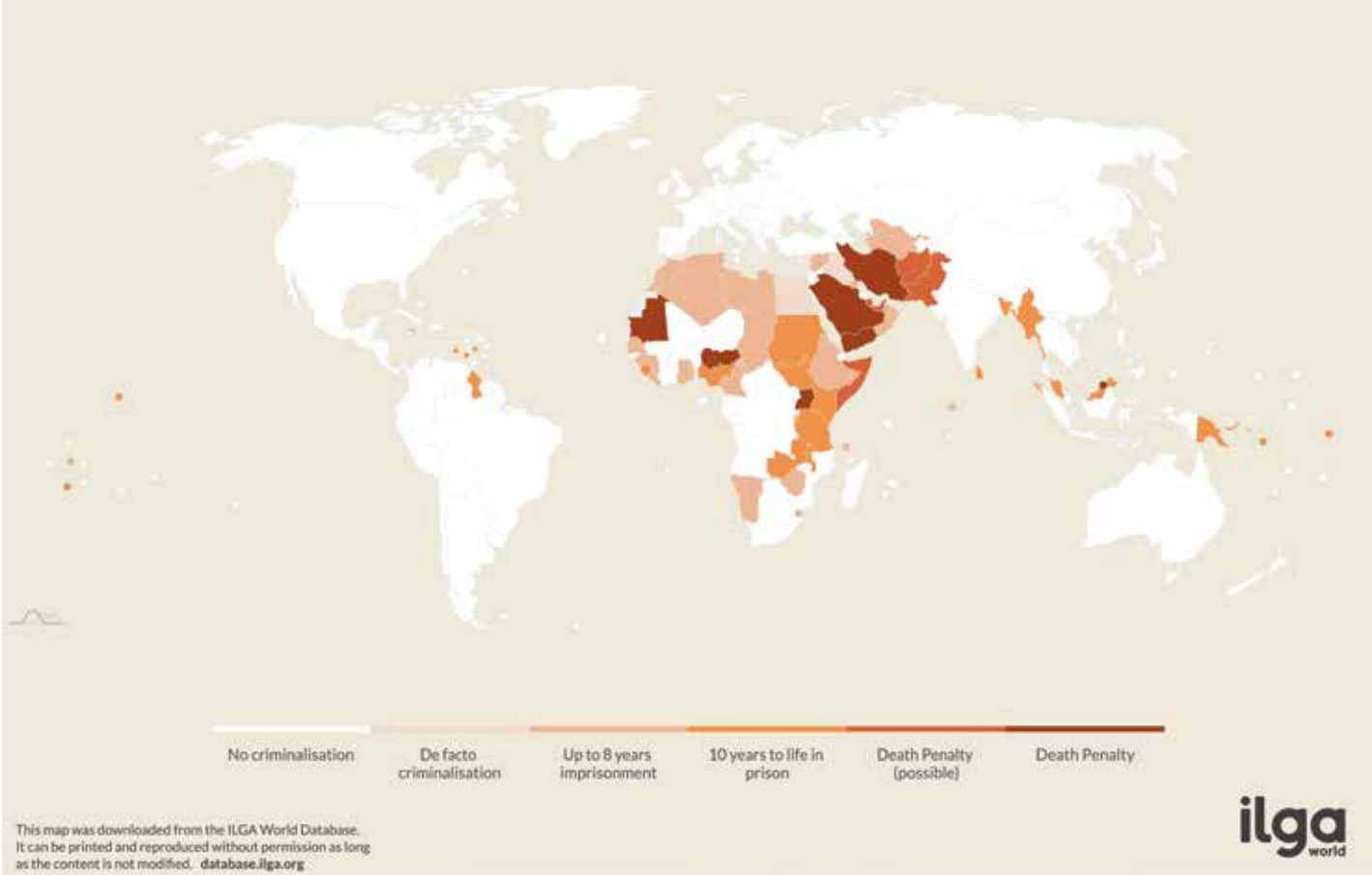
Officiellement, 69 pays dans le monde répriment l'homosexualité, par l'arrestation, l'emprisonnement, des peines physiques voire la peine de mort dans quelques pays. De plus, même si cela n'est pas réprimé pénalement, la société participe à ces persécutions. Les personnes LGBT sont souvent exposées à des violences physiques allant des passages à tabac jusqu'aux tortures extrêmes. Les agressions sexuelles et les viols sont également utilisés comme moyen de punition ou de correction. Elles peuvent faire l'objet d'un rejet familial et social, beaucoup de ces personnes sont ostracisées par leur famille et leur communauté, ce qui peut conduire à l'expulsion de leur domicile, la perte de soutien financier et émotionnel et un accès limité à l'éducation ou aux soins de santé. S'ajoutent des discriminations pour l'accès à l'emploi avec des refus d'embauche ou des licenciements injustifiés.

