



TISSONS NOS LIENS

Rapport annuel
2021





LE COMITÉ

Henry MORGAN

Président

Philippe DUNANT

Vice-président

Olivia FAUCHIER MAGNAN

Trésorière

Catherine FAUCHIER MAGNAN

Membre

Nicolas KERGUEN

Membre

Barbara KRAUS TUNIK

Membre

Eliane PASCHE

Membre

Béregère POROT

Membre

Dominique de SAINT PIERRE

Membre

Marie TURRETTINI

Membre

L'ÉQUIPE

Yaël LIEBKIND

Directrice

Ivana ROSSETTI RUDAZ

Administratrice

Elodie DEDERDING

Chargée de formation

François VASSALI

Auxiliaire de formation

LA MAIN TENDUE GENÈVE

Case Postale 157

1211 Genève 4

Administration : 022 320 50 87

Site internet: www.geneve.143.ch

Email: geneve@143.ch

CCP 12-13454-0

IBAN CH49 0900 0000 1201 3454 0

«Je suis à l'AI et n'ai pas le droit de travailler.
Je m'ennuie, j'aimerais tellement avoir un travail.»

EXTRAIT D'UN APPEL REÇU LE 21.09.2021



SOMMAIRE

Le comité et l'équipe de La Main Tendue Genève 2

Message du Président 4

Mot de la Directrice 6

Formation des bénévoles 8

2021 en chiffres 10

Témoignage d'une répondante pour l'aide par courriel 12

Témoignage d'un répondant pour l'aide par tchat 13

Une bénévole témoigne 14

On parle de nous – Nous vous parlons:

– Les principales actions médiatiques de l'année 2021 15

– Agenda des événements 2022 16

Réservez votre soirée: la «Comédie Lyrique Romande» 17
à la Salle de la Madeleine à Genève

États financiers 2020

– Mot de la Trésorière 18

– Bilan 19

– Comptes de profits et pertes 20

– Notes annexes 22

Remerciements 25

Les cercles d'écoute 26

*«Ma tête est toute en désordre.
Je ne sais pas par quoi commencer aujourd'hui.»*

EXTRAIT D'UN APPEL REÇU LE 02.03.2021



MESSAGE DU PRÉSIDENT

Cette phrase d'un appelant, un an après le début de la pandémie, traduit bien cette sensation de flottement, parfois même de désarroi, ressentie dans la société ces années passées.

Mais n'exprime-t-elle pas aussi un manque, une absence dans le lien social tel qu'il s'est vu restreint et limité durant les confinements successifs? Nous savons tous ce qui peut nous nourrir indirectement tout au long de nos journées; des contacts furtifs avec ceux que nous croisons, dans la rue, au travail, contacts marquant nos petits gestes quotidiens. Mais aussi cet élan qui se communique au contact de ceux que nous connaissons: famille, amis, voisins, personnes reconnues et celles entrevues à la simple croisée d'un sourire. Sans cette humanité à la base de nos rap-

ports, est-il concevable d'imaginer un équilibre, une stabilité psychique?

Cette sociabilité, c'est comme la lumière, comme la chaleur, qui sont indispensables à notre bien-être. La pandémie a bousculé, remis en question celui-ci. Pour ceux qui eurent la chance de traverser cette période sans dommages, des traces demeureront néanmoins: le vertige de l'inconnu, et les conséquences multiples de ce qu'ils auront vécu. Tout cela a un prix, qui peut s'appeler parfois la solitude... L'une des solutions qui aura permis de trouver réponse à celle-ci aura été la ligne du 143.

Ainsi, nos observations faites aujourd'hui, à la sortie de ces deux années troublantes, doivent nous convaincre que notre Association joue un rôle indispensable de liant

social. Tant de «têtes en désordre», à travers les générations – on pense ici aux parents ayant été confrontés à la nouvelle dynamique familiale sous la pandémie – ont cherché une solution. La vie reprend, mais elle ne sera probablement jamais exactement la même. Cet observatoire d'écoute qu'est La Main Tendue en aura été témoin: par votre support au cours de cette année passée, votre attachement à notre institution s'est ressenti auprès de tous ses acteurs. Reprenant l'observation de notre appelant, nous pouvons modestement et humblement dire savoir par quoi commencer aujourd'hui: vous remercier, au nom de La Main Tendue!

Henry MORGAN

MOT DE LA DIRECTRICE

Votre question est immense, elle me touche au cœur car j'entends la détresse dans laquelle nous plongeons lorsque nous ne savons plus comment faire pour aller de l'avant, vivre bien, aimer cette vie telle qu'elle se présente. Votre question est centrale, importante, et quelque part universelle. Elle nous vient par surprise ou se pose comme un centre autour duquel nous tournons parfois longtemps. Comment faire pour aimer la vie? Elle suppose aussi qu'il faut aimer la vie, comme une injonction, une obligation sans quoi il n'est presque pas possible de vivre. Et puis il y a le comment, comme si il y avait une méthode, un truc à trouver... Votre interrogation me renvoie aussi à la perte du goût, celui qui donne de l'élan, éveille le désir, les désirs.

