

## Comprendre le psyvalidisme en 10 questions

- Le psyvalidisme, c'est quoi ?
  - Comment ça s'exprime ?
  - Quels rapports et différences avec le validisme tout court ?
  - J'ai aussi entendu parler de psychophobie, c'est quoi la différence ?
  - Oui mais on est toustes un peu... on a toustes nos problèmes
  - Mais les milieux militants, eux, sont bienveillants...
  - Parler de psyvalidisme, ce n'est pas un peu un truc de riches / de blancs / de privilégiés ?
  - Qu'est-ce que je peux faire pour aider (en n'étant pas directement concerné·e) ?
  - Qu'est-ce que je peux faire en tant que personne concernée ?
  - Est-ce que les mots *fou*, *folle*, *folie*, sont offensifs ?
- ☛ Liste de ressources pour aller plus loin (articles, blogs, réseaux sociaux, podcasts, associations...)

- Le psyvalidisme, c'est quoi ?

Pour faire simple, le psyvalidisme, c'est le système d'oppression envers les personnes **neurodivergentes** (ou : neuroatypiques et psychoatypiques), c'est-à-dire les personnes qui s'éloignent de la norme de fonctionnement cérébral institué par notre société. En d'autres termes : ton cerveau ne fonctionne pas pareil que comme on pense qu'il devrait fonctionner = on te considère comme irrémédiablement malade et, surtout, inférieur.

Le psyvalidisme recouvre toutes les violences et exclusions que vivent individuellement et collectivement les personnes par exemple autistes, bipolaires, schizophrènes, dépressives chroniques, vivant avec des TOC (troubles obsessionnels compulsifs) ou des TCA (troubles du comportement alimentaire), ayant un handicap intellectuel ou cognitif, etc.

- Comment ça s'exprime ?

Comme toute oppression systémique, le psyvalidisme s'exprime à différents niveaux et de diverses manières. Le (psy)validisme est **systémique**, c'est-à-dire qu'il structure notre société, ses codes et valeurs, ses institutions. Mais les représentations sociales du handicap psy véhiculent au contraire une idée **dépolitisée** et **individualisée** du problème.

☛ Le psyvalidisme s'exprime :

- au quotidien dans les attitudes, les préjugés, les insultes, les mises à l'écart, les violences...
- dans le **langage** (utiliser les mots liés à des diagnostics psychiatriques comme des insultes, par exemple) et les **représentations culturelles** (qui renvoient à la peur/dangerosité, sont misérabilistes, ou romantisent et glorifient la souffrance psychique).
- dans l'**inaccessibilité** des lieux et de l'organisation sociale : les personnes touchées par le (psy)validisme sont largement exclues de l'enseignement, du marché du travail, des lieux de culture et de convivialité.

Les personnes touchées par le (psy)validisme ne sont pas non plus égales en droit, et subissent aussi des violences dans la sphère médicale et psychiatrique.

C'est une situation compliquée : on a besoin de se soigner, mais la médecine est normative et psyvalidiste, vise davantage à normaliser qu'à promouvoir l'épanouissement de la personne, peut ajouter d'autres traumatismes à la vie des personnes neuro- et psycho-atypiques. Enfin, la médecine

et la psychiatrie sont aussi imprégnées de racisme, classisme, grossophobie, et d'hétérocissexisme : certaines personnes seront donc moins bien soignées (voire plus maltraitées) que d'autres.

- Quel rapports et différences avec le validisme tout court ?

Toutes les formes de validisme sont indissociablement liées :

- **au système capitaliste** et aux normes productivistes et capacitistes de la société, qui détermine la valeur d'un individu selon sa capacité de travail productif.
- à l'idée qu'il y aura un seul type de corps et de fonctionnement cérébral valable.

Par ailleurs, les situations de handicap sont toutes complexes et personnelles, composées de plusieurs éléments. Les personnes cumulent souvent plusieurs conditions, « visibles » et « invisibles », et beaucoup de personnes qui vivent le validisme pour un handicap physique et/ou de naissance développent aussi des troubles de santé mentale en raison d'un vécu violent, de l'exclusion sociale, des discriminations constantes, de la précarité...

Mais il peut y avoir des différences dans le vécu et le type de préjugé rencontré selon le type de handicap, surtout selon que ça se « voie » au premier regard ou non, ou si c'est lié à quelque chose d'associé à la folie.

- J'ai aussi entendu parler de psychophobie, c'est quoi la différence ?