Les menaces peuvent prendre la forme de chantage et d'extorsion, ou de harcèlement psychologique. Certains de nos patients ont été victimes de thérapies de conversion, souvent très violentes. De plus, les droits civils et humains des personnes LGBT peuvent évoluer négativement comme récemment en Ouganda ou au Sénégal.

Notre structure de soins est adaptée pour répondre aux besoins de ce public, qui souffre souvent de manière disproportionnée de troubles psychologiques comme le stress post-traumatique, l'anxiété et la dépression, exacerbés par les traumatismes de la persécution et de l'exil.

À Parcours d'Exil, nous proposons donc une approche en partenariat avec d'autres associations locales qui nous adressent des bénéficiaires, comme l'ARDHIS par exemple.

Criminalisation des actes sexuels consensuels entre personnes de même sexe - 2024



LA FORMATION



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'actions suivantes :
ACTIONS DE FORMATION.

Parcours d'Exil étend ses actions au domaine de la formation grâce à son centre agréé et certifié Qualiopi. Notre centre de formation s'adresse principalement aux professionnels du secteur médico-social, aux intervenants sociaux, au personnel soignant, ainsi qu'aux bénévoles actifs dans l'accompagnement des personnes exilées. Notre objectif est de fournir les outils nécessaires pour une prise en charge efficace et empathique des individus ayant subi des psychotraumatismes liés à l'exil.

Structure et Objectifs des Formations

En 2023, les formations proposées s'articulent autour de trois modules qui se complètent, chacun ciblant des compétences spécifiques nécessaires à l'intervention auprès des personnes en exil avec des traumatismes psychologiques :

- **MODULE 1** : Les traumatismes psychologiques des personnes en exil, pour savoir repérer et orienter
- **MODULE 2** : accompagner les personnes souffrant de psychotraumatisme, pour comprendre les enjeux autour du suivi d'une personne en souffrance
- **MODULE 3** : la prévention des risques psychosociaux dans le travail auprès des migrants, pour réfléchir à la relation d'aide et à ses conséquences (fatigue de compassion, traumatisme vicariant)

Chaque session combine théorie et pratique, utilisant des méthodes pédagogiques interactives comme des jeux de rôle, des études de cas, et des discussions en groupe pour renforcer l'apprentissage.

Impact et Portée

Nos formations visent à sensibiliser les participants aux spécificités du psychotraumatisme dans le contexte de l'exil, améliorant ainsi leurs compétences relationnelles et leur capacité à gérer les situations complexes et stressantes rencontrées dans leurs milieux professionnels. En 2023, plus de 80 personnes ont été formées, dans nos locaux ou auprès des institutions. Nous avons ainsi formé les enseignants à la DGEF* par visioconférence, et les intervenants sociaux de l'association La Mie de Pain.

Comme en témoignent les enquêtes réalisées, nos formations obtiennent des taux élevés de satisfaction générale et de recommandation.

*Direction générale aux étrangers en France

SATISFACTION DES STAGIAIRES EN 2023

Atteinte des objectifs :	Intérêt professionnel :	Organisation et déroulement :	Animation :
91%	95%	95%	95%

Source : enquêtes de satisfaction en 2023



LES GROUPES D'ANALYSE DES PRATIQUES PROFESSIONNELLES

En 2023, Line et moi-même avons poursuivi l'accompagnement d'équipes dans le cadre des groupes d'analyse des pratiques professionnelles. Line s'appuie sur l'approche intégrative psychosociale et clinique. Je tricote à partir des apports de la psychologie des groupes, de la méthode GEASE, et des approches psychocorporelles pour parler notamment d'ancrage et de posture.

Huit équipes ont ainsi été accompagnées, sur des périodes plus ou moins longues. Les Groupes d'Analyse des Pratiques Professionnelles (souvent appelés GAPP) réunissent les professionnels d'une même équipe deux heures par mois. A partir de cas pratiques présentés par un ou plusieurs participants, et de la formulation d'une question de départ, le groupe travaille, réfléchit, cherche des pistes, soutient le collègue concerné, souffle aussi, nomme et compose avec la dimension émotionnelle de toute relation d'aide. Au fil des séances, plusieurs aspects du travail peuvent bénéficier de ces temps : l'accueil, l'accompagnement, et la «compréhension» du public ; la dynamique d'équipe et la qualité des liens de travail ; ou encore la réflexivité, c'est-à-dire la conscience et la connaissance de soi au travail, la capacité à prendre du recul sur sa manière de travailler pour sans cesse ajuster ses agirs professionnels. Cela fait des GAPP un dispositif de formation continue des professionnels, dont l'étude Tortelli (2023) souligne l'importance¹.