Que se passe-t-il lorsque l'on a perdu le goût? Le désir qui nous porte au dehors de nous s'éteint. Notre curiosité se transforme en morosité, notre univers se rétrécit et tout ce qui est à l'extérieur nous semble inaccessible. Le goût de vivre s'étiole et nous laisse fatigué et sans élan. Tout paraît insurmontable, sans saveur, sans attrait. Nous perdons le goût des autres et éprouvons le poids de la so-

litude. L'absence de goût nous plonge dans l'isolement. La vie n'a plus de sens car elle n'a plus de saveur. Et sans goût, sans élan, à quoi bon vivre? C'est ce que j'entends derrière votre question.

Le sens du goût est essentiel pour «aller vers», pour s'éveiller à la nouveauté, pour être curieux de ce qui se passe dans le quotidien. Le goût c'est aussi la convivialité, le plaisir du partage, de l'accueil. Le goût nous met en appétit,

*Au 143 – tissons nos liens pour...
retrouver le goût des autres.*

nous invite à découvrir des horizons plus vastes, à explorer le monde de l'autre, des autres. Comment éveiller le goût, vivifier le sens du lien, de la convivialité?

La psychologie et les approches psychothérapeutiques s'interrogent là-dessus et tentent, par divers moyens, de redonner de l'élan là où il n'y en a plus. L'altérité que nous nous construisons au cours de notre vie, et surtout dans



l'enfance, stimule ce désir et l'élan de vie. Lorsque ce lien a été mal vécu, il en résulte des carences, un manque, un sentiment de vide qu'il est difficile à combler. Et de grandes souffrances émergent de ce terreau-là: nous avons mal aux autres, au fond... Nous sommes nombreux à être perpétuellement à la recherche de «cet autre» qui nous guérira. Et celui-là ne vient

pas... A cette attente déçue s'ajoute la souffrance du manque, de l'absence. Pourtant, nous découvrons qu'il y a au fond de chacun de nous un potentiel de connexion vivant et alerte, une part de l'être qui est prêt pour le lien. L'écoute profonde et sans attente permet cette émergence. Il y a là un espace magique, dans un dialogue d'être à être, qui rallume les feux du cœur et redonne éventuellement de l'élan pour le lien. Cet instant d'écoute, ce moment où j'accueille votre question existentielle, n'est peut-être pas suffisant pour changer une vie, mais il peut donner

l'étincelle nécessaire pour sortir du trou noir et entrevoir l'éveil d'une parcelle de désir. J'espère que cette tentative de réponse aura touché quelque chose en vous et un peu répondu à votre question. Le goût des autres sera le thème central en 2022 pour notre association. Car après la pandémie, le rapport aux autres a changé. Bousculés dans nos repères, la distanciation physique a mis en évidence l'importance de préserver

l'essentiel, les liens qui font de nous des êtres sociaux, capables d'être touchés, sensibles à ce que vivent les autres. Il nous paraît donc très important de nourrir cette nécessité et de tisser nos liens à travers toutes les activités que nous déploierons cette année. A votre écoute, le 143 24h sur 24.

Yaël LIEBKIND

«J'ai peur de mourir,
mais j'ai encore plus peur de vivre.»

EXTRAIT D'UN APPEL REÇU LE 11.04.2021

FORMATION DES BÉNÉVOLES

Comment accueillir toute cette souffrance, comment répondre à la peur qui paralyse et réduit notre capacité à être en lien. C'est parfois le défi de nos bénévoles, faire en sorte qu'une personne désespérée (re)trouve ce qui la rattache à la vie.

La formation continue permet, entre autre, d'accompagner et d'outiller nos écoutants, de développer et de renforcer leurs compétences d'écoute dans ce type de situation mais pas seulement. Elle nourrit également le lien entre eux et nous, permettant ainsi une cohésion forte, un sentiment d'appartenance et un soutien.

A l'instar de l'année précédente, 3 axes de formation ont été développés pour 2021:

FORMATION CONTINUE

La Main Tendue Genève a à cœur de proposer des thématiques de formation continue au plus proche des réalités sociétales. C'est dans cet esprit que nous avons articulé les modules de formation autour de la question des périodes de crises et les incertitudes en découlant. Quels impacts, quel sens, quels apprentissages tirons-nous de ces moments de grands bouleversements? L'idée étant de tirer parti de ce que nous vivons afin de développer nos compétences d'écoute.

FORMATION EXTERNE

Nommée «les sens de l'écoute», notre formation à l'écoute est accessible à toute personne désireuse de développer ses compétences d'écoute. Nous dispensons également cette formation à des institutions de professionnels du travail social et de la santé. Savoir écouter est une compétence qui n'est pas si facile à acquérir. Elle exige une posture particulière mêlant capacité d'accueil et de non-jugement, qualité de présence et discernement. Cette compétence, La Main Tendue la développe depuis plus de 60 ans. A travers la relation d'aide par téléphone, des milliers d'écouterants ont forgé un véritable savoir-faire, qui a su montrer sa pertinence et sa force. C'est ce savoir-faire qui est transmis lors de nos formations.