La *psychophobie* est un terme plus courant pour l'instant en français que le terme *psyvalidisme* : il a été formé sur le modèle d'*homophobie*, *grossophobie*... Mais cet usage du suffixe *-phobie* pour désigner ce qui sont des situations de domination et de violence a été critiqué.

En effet, la phobie désigne une peur pathologique de quelque chose. Et si les discriminations sont aussi liées à des sentiments de peur (peur de la différence, peur du gras, etc.), il s'agit avant tout de situations de domination et de violence. Et en plus, la phobie, c'est théoriquement un diagnostic psychiatrique, et il existe des personnes qui souffrent de phobies envahissantes et incapacitantes, et qui se retrouvent victimes de psyvalidisme par rapport à leur phobie...

Ainsi, **l'usage du suffixe *-phobie* individualise et dépolitise l'oppression, en la renvoyant à une peur plutôt qu'à une organisation sociale**, et renforce l'idée reçue selon laquelle les attitudes oppressives et discriminantes sont dues à une maladie mentale.

☛ En bref, le terme « psychophobie »... est psyvalidiste, en quelque sorte. C'est ok de l'utiliser, mais je préfère personnellement privilégier le terme « psyvalidisme », aussi pour mettre en avant qu'il s'agit d'une forme de validisme.

- Oui mais on est toustes un peu... On a toustes nos problèmes

Quand on parle de son handicap dit « invisible », quand on parle de souffrance psychique et de nos expériences d'exclusion, incapacités, discriminations, incompréhensions, on nous répond souvent par un « oui mais on a tous des difficultés » qui minimise et généralise nos problèmes. Il ne te viendrait pourtant pas à l'idée de dire « on est toustes un peu noir » ou « on est tous un peu pauvre », non ?

Alors, oui, tout le monde dans la société souffre du poids des normes (psy)validistes, tout comme tout le monde vit des répercussions du sexisme. Par ailleurs, on peut être victime de psyvalidisme quand on traverse une souffrance psychique passagère, telle une dépression ou un burnout qui restera un événement isolé dans une vie. Tout comme on vivra l'inaccessibilité des bâtiments et des transports

si l'on se retrouve la jambe dans le plâtre pendant 1 mois... mais il y a des différences avec un vécu prolongé d'exclusion et de minoration (= rendre mineur·e, inférieur·e).

☛ Personne dans les communautés militantes antivaldistes ne va questionner la légitimité de quelqu'un·e à se dire concerné·e, ni chercher à « contrôler » d'éventuels diagnostics : ce contrôle serait aussi une attitude validiste, qui nuit avant tout aux personnes handicapées. Nous sommes aussi les premier·es, depuis le début des luttes antipsychiatriques et antivaldistes, à vouloir parler de santé mentale pour toustes, à remettre en question les normes sociétales dans leur ensemble, à critiquer l'organisation capitaliste du travail, etc.

Et puis, il est possible aussi que les personnes qui minimisent et normalisent les expériences soient en fait elles-mêmes concernées sans le savoir ou en étant dans le déni, et projettent sur d'autres leur validisme intériorisé. (suivant une pensée du genre : « moi je fais autant d'efforts pour m'en sortir, donc y'a pas de raison que d'autres vivent plus de confort que moi »)

Mais minimiser les propos d'une personne qui parle de violences vécues ou des difficultés envahissantes rencontrées en raison de son handicap psy, en lui répondant qu'« il y a pire » ou que « tout le monde vit ça », **c'est validiste et c'est violent**. Les phrases du genre « on est toustes humains après tout », « chacun sa différence », « personne n'est normal », il vaut mieux les laisser aux concerné·es qui cherchent à se défendre – sinon, même si ça part d'une bonne intention et que c'est philosophiquement juste, ça peut être ressenti comme un déni des discriminations vécues.

☛ Alors, comment déterminer qui est neurodivergent·e ou est touché·e par le psyvalidisme ?

Politiquement, on ne parlera pas de neuroatypie ou psychoatypie comme de catégories biologiques, mais comme des **groupes sociaux marginalisés** : comme avec le racisme et le classisme, il y a des cas-frontière, des cas fluctuants, des situations entre-deux. Mais **il y a clairement des personnes qui correspondent bien davantage aux normes et à ce qui est considéré comme bon et légitime : c'est un privilège**.