Pour ma part, j'ai le plaisir d'accompagner trois équipes depuis maintenant plus d'un an. Je constate le bénéfice à la fois de la régularité des GAPP, et du lien avec les chefs de service. Ces derniers sont en effet importants : ils ne participent pas au groupe (pour que la parole soit libérée de la question hiérarchique souvent délicate) mais ils le permettent – ou non. C'est avec eux que nous convenons de l'agenda annuel, du lieu et des horaires des séances ; ce sont eux qui communiquent ces informations à leurs équipes, garantissent que ces GAPP ne remplacent pas la réunion d'équipe hebdomadaire si importante pour les salariés, et qui finalement soutiennent ou non le processus. Il n'est pas si facile de s'arrêter deux heures par mois pour penser, prendre du recul, questionner. L'organisation du travail joue alors un rôle majeur, en donnant – ou non – « un cadre au cadre » de ces temps d'analyse des pratiques professionnelles.

Dans la même fibre, un autre détail se révèle à l'usage ne pas être si détail que ça : la question du lieu. Est-ce que les séances ont lieu dans l'institution ou en dehors, dans la salle de réunion ou ailleurs, etc. ? A nous de composer avec le réel et d'être créatifs pour que le lieu aussi permette aux salariés de faire un pas de côté par rapport à leur quotidien professionnel.

Quant au bénéfice de la régularité, nous pouvons observer l'évolution des uns et des autres au fil des séances, et l'évolution de la dynamique de groupe.

Des collègues qui se sollicitent et s'interpellent plus explicitement, un tel généralement plus en retrait qui présente un jour une situation, des émotions qui s'expriment, la confiance qui grandit, l'appropriation du cadre et des règles par les participants eux-mêmes, la constance des séances au milieu de mouvements internes et structurels qui peuvent chambouler voire mettre les professionnels en difficulté.

Autant de constats que nous faisons dans l'après-coup de la séance ou sur le moment et que je trouve pour ma part heureux, encourageants.

En 2023, une supervision des intervenants en analyse des pratiques professionnelles a été mise en place, pour assurer la qualité des groupes proposés en interne. Tous les deux mois, nous relisons ces pratiques groupales, avec une formatrice et praticienne expérimentée des dispositifs de GAPP et de supervision. C'est un changement important, quasi une innovation dans ce domaine ; nous en apprécions à chaque fois la qualité... et la nécessité ! Cette pratique passionnante est aussi éprouvante, et nous y débutons encore. Ces supervisions dédiées nous permettent à nous aussi de prendre du recul, d'identifier les dynamiques, de nommer nos émotions et nos interprétations, d'avoir de nouvelles idées pour faire circuler la parole, de gagner en «assurance», et finalement de rendre qualitatif et constructif ces groupes d'analyse des pratiques professionnelles.

¹ Tortelli A., Sturm G. (2023), Répondre aux besoins de santé mentale des demandeurs d'asile : une étude qualitative, Les cahiers du social, n°42



Priscille de Thé
Psychologue clinicienne



RÉSONANCES : LA PLATEFORME DE SOUTIEN POUR LES SALARIÉS DU DISPOSITIF NATIONAL D'ACCUEIL (DNA)

Après trois années de fonctionnement, la plateforme de soutien aux travailleurs œuvrant auprès du public exilé s'intègre progressivement dans les pratiques de ses utilisateurs.

Les professionnels y accèdent pour bénéficier d'un soutien individuel face aux défis professionnels ou aux difficultés organisationnelles rencontrées, ainsi que pour partager des ressources avec leurs pairs. De plus, de nombreuses initiatives collectives ont été mises en place pour favoriser le lien social, l'échange d'idées et la réflexion collaborative entre professionnels de même niveau hiérarchique (par exemple, cadres) ou du même domaine d'expertise (par exemple, psychologues). Des espaces communs sont également disponibles pour encourager des échanges libres ou thématiques ouverts à tous les participants.

Les événements informatifs tels que les webinaires de sensibilisation sur divers sujets ont particulièrement suscité l'engagement des participants, permettant ainsi d'atteindre également les professionnels les plus isolés. Ces initiatives ont contribué à renforcer la communauté professionnelle, à faciliter le partage de bonnes pratiques et à soutenir le développement continu des compétences des travailleurs engagés dans cette mission.

Bilan 2023

Cette année a été entièrement dédiée au développement de cette plateforme, avec la collaboration de trois psychologues aux approches très complémentaires qui interviennent régulièrement. La diversité de leurs parcours professionnels permet de répondre efficacement aux besoins spécifiques des professionnels tout en offrant un espace propice à la réflexion et à l'analyse quant à l'orientation de la plateforme.

La newsletter est devenue mensuelle après le premier trimestre, offrant aux professionnels la possibilité de recevoir les informations fréquentes et d'y contribuer régulièrement. Envoyée à près de 1300 destinataires directs, cette lettre offre également la possibilité de s'inscrire librement et gratuitement aux activités de leur choix, le tout pendant les heures de travail. Chaque mois, de nouveaux abonnés rejoignent cette communauté de professionnels. Deux webinaires de présentation de la plateforme ont également été organisés au cours de l'année afin de créer un lien direct entre les psychologues intervenants et les professionnels intéressés.