ZOOM SUR LE PROCESSUS DE RECRUTEMENT ET FORMATION EN 2021

Nous avons reçu un nombre élevé de candidatures tout au long de 2020. La situation particulière de cette année-là, nous a obligés à repousser le processus de recrutement. C'est 18 bénévoles qui ont démarré le parcours de formation au mois de mai 2021. Celui-ci dure en moyenne 6 mois et se partage entre des temps d'apprentissage pratique et théorique. L'accompagnement des nouveaux bénévoles par les écoutants aguerris est un des points essentiels à ce processus et garant d'une formation de qualité ainsi que d'une réelle cohésion d'équipe.

Elodie DEDERDING
Chargée de formation



«J'ai l'impression de vivre
dans une salle d'attente.»

EXTRAIT D'UN APPEL REÇU LE 21.04.2021

«J'ai écrit une lettre à Exit
que je n'ose pas envoyer.»

EXTRAIT D'UN COURRIEL REÇU LE 21.02.2021

2021 EN CHIFFRES



19'027 APPELS



668 TCHATS



216 COURRIELS

19.4% D'APPELANTS ≤ DE 40 ANS

16.5% D'APPELANTS ≥ DE 65 ANS

63 ÉCOUTANTS

THÈMES LES PLUS FRÉQUEMMENT ABORDÉS

PROBLÈMES PSY	6'365
SOLITUDE	3'540
GESTION DU QUOTIDIEN	1'324
FAMILLE/ÉDUCATION	1'049
SOUFFRANCE PHYSIQUE	824
PROBLÈMES RELATIONNELS	735
VIOLENCE	505
COVID	447
SUICIDE	324

«Je me permets de vous écrire ce soir parce que je me sens vraiment seule et j'ai l'impression d'être bloquée dans ma vie. Je n'ai plus de projet et plus confiance en moi et en mes compétences.»

EXTRAIT D'UN COURRIEL REÇU LE 10.04.2021

TÉMOIGNAGE D'UNE RÉPONDANTE POUR L'AIDE PAR COURRIEL

À la lecture de ces lignes, je me suis sentie très touchée par la situation de cette femme qui avait fait face à de nombreux événements difficiles sans flancher mais qui, malgré cela, se dévalorisait énormément et avait perdu toute confiance en elle.

Dans un délai de 48 heures j'allais lui adresser ma réponse. Le plus difficile étant de trouver les mots justes pour:

- lui dire qu'elle m'avait touchée;
- mettre en lumière et valoriser ce qu'elle avait déjà accompli (expliqué plus loin dans son message);
- la réconforter sur ce qu'elle vivait aujourd'hui;
- s'appuyer sur ce qui émergeait entre les mots pour lui proposer une ouverture (plus confiance = elle a perdu confiance = elle a eu confiance = elle peut la retrouver).

L'aide par courriel est un échange anonyme entre deux inconnus. Un espace d'intimité au milieu du tumulte de la vie. Une parenthèse temporelle, des mots pour répondre

à des mots, tels des fils qui se tissent pour créer un lien. Imaginez, une goutte de pluie qui reste une fraction de seconde en suspension sur la surface du lac avant de se fondre dans l'eau.

On ne peut pas assurer que l'échange soit toujours réussi mais la réponse doit être susceptible de susciter l'espoir et la valorisation personnelle.

C'est avec ces mots que j'ai commencé la réponse: «Que de souffrances dans votre message. Souffrances dans l'exercice de votre métier, que vous abandonnez parce que vous vous sentez surchargée émotionnellement, souffrances dans vos activités suivantes, souffrances dans ces ressassements où vous vous accusez de faiblesse, voire de manque de détermination...».

Elle n'en a rien dit mais j'espère qu'elle a trouvé du réconfort à la lecture de ma réponse.



«Je ne sais pas si je suis fou ou si c'est le monde qui est fou.»

EXTRAIT D'UN TCHAT DU 25.10.2021

TÉMOIGNAGE D'UN RÉPONDANT POUR L'AIDE PAR TCHAT

Ce soir-là, j'avais juste eu le temps de rentrer chez moi après une journée où la pluie avait rendu la ville nerveuse et comme en état de siège. Les trams pris d'assaut étaient restés bloqués de longues minutes aux carrefours, me faisant craindre d'arriver en retard pour ouvrir ma session. En découvrant cette phrase quelques minutes après la connexion, j'ai éprouvé un petit choc devant sa spontanéité si simple et si vraie. Et puis tout de suite, j'ai répondu par ces mots: «Votre question m'impressionne. Pouvez-vous m'en dire plus sur ce que vous ressentez?» Le «courant» est très bien passé entre ce correspondant et moi. Sans le voir, sans rien connaître d'autre de lui que ce qu'il voulait bien me confier, j'ai deviné une personne traversée par toutes sortes d'interrogations qui suscitaient en moi ce qu'il me faut bien appeler un élan de sympathie.