Et puis, comme pour toute oppression, on peut être davantage discriminé par le fait de se trouver à l'intersection de plusieurs positions d'oppressions, de cumuler les positions de vulnérabilité et d'exclusion – et à l'inverse, le fait d'avoir de l'argent, d'occuper une position de pouvoir et d'être soutenu change pas mal la donne, même si ça n'efface pas la souffrance et les violences. Chacun·e est responsable de son introspection et de pouvoir reconnaître quels sont ses privilèges, tout en reconnaissant les discriminations dont on est victime et les droits qui nous sont déniés.

Ainsi, se dire que « on a toustes des problèmes », « on est tous fous quelque part », ça peut être un point de départ pour mieux comprendre la problématique du psyvalidisme et avoir de l'empathie avec les personnes marginalisées et discriminées – mais on doit pouvoir reconnaître les privilèges qu'on a par rapport à d'autres personnes, et écouter en priorité la parole et les expériences des personnes discriminées.

Oui, justement, le concept de normalité n'a pas beaucoup de sens... oui, bien sûr, cela bénéficierait à tout le monde de pouvoir parler ouvertement de santé mentale, de prioriser le soin et le bien-être, de dénoncer les standards capacitistes de la société... ...mais dans ce cas, venez lutter avec nous pour le renversement du système de valeurs validistes qui régissent la société ?

- Mais les milieux militants, eux, sont bienveillants...

Majoritairement, non.

La validisme et psyvalidisme sont très profondément ancrés dans nos représentations sociales, comportements individuels et modes d'organisation collective. Tout comme le racisme et la

grossophobie, le (psy)validisme est très présent dans beaucoup de milieux militants féministes, queers, écolos, de gauche, etc., qui se pensent « déconstruits ». Même les milieux « bienveillants » sont souvent excluants dans leur mode de fonctionnement. **Justement, penser que l'on est déjà « déconstruit·e » peut empêcher de continuer à se remettre en question.**

Les luttes politiques de personnes handicapées, neuroatypiques et psychiatisées sont peu connues, peu abordées et peu prises en compte dans la plupart des milieux militants. Parfois, pire : certaines communautés qui ont vécu la pathologisation de leurs identités – la communauté LGBTQIA+, par exemple – peuvent chercher à se distancier des « fous » et « malades mentaux », alors même qu'on en compte beaucoup dans leurs rangs.

☛ Avec la pandémie, il s'est passé quelque chose qui a réveillé l'amertume et parfois la colère de beaucoup de personnes handicapées / neuroatypiques :

- D'une part, beaucoup de choses sont subitement devenues possibles en distanciel (télétravail, conférences et événements en visio, études à distance...) pour la population générale, alors qu'elles ne l'étaient pas auparavant pour les personnes handicapées qui en avaient besoin.

- D'autre part, on a commencé à parler de santé mentale et de la difficulté d'être isolé·e... encore une fois, pour la population générale de personnes « valides ».

Ainsi, même si la santé mentale est un sujet qu'on aborde davantage qu'avant, il existe encore dans les mentalités un genre de frontière entre « les fous » - qu'on laisse de côté – et « les normaux qui souffrent » – à qui on viendra en aide. On oublie souvent les personnes handicapées, dans les milieux militants aussi : d'où l'importance de chercher à **nous écouter et nous inclure partout, et reconnaître ce que les luttes handies ont apporté ou peuvent apporter aux autres luttes.**

- Parler de psyvalidisme, ce n'est pas un peu un truc de riches / de blancs / de privilégiés ?

Au contraire, le psyvalidisme est indissociablement lié aux autres systèmes d'oppression et d'exploitation qui régissent notre société occidentale moderne, à différents niveaux ; et la pensée sur cette oppression a aussi émergé de personnes et groupes pauvres, racisées, multi-discriminées, même si c'est souvent effacé par l'histoire.

◆ Les systèmes de domination se basent sur l'idée qu'une catégorie d'être vivant (les femmes, les peuples non-blancs colonisés, les enfants, les personnes handicapées, mais aussi les animaux non-humains) est inférieure en termes de performances, de morale, d'intelligence, de conscience de soi, et méritent donc moins de considération. La science est utilisée pour justifier ces hiérarchies et la domination.

◆ Plusieurs oppressions systémiques se sont construites ensemble et mutuellement renforcées : les normes de comportement, le vocabulaire pathologisant, les catégories psychiatriques ou certains diagnostics médicaux se sont construits sur la dévalorisation et la pathologisation des femmes, des personnes queers, des personnes de classe ouvrière, des peuples colonisés...