La nouveauté de cette année a été le lancement d'ateliers pratiques sur la gestion du stress, offrant ainsi aux professionnels l'opportunité d'apprendre des techniques de self care pour faire face aux difficultés rencontrées.



Ieva Prapuolenyte-Nizaraly
Psychologue clinicienne,
psychologue du travail

Les activités menées démontrent que l'un des avantages des groupes pour les professionnels du DNA est la création de liens. Les demandes individuelles soulignent souvent la solitude ressentie par les professionnels travaillant dans de petites structures. La perte de sens, la fatigue importante due au manque de personnel et au turnover élevé des équipes, ainsi qu'un manque de reconnaissance institutionnelle et managériale sont également des problématiques souvent évoquées lors des retours des professionnels. Certains font face à l'absence de collectif du travail pour mener des actions collectives. L'idéologie du secteur, axée sur le désintéressement et le dévouement, dont les employés sont souvent les gardiens, peut parfois servir d'alibi pour masquer la violence inhérente aux relations salariales.

Zoom sur les webinaires

Les webinaires de cette année ont constitué des occasions précieuses de rencontres, attirant parfois jusqu'à 300 participants. Une gamme variée de thèmes a été abordée, allant du psychotraumatisme en co-animation avec des professionnels de la santé à la santé au travail avec des intervenants extérieurs spécialisés, tout en abordant la prise en compte des émotions au travail et les questions d'interculturalité liées aux enjeux géopolitiques et sociétaux.

Ces rencontres régulières, avec une participation croissante, offrent aux salariés et aux cadres l'opportunité d'actualiser leurs connaissances, de participer à des échanges constructifs, et de prendre du recul pour partager leurs questionnements, raisonnements et réflexions sur les défis singuliers et spécifiques du métier, notamment celui de la rencontre avec la souffrance de l'autre.

Bien que divers sujets aient déjà été abordés lors de ces rencontres, certaines demandes des professionnels restent en suspens, ces derniers étant souvent confrontés à des défis organisationnels, politiques et internationaux auxquels ils doivent s'adapter tant bien que mal.

Cet espace, dédié au bien-être des professionnels travaillant auprès des populations exilées, offre un accès libre, gratuit et confidentiel aux soins de santé mentale limités, contribuant ainsi à leur mieux-être au travail.



ÉVÈNEMENTS

Intervention CAO auprès des CeGIDD

Intervention dans le cadre de la 5^{ème} journée d'échange entre CeGIDD*, le 6 novembre 2023. Une session plénière était dédiée aux violences sexuelles regroupant le matin 3 interventions : Les violences gynécologiques, le psychotraumatisme, les auteurs de violences (les repérer, les orienter, les prendre en charge).

Le docteur Camille Aubron-Olivier a assuré la présentation sur le psychotraumatisme. Les objectifs de cette intervention étaient multiples : mieux comprendre le **mécanisme du psychotraumatisme**, pour en **identifier les principaux symptômes**, et ainsi les **dépister** dans les consultations CeGIDD, pour au bout du compte **mieux orienter**, et **faciliter la prise en charge**.

Le public présent regroupait les différents intervenants des CEGIDDs : médecins, infirmières, médiateurs en santé, sages femmes, techniciens d'études cliniques, psychologues...

Les questions ont été nombreuses, et l'intérêt marqué, l'assistance reconnaissant globalement sa connaissance incomplète de ce tableau clinique et la nécessité d'encourager la prise de conscience autour de ce trouble, fréquent dans nos consultations. Le point fait sur le traumatisme vicariant a également suscité attention et questions.

* Centre Gratuit d'Information de Dépistage et de Diagnostic des infections : par le virus de l'immunodéficience humaine (VIH), les hépatites virales et les infections sexuellement transmissibles (IST).

Participation à la journée d'étude du GHU Paris du 25 mai 2023, espace Santé mentale et précarité : « Corps exilés et ostéopathie »

Nous sommes intervenus à la Journée d'étude du 25 mai 2023 à l'hôpital Saint-Anne autour du thème « *L'intégrité à l'épreuve de la précarité* » et plus particulièrement, notre conférence : « *Corps exilés et ostéopathie* ».

Nous y sommes allés à 3 collègues : 2 ostéopathes (Lou Lecouturier et Pauline Dambry) et 1 psychologue (Maude Fouchard). Une médecin, Dr Laurence Verneuil, très intéressée par la médecine intégrative était aussi avec nous.

Nous avons été invités par François Lair, psychiatre à l'hôpital Saint-Anne. Les 300 personnes présentes étaient principalement des soignants ou travailleurs sociaux.

Nous avons commencé par présenter l'association Parcours d'Exil. Puis la discussion s'est orientée sur l'impact des traumatismes sur le corps, ceux vécus dans leur pays d'origine, pendant l'enfance et/ou à l'âge adulte, et ceux vécus pendant le trajet de l'exil.