Il écrivait très vite, multipliait les phrases courtes aux-



quelles j'essayais d'offrir un écho encourageant afin qu'il se sente de plus en plus en confiance. Nous sommes arrivés assez rapidement à la conclusion que non, il n'était pas fou, mais que quelque chose dans la vie qu'il menait risquait à moyen terme de le conduire dans une solitude très douloureuse. Nous étions bien d'accord sur un point: ce qui l'avait poussé à nous écrire ce soir, c'était le sentiment au fond de lui qui ne demandait qu'à grandir, qu'il était avant tout un homme sensible et lucide, un être

en devenir dont l'angoisse première était de ne pas savoir comment il allait pouvoir continuer à vivre sans trop se perdre ni se trahir au milieu de tous ces devoirs que lui imposait la vie. Au moment de nous quitter, je n'ai pas résisté à l'envie de le remercier pour la qualité et la noblesse de ses réflexions sur lui-même et le monde. Et le reste de la soirée, je me suis senti inexplicablement heureux...

«Je sais qu'il y a plus grave,
mais je n'ai personne à qui parler.»

EXTRAIT D'UN APPEL REÇU LE 04.06.2021

UNE BÉNÉVOLE TÉMOIGNE

Bonjour Madame, J'entends combien il peut être difficile de ne trouver personne à qui parler. J'entends combien il est important de pouvoir échanger, partager avec quelqu'un quand on en a besoin. Vous tombez bien, je suis quelqu'un à qui vous pouvez parler.

L'écoute que nous pratiquons au Tél 143 permet de se dire, de remettre de l'ordre dans ses idées, dans ses ressentis. Nous offrons un espace, du temps et une présence. Et dans ce moment-là, une réciprocité, une rencontre se fait entre la personne qui appelle et un.e bénévole qui a été formé.e pour écouter avec bienveillance, empathie et sans jugement. Aujourd'hui c'est moi qui vous répond. Je suis parmi la soixantaine de répondants à nous relayer 24/24. Notre activité bénévole n'est pas le contraire d'une activité professionnelle. Ce qui est différent c'est que le.la bénévole n'est pas rémunéré.e. Il.elle a le temps pour lui. Il.elle n'est pas pressé.e, n'a pas de résultat à obtenir ni d'objectif à atteindre. Mais il.elle s'inscrit dans un cadre défini par des valeurs comme l'anonymat, la confidentialité.

Être bénévole à La Main Tendue c'est expérimenter une

posture centrée sur la personne plutôt que sur le problème, afin de permettre à la parole de se libérer et à la personne qui nous appelle de se remettre en chemin alors que tout semble bloqué. Être bénévole c'est être présent pour un.e autre, pour qu'il.elle retrouve de la perspective, de la mobilité, de l'air là où tout semble sans avenir.



S'engager sur une base volontaire comme bénévole, c'est sortir de ses habitudes, changer de point de vue et voir le monde avec les yeux d'un autre, acquérir d'autres compétences, partager et rencontrer de nouvelles personnes, s'ouvrir et s'enrichir humainement. C'est, en plus de donner de soi, une opportunité pour créer du lien.

C'est pourquoi je suis heureuse que vous ayez composé le numéro Tél 143. J'espère que notre échange vous a été bénéfique et je vous remercie pour votre appel chère Madame!

Une répondante pour La Main Tendue

«Je me sens dépassée par tout
et je n'ai plus de motivation à faire quoi que ce soit.»

EXTRAIT D'UN COURRIEL REÇU LE 10.10.2021

ON PARLE DE NOUS – NOUS VOUS PARLONS

Dans le silence et la plus grande discrétion, tout au long de l'année et jusqu'au fond de la nuit, il y a quelqu'un à votre écoute au Tél 143. Depuis des décennies, notre association développe une compétence d'écoute fine et subtile pour accueillir inconditionnellement des personnes qui, comme vous, se sentent dépassées, perdues, sans motivation. Nous le savons par expérience, il suffit parfois de simplement parler à quelqu'un pour retrouver son élan vital. C'est simple, un coup de fil, quelques minutes de partage et surtout une écoute bienveillante. Et pourtant, il faut des conditions précises et favorables pour que cette rencontre ait lieu. Parmi ces conditions, il y a la qualité d'écoute réalisable par le biais d'une formation et un encadrement des bénévoles solide et continu. Il y a aussi des actions auprès des médias afin que le Tél 143 soit connu, rendu accessible à toutes et tous. Pour atteindre toute personne qui pourrait avoir besoin de nous joindre, nous parlons de ce que nous faisons, et grâce aux professionnels du journalisme, qui en font le relais, nous faisons connaître notre action. Ils nous aident à déconstruire des idées reçues telles que «je n'en suis pas encore là, je ne vais pas

encore assez mal pour avoir recours à La Main Tendue!» et nous les en remercions.

Tisser nos liens avec tous passe aussi par les liens avec les partenaires acteurs proches des milieux sociaux et de santé avec lesquels nous élaborons des réflexions communes d'intérêt pour divers publics, comme les personnes âgées, en institution ou isolées chez elles. Par le biais des services spécifiques et les communes, nous avons proposé en 2021 une action pour les atteindre. Celle-ci a eu pour effet une augmentation de 16% d'appels de personnes de plus de 65 ans.