◆ Souvent, il y a eu développement simultané d'outils de classification, évaluation, et de conditionnement : par exemple, c'est la même personne qui a développé les thérapies de conversion pour homosexuel·les et les méthodes d'éducation maltraitantes pour enfants autistes, sur le même modèle. On a aussi testé des « thérapies », opérations et médicaments sur des personnes minorisées (électrochocs, lobotomie, certaines médications).

◆ Les groupes minorisés et stigmatisés ne reçoivent pas le même traitement médical et psychiatrique : à la fois, **certaines comportements sont pathologisés** (la colère des femmes, les identités de genre ou sexuelles non cis-het), et à la fois **on ne prend pas au sérieux les symptômes et la souffrance**, ou on les met sur le compte d'autre chose (mythe que les personnes noires supportent davantage la douleur ou se plaignent pour rien, mettre sur le compte d'une

mauvaise éducation les difficultés sociales et scolaires d'un enfant potentiellement autiste / TDAH / dyslexique...)

◆ Les violences vécues, la discrimination, l'exclusion sociale, le stress chronique de la précarité, les mauvaises conditions de travail, etc. **créent des handicaps psy** ; et souffrir de handicap psy ou être neuroatypique **expose à davantage de violences, discrimination, exclusion et précarité**. C'est un cercle sans fin.

Et pour continuer dans les problématiques croisées avec la colonisation et le racisme :

◆ Les grilles de lecture, diagnostics et traitements psychiatriques blancs/occidentaux sont souvent plaqués sans esprit critique ni nuance sur d'autres cultures, alors même qu'est maintenu le mythe que les maladies mentales et la souffrance psychique n'existent pas ailleurs...

◆ Des approches de la santé non-occidentales se voient appropriées, détournées, extraites de leur contexte et commercialisées en Occident.

...la liste est longue, et les situations complexes.

Gardons à l'esprit que nous connaissons et percevons très peu des luttes anti(psy)validistes, justement parce qu'il s'agit des personnes les plus marginalisées, les moins écoutées. Et combattons les idées reçues les plus courantes : que les troubles psy sont des maladies de riches ou de blancs, que les personnes qui n'ont pas fait d'études ne seraient pas capables de réflexion critique sur leur propre condition, que les personnes avec un handicap psy/intellectuel n'ont pas conscience d'elles-mêmes, que la médecine est une science neutre, etc.

- Qu'est-ce que je peux faire pour aider (en n'étant pas directement concerné-e) ?

Il n'y a pas de recette magique, c'est la même chose quand on est allié-e de n'importe quelle lutte :

◆ Être à l'écoute. Te décentrer. Remettre en question tes idées reçues. T'informer (= lire, écouter, regarder des sources d'information sur ces sujets-là, de préférence produites par les personnes concernées).

◆ Placer le respect des limites et l'attention aux besoins de chacun au centre de ta manière de relationner et travailler.

◆ Ne pas monter les personnes handicapées psy et les personnes neuroatypiques les unes contre les autres, mais juste refléter la diversité des points de vue, expériences et difficultés.

◆ Relayer les messages et sensibiliser ton entourage (reprendre quelqu'un qui utilise une insulte psyvalidiste, diffuser le travail de militant·es fols et neuroatypiques, questionner le milieu où tu milites et la manière de militer...) et te demander si/comment tu peux soutenir pratiquement et financièrement les luttes et les personnes concerné-es militantes, sans parler à leur place.

- Qu'est-ce que je peux faire en tant que personne concernée ?

♥ Reconnaître tes besoins. Accepter que tu as besoin d'aide. Prendre soin de toi.

♥ Te sentir légitime à chercher des espaces non-mixtes si ça te fait du bien.

♥ Travailler à comprendre et déconstruire le validisme intériorisé.

C'est un travail difficile et toujours à recommencer. La communauté et le militantisme pourraient t'être d'une grande aide, tout en gardant en tête que tu y rencontreras des personnes diverses, avec des situations différentes de la tienne, et des besoins différents.

- Est-ce que les mots *fou*, *folle*, *folie*, sont offensifs ?

Ah, la complexe question du vocabulaire ! Qu'est-ce qu'il faut dire ou ne pas dire ? On t'a dit de ne pas utiliser des mots stigmatisants comme *fou*, *folle*, *tarée*, *dingue*, *cinglé*... et tu entends des personnes concernées utiliser ces mêmes mots pour parler d'elles-mêmes et de la lutte ?!