Nous avons pris un moment pour expliquer ce qu'est l'ostéopathie et comment nous travaillons au sein de Parcours d'Exil. Pour cela, nous avons détaillé



Une table ronde lors de la journée internationale des réfugiés

La question de la santé mentale dans les camps de réfugiés a été abordée par différents intervenants de différentes associations, dont Parcours d'exil avec la participation de Line Abou Zaki, Psychologue clinicienne, lors de la journée internationale des réfugiés organisée par l'Observatoire des Camps de Réfugiés (O-CR), le 18 juin 2023, au tiers-lieu des Amarres.

L'état de stress posttraumatique et les problèmes psychosociaux rencontrés dans les camps de réfugiés ont été expliqués, avec les différents types d'accompagnements psychologiques fondés sur les preuves recommandées. L'accent a été mis sur l'importance de la prise en charge pluridisciplinaire et du travail en réseau. Une comparaison des prises en charge effectuées sur différents terrains et dans différents pays, notamment entre l'accompagnement dans les camps de réfugiés au Liban et entre la prise en charge des patients à Parcours d'exil. Cette rencontre a également favorisé des partenariats ultérieurs entre l'équipe de Parcours d'exil et d'autres associations, comme Médecins du Monde et LOBA.

ce qu'est un fascia : membrane fibro-élastique qui enveloppe toutes les structures du corps (articulation, muscle, organe...). Ces structures sont liées les unes aux autres et relient toutes les parties du corps.

En effet, l'abord du corps avec des patients souffrant de psychotraumatisme est particulier. Nous intervenons afin de les réconcilier petit à petit avec leur corps, de leur permettre de reprendre conscience des différentes parties de leur anatomie. Nous travaillons en douceur pour ne pas les brusquer et pour laisser s'installer l'alliance thérapeutique, essentielle à notre prise en charge.

Journée d'étude du 12 octobre 2023 au GHU Paris, espace santé mentale et précarité ; « Expérience clinique du récit de soi ».

Présentation du docteur Pierre-Henri Daculsi intitulée « *Soigner ou certifier le corps torturé* », questionnant les enjeux soulevés par la certification médicale des traumatismes physiques et psychologiques des victimes de torture. Comment le certificat médical s'articule-t-il entre la démarche de soin et les impératifs liés au témoignage du demandeur d'asile dans le cadre de la procédure visant à obtenir la protection internationale.



Festival Facettes

A l'occasion de la journée mondiale de la santé mentale, Parcours d'exil a pu participer au Festival Facettes. Créé en 2022, ce festival a été conçu par des jeunes pour des jeunes entre 15 et 30 ans, pour promouvoir des actions en santé mentale. Situé à la Cité Fertile, le programme fut riche : performances artistiques, musicales, humoristiques, des conférences, des ateliers et la présence de stands de différentes associations et structures.

L'équipe de Parcours d'exil était présente autour d'un stand pour présenter ses actions et pour sensibiliser un large public sur les questions d'exil. Nous avons notamment animé un jeu de sensibilisation créé par l'équipe autour des parcours d'exil multiples de nos patients et des ressources mobilisables (psychiques, sociales, administratives, etc) au cours des différentes étapes franchies. Ce jeu a pu servir de support pour les participants afin d'échanger librement autour de leurs représentations quant à l'exil et d'avoir des informations générales.

Ciné-débat

Le 16 juin 2023, Parcours d'exil a animé un ciné-débat en collaboration avec le festival Facettes autour du film documentaire "Que m'est-il permis d'espérer".

En présence du co-réalisateur, Philippe Elusse, le public a pu découvrir ce documentaire saisissant revenant sur l'accueil des personnes exilées à Paris durant la crise de l'accueil au cours des années 2015-2016. Dans ce documentaire, nous suivons différents portraits de personnes exilées hébergées au sein de la "Bulle", un dispositif d'Emmaüs ayant pour objectif de proposer un premier temps d'accueil et d'évaluation des situations des primo-arrivants à Paris. La santé mentale est présente en arrière-plan dans le documentaire, où nous constatons le retentissement psychologique de la situation de rue, du labyrinthe administratif, de l'attente, de la grande précarité des personnes exilées. Line Abou Zaki et Maude Fouchard, psychologues au sein de notre centre, ont pu apporter un éclairage clinique au public présent, principalement composé de soignants et intervenants du champ social.



Article publié

Revue Santé mentale
N° 284 - Janvier 2024
Quand la parole de l'autre nous saisit
Priscille de Thé

Le récit traumatique... celui qui nous effraie, nous laisse sans voix et comme intérieurement figés, sidérés. Celui dont on aimerait qu'il s'arrête. Celui qui paradoxalement nous fascine aussi, nous happe et nous retient. Et puis il y a la parole traumatique, l'horreur racontée de façon neutre qui laisse un goût étrange. La parole vide d'affects ou qui en est excessivement pleine. Comment entendre cela, comment rester sans sombrer soi-même ? Peut-on passer du saisissement au dessaisissement ? A partir de vignettes cliniques, Priscille de Thé, psychologue à Parcours d'Exil, explore les voies que peuvent être le corps et l'image pour retrouver du souffle, de l'espace, du mouvement.