**LES PRINCIPALES ACTIONS MÉDIATIQUES
DE L'ANNÉE 2021 Informations complètes accessibles
sur notre site www.geneve.143.ch**

- Mardi 1^{er} juin 2021, magazine Générations – Plus, La Main Tendue: «On apprend beaucoup de soi en écoutant l'autre»





- Jeudi 18 novembre 2021, journal Le Temps: «Les lignes téléphoniques d'entraide, reflet des craintes pandémiques»
- Vendredi 17 décembre 2021, journaux Tribune de Genève et 24H, Numéro spécial Santé p.11: «Le goût des autres - l'écoute soutient notre système immunitaire»
- Lundi 20 décembre 2021, Radio Cité – Genève s'engage par Charlotte Frossard, Entretien de Yaël Liebkind, directrice de La Main Tendue de Genève: «Sommes-nous vraiment plus vulnérables quand les fêtes de fin d'année arrivent?»

EN 2022

En suivant notre thème «Tissons nos liens», nous avons pour objectif d'intensifier la collaboration autour des questions liées au suicide et aux conséquences de la pandémie sur l'emploi.

Nous avons proposé, le lundi 14 mars, en collaboration avec l'association minds-ge.ch, une journée pour expérimenter les cercles d'écoute et sensibiliser la population aux bienfaits de cette compétence que nous pouvons toutes et tous, constamment approfondir. Nous avons

donné rdv ce jour-là, à l'espace 3DD, lieu de concertation dédié aux démarches participatives qui favorise le partage de réflexions, d'actions et de ressources utiles pour agir ensemble. Le 3DD se construit avec vous!

AGENDA DES ÉVÉNEMENTS 2022 Plus de détails sur notre site internet www.geneve.143.ch

- Informations sur la formation et agenda des cercles d'écoute www.cercledecoute.ch
- 14 mars, Journée nationale de l'écoute.
- 15 au 18 avril, Polymanga 2M2C à Montreux. <https://www.polymanga.com>. Présence de La Main Tendue. Organisé par le poste de La Main Tendue du canton de Vaud.
- 19 au 24 juillet, Paléo Festival. Présence de La Main Tendue. Organisé par le poste de La Main Tendue du canton de Vaud.
- 10 septembre, Journée mondiale de prévention du suicide.
- 29 septembre, Comédie Lyrique, Concert à la Salle Centrale de la Madeleine à Genève. Événement de levée de fonds en faveur de La Main Tendue.
- 10 octobre, Journée Mondiale de la Santé mentale.



**RÉSERVEZ
VOTRE SOIRÉE:
NOUS CHANTERONS
ET VIVRONS
EN CŒUR
DES MOMENTS
INOUBLIABLES!**



JEUDI 29 SEPTEMBRE 2022 À LA SALLE DE LA MADELEINE À GENÈVE LA «COMÉDIE LYRIQUE ROMANDE»

Le comité de La Main Tendue ose et osera encore sortir des sentiers battus!
Il vous invite à le suivre en 2022 dans un spectacle interactif.
Ambiance festive garantie!

MOT DE LA TRÉSORIÈRE

Au 31 décembre 2021, les comptes de la Main Tendue se soldent par un bénéfice de CHF 14'205.44. Pour rappel, à la fin de l'année 2020, le bénéfice s'élevait à CHF 9'164.62.

Au total, les produits sont en baisse de 6.7%, à CHF 582'849.97. Les donations reçues ont baissé de 19.1% en 2021. Merci à tous nos donateurs, l'État de Genève, les communes, les donateurs privés, les entreprises et fondations pour leur soutien fidèle. La Main Tendue a ainsi pu continuer sa mission en répondant 24h/24 aux appels, tchats et courriels tout au long de cette année encore marquée par la Covid. Notons également que parmi les produits de prestations figurent une subvention de l'OFSP versée en fin d'année pour le doublement des lignes téléphoniques, nous les remercions chaleureusement.

Les charges s'élèvent à CHF 546'024.35, en hausse de 6%. Des charges liées à la formation des bénévoles sont en hausse en 2021 en raison d'une volée de nouveaux écoutants plus importante cette année. Dans un contexte encore difficile, nous n'avons pas pu organiser notre soirée annuelle de levée de fonds dont les bénéficiaires

sentent une part importante du budget. A la place, nous avons lancé notre opération «coup de fil», ce qui explique la hausse des frais de promotion pour cette année, liée à l'impression de cartes. Les charges informatiques ont baissé de 60% en 2021, ces dernières ayant été plus élevées en 2020 avec la mise en place du télétravail et de l'écoute à distance.

Au bilan, l'Actif s'élève à CHF 375'173.09 au 31 décembre 2021, en hausse de 13.4% Il apparaît comme suffisant pour faire face aux engagements courants de la Main Tendue.

Au Passif, la hausse des fonds propres de CHF 14'205.44, résultat de l'exercice 2021, mène ceux-ci à CHF 330'442.59.

Le comité vous remercie de votre fidélité et se réjouit de vous retrouver pour sa soirée annuelle de levée de fonds le 29 septembre prochain.