Il s'agit d'un mécanisme de **réappropriation** du vocabulaire, qu'on appelle aussi *retournement du stigmat*. Tout comme des personnes LGBTQIA+ se sont réapproprié des mots les concernant qui étaient initialement insultant et les utilisent entre eux, comme « pédé », « gouine », ou l'anglais « queer ». Il s'agit de se réapproprier et de subvertir le regard négatif qui est porté sur nous, la place marginale à laquelle on nous a relégué·es.

Se réapproprier les qualificatifs de « fou » et « folle » vise aussi à montrer qu'il s'agit d'une **identité sociale** avant tout : souvent, avant même d'avoir obtenu un diagnostic, ou perçu soi-même qu'on était différent·e, on a été nommé·e, catégorisé·e, exclu·e par cette insulte lancée par les autres. Ce ne sont pas nos diagnostics qui nous ont défini socialement et qui nous lient entre nous : c'est cette même discrimination qui nous vise.

Par ailleurs, les personnes militantes sont en général agacées les périphrases complexes qui visent à éviter de se confronter à la réalité et qui terminent souvent en contresens (« porteur d'une situation de handicap » ?) ou qui mettent la négativité de la condition en elle-même (« souffrant de »). Beaucoup de personnes autistes préfèrent par exemple utiliser le terme « autiste » comme simple adjectif (« Je suis autiste », « une personne autiste ») plutôt que les périphrases « avec autisme », « sur le spectre », « porteur d'autisme », etc.

Mais pour d'autres personnes, c'est trop douloureux de se désigner par des mots qui ont été utilisés comme insultes, qui sont liés à une stigmatisation, ou qui leur rappellent leurs difficultés quotidiennes.

Aussi, certaines personnes concernées ne veulent pas mettre à distance leur condition, qui fait partie d'elles-mêmes, qui est importante dans leur vie, même si leur personnalité et leur vécu ne se résume pas à ça. Elles ont envie d'affirmer : *Je suis autiste* ; *Je suis psychotique* ; *J'ai des TOCs* ; *Je suis fol*. D'autres ne vivront pas ça comme une identité mais comme une maladie parasite dont se distancier : *Je souffre de bipolarité* ; *Je suis touchée par les TCA* ; *Je vis avec une psychose* ; *Je ne suis pas fou : je traverse une dépression*.

☛ Les personnes concernées sont les mieux placées pour parler d'elles-mêmes. Elles ont le droit d'utiliser les mots et expressions qui leur conviennent pour parler d'elles et de leur situation, même si quelqu'un d'autre dans une situation semblable utilisera un autre vocabulaire. C'est ce qu'on appelle **l'autodétermination**.

Bref, si tu es allié·e, utilise les expressions les plus neutres et courtes possibles pour parler en général, mais tu peux demander à tes connaissances concernées par quels mots elles préfèrent être désignées.

## Ressources à consulter

### Articles généralistes / introductions

[https://www.terrafemina.com/article/psychophobie-pourquoi-la-folie-suscite-discriminations-et-prejuges\\_a354673/1](https://www.terrafemina.com/article/psychophobie-pourquoi-la-folie-suscite-discriminations-et-prejuges_a354673/1)

<https://www.doctissimo.fr/psychologie/principales-maladies-psy/information-maladies-mentales/psychophobie-troubles-psychiques>

♥ <https://paris-luttes.info/qu-est-ce-que-la-psychophobie-une-10931>

♥ <https://lesourcesaplumes.info/2018/12/13/psychophobie-et-sante-mentale-a-lintersection-de-plusieurs-oppressions/>

♥ <https://igorthiriez.com/2019/08/14/stigmatisation-et-psychophobie-rappels/>

♥ <https://igorthiriez.com/portfolio/la-psychophobie-pensees-dysfonctionnelles/>

♥ <https://www.zinzizine.net/qu-est-ce-que-la-psychophobie.html>

♥ <https://autistiquement.home.blog/2020/03/01/quest-ce-que-la-neurodiversite/>

♥ <http://www.contretemps.eu/approche-politique-sante-mentale/>

♥ <https://dieses.fr/je-ne-suis-pas-folle-je-suis-autiste-reaction-au-soulagement-post-diagnostic>

♥ <https://www.zinzizine.net/discrimination-race-et-sante-mentale.html>

### Ressources / outils

♦ <https://www.zinzizine.net/> : diffusion et traduction de nombreuses contributions diverses sur des sujets relatifs à la santé mentale, la folie, la psychiatrie, d'un point de vue politisé. De nombreuses ressources à trouver éditées par des personnes racisées et/ou queers.