Journée AFTD* Exil, trauma et dissociation 14 octobre 2023

Plusieurs membres de l'équipe de Parcours d'Exil ont assisté avec enthousiasme à cette journée consacrée à l'exil et au trauma. Nous avons été particulièrement captivés par l'intervention de Marianne Kédia, docteure en psychologie sur « Récit de vie du parcours d'exil traumatogène : entre régulation et synthèse », pour explorer les possibilités de concilier thérapie et témoignage pour les demandes d'asile. La présentation de Sandra Mazaira, psychologue, sur « les troubles dissociatifs en clinique transculturelle de l'exil » nous a montré une vignette clinique d'un cas de possession en lien avec des traumatismes, en mettant en avant les concepts de clinique transculturelle. De plus, un protocole d'EMDR de groupe nous a été présenté (Cécile Bizouerne, psychologue). Ces journées d'étude sont une occasion riche de rencontres et de partenariats pour Parcours d'Exil.

*Association Francophone du Trauma et de la Dissociation

Nouveautés dans le projet de soin

A Parcours d'Exil nous avons une réelle volonté continue d'amélioration des services proposées à notre patientèle. Ainsi en 2024, nous mettons en place de nouvelles propositions :

- **Des groupes de paroles**, dont l'objectif social est de transmettre à nos patients, qui sont pour la plupart isolés, des outils concrets de stabilisation émotionnelle, qu'ils pourront s'approprier et transmettre à leurs proches. Enfin ces groupes sont souvent l'occasion de voir le soignant dans un temps moins formel que les consultations ; le lien de confiance sera d'autant plus solide et pourra peut-être permettre des orientations plus faciles, et une continuité du soin.
- **Création d'une communauté de patients** via un groupe WhatsApp et un groupe Facebook privé afin de partager les informations sur nos activités, des outils de psychoéducation, d'ancrage... L'objectif est de créer des espaces d'échanges et de partage, favoriser le soutien entre patients ainsi que l'empowerment de ces derniers.
- **Partenariat avec le Samu Social et SOLIPAM dans un programme de soins et de recherche clinique** dont l'objectif principal est d'évaluer les conséquences de la qualité et de la stabilité de l'hébergement sur la santé physique et psychique de la mère et de son nouveau-né.

- **Création d'ateliers de danse-thérapie** bimensuels pour les femmes, dès le second semestre avec l'association Loba «Art au service de la santé» pour permettre aux personnes d'extérioriser leur traumatisme et de s'en libérer. Leur modèle est basé sur la complémentarité d'un binôme entre un danseur.se et une psychologue afin de permettre aux femmes de se ré-approprier leur corps et de faire un pas vers leur reconstruction.» Leur démarche est issue d'un protocole pilote testé en RDC en 2017 auprès de femmes victime de viol comme arme de guerre.
- Suite au changement de direction médicale, nous avons la volonté de mettre en place un **service d'interprétariat médical** professionnel en plusieurs langues pour les patients allophones, qui permettra aux professionnels de santé de fournir des soins plus efficaces, favorisés par la compréhension des nuances culturelles.

Nouveautés dans l'offre de formation

En 2023, l'offre de formation s'est renouvelée et nous prévoyons de la renforcer.

Un quatrième module s'ajoute aux trois déjà proposés : **le travail partenarial en santé mentale, comprendre et agir**. Les objectifs pour les participants sont d'identifier les différentes structures de soin et professionnels de santé, de parvenir à parler de santé mentale avec les personnes accompagnées, d'acquérir des éléments théoriques et pratiques pour adresser et pérenniser un suivi en santé mentale.

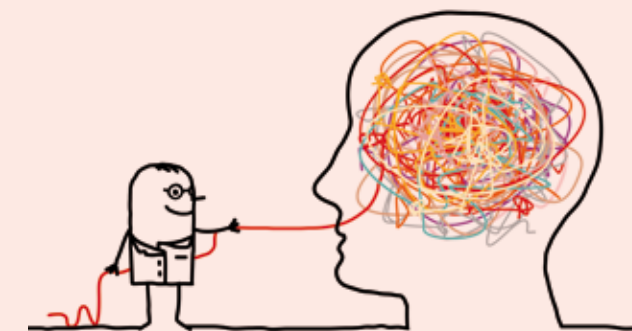
Deux modules seront proposés aux professionnels de santé, en particulier les médecins généralistes. Le premier module sera consacré aux **troubles de stress post-traumatique des personnes en exil**, et le deuxième aux **soins d'une personne exilée souffrant de ce trouble**, avec une aide à la rédaction de certificats médicaux, des précisions sur la prise en charge médicale (traitement), et une présentation des différentes approches psychothérapeutiques.