Olivia FAUCHIER-MAGNAN

BILAN AU 31 DÉCEMBRE 2021 AVEC COMPARATIF DE L'EXERCICE PRÉCÉDENT

	Notes Annexes	31.12.2021 CHF	31.12.2020 CHF
ACTIF			
ACTIF CIRCULANT			
Liquidités		361'939.99	327'886.15
Comptes de régularisation actifs	1 (voir page 22)	13'233.10	2'950.90
Total de l'Actif circulant		375'173.09	330'837.05
TOTAL DE L'ACTIF			
		375'173.09	330'837.05
PASSIF			
CAPITAUX ÉTRANGERS			
Engagements à court terme			
Autres dettes à court terme	2 (voir page 22)	14'342.30	2'027.25
Subventions non dépensées à restituer		4'243.20	3'026.17
Comptes de régularisation passifs	3 (voir page 22)	26'145.00	31'032.48
Total des engagements à court terme		44'730.50	36'085.90
CAPITAL DE L'ORGANISATION			
	4 (voir page 23)		
Capital libre		139'208.05	129'077.02
Fonds de régulation		177'029.10	155'543.10
Part de subvention non dépensée		0.00	966.41
Résultat de l'exercice		14'205.44	9'164.62
Total Capital de l'organisation		330'442.59	294'751.15
TOTAL DU PASSIF			
		375'173.09	330'837.05

États financiers 2021

COMPTE D'EXPLOITATION AU 31 DÉCEMBRE 2021 AVEC COMPARATIF DE L'EXERCICE PRÉCÉDENT

	Notes Annexe	31.12.2021 CHF	31.12.2020 CHF
PRODUITS			
Subvention État de Genève		143'093.00	143'093.00
Donations reçues	5 (voir page 23)	382'690.87	473'104.49
Produits de prestations	6 (voir page 23)	57'066.10	8'400.00
Total produits d'exploitation		582'849.97	624'597.49

	Notes Annexes	31.12.2021 CHF	31.12.2020 CHF
CHARGES			
Contribution annuelle La Main Tendue CH		(19'582.00)	(23'808.00)
Charges de personnel			
Salaires et charges sociales		(408'011.40)	(390'583.55)
Cours, formations bénévoles		(28'796.03)	(12'322.80)
		(436'807.43)	(402'906.35)
Autres charges d'exploitation			
Frais de fonctionnement	7 (voir page 23)	(20'402.10)	(15'324.92)
Frais d'administration	8 (voir page 23)	(7'331.24)	(7'852.84)
Loyers et charges des locaux	9 (voir page 23)	(34'930.30)	(33'342.00)
Frais de promotion	10 (voir page 23)	(18'198.93)	(12'666.10)
Frais de collecte de fonds	11 (voir page 24)	0.00	0.00
Charges informatiques		(5'541.35)	(13'878.73)
Frais de révision		(3'231.00)	(3'231.00)
		(89'634.92)	(86'295.59)
Total charges d'exploitation		(546'024.35)	(513'009.93)
RÉSULTAT D'EXPLOITATION		36'825.62	111'587.55
Résultat financier		(540.00)	(347.70)
Variation du fonds de régulation	4 (voir page 23)	(21'486.00)	(100'00.00)
Produits divers		3'649.42	662.25
RÉSULTAT AVANT ATTRIBUTION		18'448.64	11'902.10
Dissolution/Constitution provision pour subventions non dépensées à restituer		(4'243.20)	(2'737.48)
RÉSULTAT DE L'EXERCICE		14'205.44	9'164.62



États financiers 2021

NOTES ANNEXES RELATIVES AUX COMPTES AU 31 DÉCEMBRE 2021

INFORMATIONS GÉNÉRALES

COMITÉ DE L'ASSOCIATION (ORGANE)

Les membres du comité n'ont perçu aucune indemnité en 2021.

ORGANE DE RÉVISION

Comtesas + Gerficom SA
Route des Jeunes 9
1227 Les Acacias

TENUE DE LA COMPTABILITÉ

LO PATRIMONIA S.A
Rue de Saussure 6
1204 Genève

STATUT FISCAL

L'Association est exonérée des impôts sur le bénéfice et le capital pour une durée de 10 ans à compter de l'exercice 2013 selon lettre de l'AFC du 29.11.2013.

PRINCIPES COMPTABLES

GÉNÉRAL

- Les états financiers ont été préparés en accord avec les exigences du Code suisse des Obligations (Art. 957 à 963b CO). Depuis le 1^{er} janvier 2015, les comptes annuels sont établis conformément aux nouvelles dispositions du droit comptable suisse (titre trente-deuxième du Code des obligations). En outre, tous les encours à la date de clôture sont pris en considération.
- Conformément au point 27 de Swiss GAAP RPC 21, l'association renonce à établir un tableau de flux de trésorerie.
- L'exercice comptable commence le 1^{er} janvier et se termine le 31 décembre. En 2021, aucune écriture n'a été comptabilisée en monnaies étrangères.

MONNAIE DE RÉFÉRENCE

La comptabilité est tenue en francs suisses.

CONVERSION DES MONNAIES ÉTRANGÈRES

En 2021, aucune écriture n'a été comptabilisée en monnaies étrangères.