♦ <https://melitruc.wordpress.com/> : ressources illustrées contre le validisme et pour le self-care.

♦ <https://igorthiriez.com/> : savoir critique sur les troubles, les symptômes, les thérapies et les médicaments, sous forme de fiches et d'infographies facilement lisibles (par un psychiatre engagé).

♦ <https://icarus.poivron.org/> : réseau de soutien, entraide collective, justice sociale.

♦ <https://www.infokiosques.net/antipsychiatrie> : portail de zines informatifs, militants, pédagogiques.

♦ <https://www.zinzizine.net/2016/05/comment-rendre-votre-milieu-militant-plus-inclusif-pour-les-personnes-neurodivergentes.html> : un zine à consulter pour les milieux associatifs et militants.

 À suivre sur les réseaux sociaux (Facebook, Instagram, parfois Twitter)

Ta psychophobie m'envahit

Un truc de ouf

SOS Psychophobie

Autiste Queer

Comme des fous <https://comedesfous.com>

Les Folies passagères

Paye Ta Psychophobie

T'as par l'air autiste

Dandelion (@lyingrain sur Twitter) <https://mxdandelion.medium.com/>

### Blogs

<https://dcaius.fr/blog/> : stress post-traumatique, autisme, validisme...

<https://unesibellefolie.com> : trouble bipolaire, rapport à la psychiatrie et la médication, conseils pratiques, réflexions sociales.

<https://blogschizo.wordpress.com/> : schizophrénie, rapport à la psychiatrie et aux soignant·es.

<https://pourquoipasautrement.wordpress.com/> : autisme, TCA, automutilation, troubles anxieux, dépression, féminisme...

<https://neuroatypies.wordpress.com> : vulgarisation de psychologie et neurosciences et réflexions sur les neuroatypies et psychoatypies.

<https://trolldejardin.wordpress.com/> : autisme, HQI, neuroatypies, validisme, psychophobie, questionnements LGBT+.

<https://coupsdegueuledelau.wordpress.com/> : psychophobie, grossophobie, trouble borderline.

## Podcasts

### ♥ Généralistes :

<https://podcloud.fr/podcast/letfpodcast/episode/tf-numero-3-validisme-101-la-psychophobie>

<https://www.binge.audio/podcast/programme-b/la-sante-mentale-dont-vous-etes-le-heros>

[https://www.arteradio.com/son/61661891/feminismes\\_et\\_handicaps\\_les\\_corps\\_indociles\\_19](https://www.arteradio.com/son/61661891/feminismes_et_handicaps_les_corps_indociles_19)

### ♥ Diverses histoires de folie :

<https://podcast.ausha.co/les-garde-fous>

### ♥ Racisme et santé mentale :

<https://www.binge.audio/podcast/kiffetarace/le-cout-mental-du-racisme>

<https://soundcloud.com/alintersection/episode-5-sos-medecins-racises>

### ♥ Séries documentaires sur l'histoire de la psychiatrie, la folie au quotidien, le (psy)validisme :

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-psiychiatrie>

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-psiychiatrie-la-folie-ordinaire>

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/serie-handicap-la-hierarchie-des-vies>

### ♥ Émissions militantes :

<http://radiatorageuses.net/spip.php?article1073> : « folie, psychiatrie, lutte des psychiatisé·es »

<https://www.radiopanik.org/emissions/psylence-radio/>

## Conférences

[1h30] Interview du collectif Psychophobie et Oppressions Systémiques :

<https://www.facebook.com/Lepoissonsansbicyclette/videos/138725594926191>

[45min] Conférence d'Alistair Houdayer : Neurodiversité et modèle social du handicap :

<https://www.youtube.com/watch?v=yUHSOp-6t3o>

## À Bruxelles & Wallonie

**L'Autre Lieu** : lieu de rencontres, expérimentation, recherches, partage et soutien, autour des alternatives à la psychiatrie.

**Psytoyens** : défense des droits des usager-es des services de santé (mentale).

**Le Funambule** : autour de la bipolarité.

**En Route** : promotion de la pair-aidance.

**Collectif Autiste de Belgique** (à venir) : auto-représentation et défense des adultes autistes.