Une des psychologues de l'équipe, animera **quatre ateliers sur la gestion du stress au travail** dont les objectifs seront de : comprendre les mécanismes du stress et connaître les symptômes anxieux, savoir faire face aux situations stressantes et aux

défis professionnels, savoir se ressourcer après un événement stressant.

De plus, nous envisageons de continuer à **développer cette offre de formation par visioconférence** car il existe des demandes sur tout le territoire français.

Enfin, un catalogue regroupant les détails de chaque formation est édité et disponible sur notre site internet.



RAPPORT FINANCIER

Une gestion en mode projet avec la démarche AZ

Au dernier trimestre 2023, la Direction a été accompagnée par l'entreprise solidaire, AZ projet, pour mettre en place une solution complète de pilotage de l'association en mode projet. AZ projet est un système d'information en mode SAAS conçu et adapté à notre association pour gérer plus efficacement toutes les dimensions de notre organisation. Nous avons ainsi retravaillé nos référentiels projets et intégré

de nouveaux outils pour une meilleure gestion des ressources humaines, au cœur de notre métier. Ce travail a été très riche et a nourri notre réflexion stratégique, ce qui nous permet de mettre en place de nouveaux processus de gestion en accord avec les nouvelles exigences de nos bailleurs.

Sabrina Bignier,
Directrice exécutive

REMERCIEMENTS

Parcours d'Exil remercie chaleureusement les bailleurs institutionnels et privés qui lui ont fait confiance en 2023, en soutenant son activité :

Agence régionale de santé d'Ile-de-France

Fondation Caritas et sa fondation abritée, la fondation France et Philippe

Fondation de France

Mairie de Paris

Ministère de l'Intérieur

Nous remercions également tous nos généreux donateurs qui nous permettent de continuer à soigner et accompagner ces personnes exilées victimes d'atteintes graves aux droits de l'Homme.



Hugo Soussan
Trésorier

« Parcours d'Exil a une nouvelle fois démontré en 2023 sa capacité à maintenir une gestion financière saine, avec un résultat équilibré et un bon niveau de trésorerie. Le développement de l'association se poursuit en 2024 grâce au soutien continu de nos bailleurs historiques et à de nouvelles sources de financements privés. Nous vous rappelons que tous les documents comptables sont à votre disposition au siège de notre association. »

En 2023, les recettes s'élèvent à 711 152€ (contre 582 736€ en 2022), en hausse grâce à une augmentation de la subvention du ministère de l'Intérieur et à l'accroissement des recettes émanant de l'activité de l'association.

Comme les années précédentes, les financements publics représentent la grande majorité de nos sources de financement et s'élèvent à 517 010€, soit 73% du budget total. Nous remercions le ministère de l'Intérieur d'avoir largement confirmé sa confiance avec deux subventions d'un total de 353 000€ sur l'exercice et l'ARS Île-de-France d'avoir augmenté leur soutien à hauteur de 129 000€. La Mairie de Paris renouvelle son financement de 35 000€ ; nous l'en remercions. Les Fondations privées continuent de nous soutenir à hauteur de 63 000€ ; en particulier, la Fondation Caritas et la Fondation de France ont renouvelé leur soutien notamment par le biais de leurs fondations

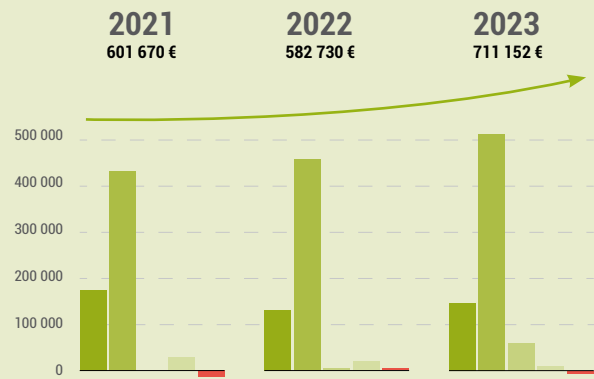
abritées et nous les en remercions vivement.

Les recettes émanant de notre activité sont en hausse par rapport à 2022, de 88 000€. Les revenus issus de la formation et de la supervision s'élèvent à 22 369€ (contre 19 235€ l'année dernière), tandis que les revenus issus des remboursements de la CPAM sont largement supérieurs à l'an passé (65 646€ contre 45 464€ en 2022). Cette hausse s'explique par le nombre de consultations plus élevé et la pérennisation des efforts mis en place depuis 2022 pour augmenter les remboursements.