	31.12.2021	31.12.2020
	CHF	CHF

1. COMPTES DE RÉGULARISATION ACTIFS

Produits à recevoir	13'033.10	0.00
Charges payées d'avance	200.00	2'950.90
	13'233.10	2'950.90

2. AUTRES DETTES À COURT TERME

Charges sociales	1'601.30	1'953.70
Prévoyance professionnelle	12'741.00	0.00
Impôt source	0.00	73.55
	14'342.30	2'027.25

3. COMPTES DE RÉGULARISATION PASSIFS

Don Loterie Romande reçu d'avance	23'000.00	23'000.00
Charges à payer	1'645.00	8'032.48
Produits reçus d'avance	1'500.00	0.00
	26'145.00	31'032.48

	31.12.2021	31.12.2020
	CHF	CHF

4. CAPITAUX PROPRES

Fonds de régulation au 01.01.2021	155'543.10	55'543.10
Attribution	21'486.00	100'000.00
Dissolution 1/3	(88'514.00)	0.00
	177'029.10	155'543.10

En 2011, l'association a créé un fonds de régulation en vue d'atténuer les conséquences de fluctuations importantes de recettes extraordinaires sur le fonctionnement de l'association. A la fin de chaque exercice comptable, le fonds est alimenté par la totalité des recettes extraordinaires reçues au cours de l'année. Chaque année, 1/3 de ce fonds est dissous conformément au règlement du fonds.

Tableau de variation du capital

Capital libre	139'208.05	130'043.43
Fonds de régulation	177'029.10	155'543.10
Résultat de l'exercice	14'205.44	9'164.62
Total du capital de l'organisation au 31.12.2020	330'442.59	294'751.15

5. DONATIONS REÇUES

Don des Mairies	19'350.00	19'750.00
Dons personnes morales	211'767.00	286'021.10
Dons personnes physiques	103'573.87	119'333.39
Mandat PILDJ- Grea	25'000.00	22'500.00
Don Loterie Romande	23'000.00	23'000.00
	382'690.87	473'104.49

	31.12.2021	31.12.2020
	CHF	CHF

6. PRODUITS DE PRESTATIONS

Dons reçus manifestation	0.00	0.00
Sponsoring manifestation	0.00	0.00
LMT CH - Doublement des lignes	46'036.10	0.00
Formation externe	11'030.00	8'400.00
	57'066.10	8'400.00

7. FRAIS DE FONCTIONNEMENT

Matériel et mobilier de bureau	5'002.20	6'806.82
Frais de bénévoles et associatifs	6'341.10	2'666.55
Frais d'envoi	914.80	987.35
Achat de matériel et catering	8'144.00	4'864.20
	20'402.10	15'324.92

8. FRAIS D'ADMINISTRATION

Frais de téléphone	6'626.54	7'151.94
Assurance	704.70	700.90
	7'331.24	7'852.84

Les frais de téléphone liés aux postes fixes sont pris en charge en totalité par Swisscom. Ils représentent pour 2021 la somme de CHF 4'166.65.

9. LOYERS ET CHARGES DES LOCAUX

Loyers	31'606.20	31'606.20
Eau-électricité	3'324.1	1'735.80
	34'930.30	33'342.00

10. FRAIS DE PROMOTION

Frais de déplacement et représentation	227.50	387.00
Frais de graphisme, annonces et impressions	17'971.43	12'279.10
	18'198.93	12'666.10

États financiers 2021

NOTES ANNEXES RELATIVES AUX COMPTES AU 31 DÉCEMBRE 2021

31.12.2021
CHF

31.12.2020
CHF

• ÉVALUATION DES RISQUES

Une évaluation des risques liés à l'activité de l'Association a été réalisée. Cette dernière a été approuvée par le Comité lors de sa séance du 27 janvier 2022.

• ÉVÉNEMENTS POSTÉRIEURS À LA DATE DU CLÔTURE

Aucun événement majeur n'est survenu après la date de clôture du bilan.

11. FRAIS DE COLLECTE DE FONDS

En 2021, compte tenu de la situation, le Comité n'a pas été en mesure d'organiser son événement annuel au profit de l'Association. (Somme récoltée en 2020: CHF 0.00.–).

• ATTRIBUTION DES PARTS DE CHARGES SELON MÉTHODE ZEW0

31.12.2021
CHF

31.12.2020
CHF

Charges	Administration	Collecte de fonds	Frais de projets
Contributions versées à l'association faitière	9'791	–	9'791
Dépenses stratégiques	3'476	3'231	38'193
Charges de personnel	47'078	62'771	298'162
Charges matérielles	27'666	–	27'666
RP / Publicité	–	18'199	–

Charges	Administration	Collecte de fonds	Frais de projets
Contributions versées à l'association faitière	11'904	–	11'904
Dépenses stratégiques	7'641	3'231	26'415
Charges de personnel	44'917	60'150	285'516
Charges matérielles	24'333	–	24'333
RP / Publicité	–	12'666	–

«Je remercie La Main Tendue qui m'a soutenue alors que je n'arrivais plus à avoir de contact avec ma fille. J'ai pu lui parler maintenant et je me sens beaucoup mieux.»

EXTRAIT D'UN APPEL DU 21.1.2021

REMERCIEMENTS

A vous tous, communes, institutions, entreprises et familles qui avez contribué au développement de La Main Tendue en 2021, un grand merci pour votre générosité qui nous permet de poursuivre nos engagements. Un remerciement tout particulier à l'OFSP et la Fondation Promotion Santé Suisse pour leur soutien dans cette année de crise.

UN GRAND MERCI AUX COMMUNES DE:

- Bardonnex
- Carouge
- Cartigny
- Chancy
- Chêne-Bourg
- Choulex
- Collonge-Bellervie
- Confignon
- Genthod
- Laconnex
- Meyrin
- Onex
- Plan-les-Ouates
- Russin
- Satigny

- Thônex
- Troinex
- Versoix
- Veyrier

ET AUX INSTITUTIONS, ENTREPRISES, FONDATIONS ET FAMILLES:

- Fondation Ancrage
- Fondation Alfred & Eugénie Baur
- Fondation de M. et Mme David Butin-Ponson-Robert
- Fondation Chandon-Moët

- Fondation Coromandel
- Fondation Esse Quam Videri
- Etat De Genève
- FBT Avocats SA
- Fondation Philanthropique de la Famille Firmenich
- La Fondation Ernst Göhner
- GREA
- LO Patrimonia
- Loterie Romande
- The L.T. Funds SA
- Fondation Francis et Marie-France Minkoff

- Office fédéral de la santé publique
- Fondation de Bienfaisance du groupe Pictet
- Société Privée de Gérance SA
- La Communauté des Sœurs Trinitaires
- Swisscom
- XBG Consulting Partners
- Famille de Monsieur Alberto Fae
- Famille de Monsieur Maurizio Zecchin
- Monsieur Bruno Merki

«Au 143 – Tissons nos liens pour...
retrouver le goût des autres.»

UN NOUVEAU DISPOSITIF POUR OFFRIR DE L'ÉCOUTE PARTOUT ET À TOUT LE MONDE: LES CERCLES D'ÉCOUTE



www.cerclodecoute.ch

Né de la crise sanitaire, le projet des cercles d'écoute a pour objectif de prévenir les effets psychosociaux de toute crise collective et des stress engendrés par les situations globales que nous traversons actuellement.

Qu'est ce qu'un cercle d'écoute?

- Les cercles d'écoute sont des espaces libres d'accès et confidentiels, ouverts à toutes et tous où chacun.e peut être écouté.e par un groupe de manière non-jugeante et inconditionnelle, et pratiquer à son tour une véritable écoute.
- Les bienfaits des cercles d'écoute pour la population sont nombreux et répondent à aux objectifs tels que :
- Offrir des espaces d'écoute accessibles et ouverts à toute la population.
- Mettre l'écoute à disposition «dans la ville» au-delà des lignes d'appels dédiées.
- Aider à prévenir les effets psychologiques et sociaux des crises sociales et sanitaires.
- Favoriser le lien social de proximité et la résilience collective.
- Fonctionnement: expérimenter puis modérer un cercle et séance d'intervision (échanges de pratiques) et méthodologie des cercles d'écoute (format et modération).



Extrait du livre de Christian Bobin «Autoportrait au radiateur»

«Faire sans cesse l'effort de penser à qui est devant toi, lui porter une attention réelle, soutenue, ne pas oublier une seconde que celui ou celle avec qui tu parles vient d'ailleurs, que ses goûts, ses pensées et ses gestes ont été façonnés par une longue histoire, peuplée de beaucoup de choses et d'autres gens que tu ne connaîtras jamais. Te rappeler sans arrêt que celui ou celle que tu regardes ne te doit rien, n'est pas partie de ton monde, il n'y a personne dans ton monde, même pas toi. Cet exercice mental, qui mobilise la pensée et aussi

l'imagination, est un peu austère, mais il te conduit à la plus grande jouissance qui soit: aimer celui ou celle qui est devant toi, l'aimer d'être ce qu'il est, une énigme, et non pas d'être ce que tu crois, ce que tu crains, ce que tu espères, ce que tu attends, ce que tu cherches, ce que tu veux.»



TÉLÉPHONE
Composer le 143



TCHAT
Aller sur www.geneve.143.ch



AIDE PAR MAIL
Aller sur www.geneve.143.ch



LA MAIN TENDUE GENÈVE
Case Postale 157
1211 Genève 4
Administration: 022 320 50 87
Site internet: www.geneve.143.ch
Email: geneve@143.ch
CCP 12-13454-0
IBAN CH49 0900 0000 1201 3454 0

ASSOCIATION SUISSE DE LA MAIN TENDUE (14 POSTES)

EN 2021: 187'654 ENTRETIENS TÉLÉPHONIQUES / 690 COLLABORATEURS BÉNÉVOLES / 11'020 CONTACTS PAR INTERNET
Aarau • Bâle • Berne • Bienne • Lucerne • Fribourg • Genève • Lausanne • Lugano • Neuchâtel • Saint-Gall • Sion • Winterthur • Zürich

La Main Tendue est titulaire du label
de qualité Zewo.
Cette certification atteste que votre don arrive
au bon endroit et est utilisé de manière fiable.

**Votre don en
bonnes mains.**