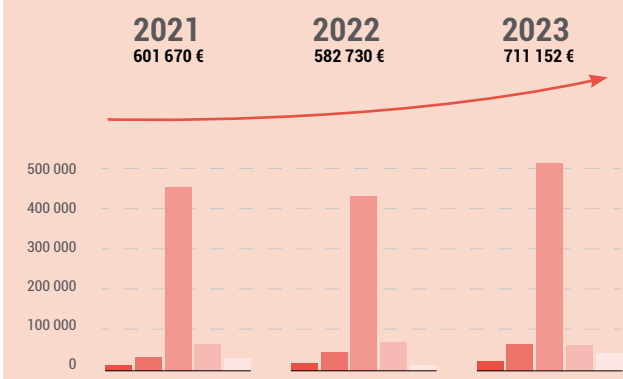
Les dépenses de ressources humaines restent les plus importantes et augmentent significativement à 488 142€ (contre 431 706€ en 2022). Cette hausse des charges de personnel, volontariste, découle de la poursuite des recrutements de médecins et psychologues qui permettent à l'association de traiter plus de patients. Les frais de fonctionnement sont en légère hausse en raison de la mise en place d'un nouvel outil informatique en fin d'année 2023 (voir l'encadré dédié à ce sujet). Le total des dépenses s'élève à 714 471€.

Le total des recettes et des dépenses laisse ainsi apparaître un résultat proche de l'équilibre avec -3 319€ de déficit. Les fonds propres sont ainsi stables à 183 652€ et la trésorerie reste élevée avec 463 477€ de disponibilités.

EVOLUTION 2021-2023
DE NOS COMPTES



DEPENSES	2021	2022	2023
Achats et Services extérieurs	167 699 €	125 304 €	139 854 €
Charges de personnel	413 001 €	438 460 €	508 132 €
Charges exceptionnelles		-137 €	57 872 €
Autres	28 537 €	18 904 €	8 613 €
Approvisionnement fonds propres	-7 567 €	199 €	-3 319 €
TOTAL DES CHARGES	601 670 €	582 730 €	711 152 €



RECETTES	2021	2022	2023
Ventes de services	14 406 €	19 235 €	22 446 €
CPAM	33 621 €	45 464 €	65 646 €
Subventions publiques	456 326 €	433 609 €	517 010 €
Subventions privées	65 089 €	71 943 €	63 301 €
Autres	32 228 €	12 479 €	42 749 €
TOTAL DES PRODUITS	601 670 €	582 730 €	711 152 €



Peinture d'une patiente – Fanta

ÉQUIPE DE PARCOURS D'EXIL CONSEIL D'ADMINISTRATION



PRÉSIDENT
Frank Bellivier
Médecin psychiatre, professeur des universités, praticien hospitalier



VICE-PRÉSIDENTE
Anne LESCOT
Consultante auteure et réalisatrice



TRÉSORIER
Hugo SOUSSAN
Chief of staff chez Exail Technologies



SECRÉTAIRE GÉNÉRALE
Marianne PERREAU-SAUSSINE
Directrice du projet d'Institut Robert-Debré du Cerveau de l'Enfant



ADMINISTRATRICE
Elodie HERMANT
Psychologue clinicienne



ADMINISTRATEUR
Alain LOPEZ
Psychiatre



ADMINISTRATRICE
Murielle BELLIVIER
Psychologue du travail et formatrice



ADMINISTRATRICE
Angèle LANSAC MALÂTRE
Délégue générale de l'Alliance pour la Santé Mentale

ÉQUIPE SALARIÉE



DIRECTRICE EXÉCUTIVE
Sabrina BIGNIER



DIRECTRICE MÉDICALE
Clémence CHAMMOIN-DE GOURCY
Médecin généraliste



SECRÉTAIRE MÉDICALE
Nadia SADI



MÉDECIN GÉNÉRALISTE
Pierre-Henri DACULSI



MÉDECIN GÉNÉRALISTE
Camille AUBRON OLIVIER



MÉDECIN GÉNÉRALISTE
Chloé LAMOTTE D'INCAMPS



MÉDECIN GÉNÉRALISTE
Laura BASUYAU



PSYCHOLOGUE CLINICIENNE
Priscille DE THE



PSYCHOLOGUE CLINICIENNE
Line ABOU ZAKI



PSYCHOLOGUE CLINICIENNE
Maude FOUCHARD



PSYCHOLOGUE CLINICIENNE
Ieva PRAPUOLENYTE-NIZARALY



OSTÉOPATHE
Lou LECOUTURIER



OSTÉOPATHE
Pauline DAMBRY



COMPTABLE
Chantale GAUTHIER

ÉQUIPE BÉNÉVOLE



BÉNÉVOLE
Christine GUILLEMOT
Bénévole de français



BÉNÉVOLE
Jean-Claude BOUSSARIE
Bénévole d'informatique



BÉNÉVOLE
Véronique MESNARD
Bénévole de français



4 Avenue Richerand, 75010 Paris

Au deuxième étage



République

(Lignes 3, 5, 8, 9 et 11)

Goncourt

(Ligne 11)



75 (arrêt Gare routière)

46 (arrêt Hôpital Saint-Louis)



01 45 33 31 74



01 45 33 53 61



contact@parcours-exil.org



www.parcours-exil.org