



**RAPPORT
D'ACTIVITÉ
2022**

SOMMAIRE

1. Le mot de la présidence
2. Nos missions
3. Notre projet
4. Détails du projet
5. Notre activité
6. Comptes 2022
7. Vérification & bilan des comptes
8. Vie de l'association
9. Perspectives 2023
10. Appel à l'action
11. Remerciements

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

En février 2022, une nouvelle association a ouvert ses portes pour la promotion de la santé mentale en Suisse romande !

Une co-fondation portée par quatre jeunes Romands qui croyaient en une idée ; aujourd'hui, cela s'est concrétisé !



ProSam est née dans une période où la société reconnaît davantage l'importance de la santé mentale, révélée notamment par la crise sanitaire. Les gens en parlent aujourd'hui, ce qui permet certainement de participer à la déstigmatisation du sujet, encore trop souvent passé sous silence. L'association souhaite participer à cet effort en créant des projets visant à faire parler encore plus de la santé mentale.

En tant que citoyenne et présidente, je reste persuadée qu'il manque encore aujourd'hui une prise de conscience quant au rôle de la promotion de la santé mentale dans notre société. La santé mentale nous concerne toutes et tous, nous en avons toutes et tous une. Nous pouvons toutes et tous, et à tout moment, avoir un événement de vie qui met en difficulté notre santé mentale. Et oui, je le confie, j'en fais partie !

ProSam en une année c'est : l'ouverture d'une association, des demandes de fonds, le lancement d'un projet, un crowdfunding mené avec succès, la création d'un site web et de réseaux sociaux, l'initiation de collaborations...

ProSam est avant tout **une équipe bénévole ultra engagée**, enthousiaste et optimiste quant à la possibilité d'un changement dans la société ! Sans son équipe motivée, ProSam ne serait pas née et ne serait pas en train de mener avec franc succès son tout premier projet « L'aurore d'un espoir », qui souhaite partager une expérience de vie afin de délivrer un message : le rétablissement est possible. Ce premier projet veut déstigmatiser, ouvrir la parole et créer un échange communautaire autour de ce sujet. En résumé, le but est de transmettre **un message d'espoir** à la population.

Je suis fière d'être la présidente de cette nouvelle association qui a vu le jour grâce à l'équipe du comité, que je remercie tout particulièrement, qui s'investit et qui réalise ici un exploit pour le plaidoyer en promotion de la santé mentale.

Les mots qui me viennent sont : **engagement, amitié, persévérance, bienveillance et espoir**, en parlant de ProSam et de son équipe.

Manon Duay
Présidente de l'Association ProSam

NOS MISSIONS

ProSam est une association reconnue d'utilité publique dont les missions sont les suivantes :



Promouvoir la santé mentale de la population suisse romande, par le partage d'expérience, la vulgarisation d'informations et la communication



Créer des synergies avec des acteur·rice·s interdisciplinaires mêlant des approches artistiques, de relations publiques et de prévention



Utiliser des supports de communication pour favoriser l'accès à des ressources d'aide et l'ouverture de la parole sur la santé mentale

NOTRE PROJET

L'aurore d'un espoir

Un projet mêlant art & santé mentale

Par le partage d'un témoignage sous la forme d'un court-métrage, l'association cherche à transmettre un message d'espoir et montrer que le rétablissement est possible, malgré un parcours de vie difficile.

Ce court-métrage sera présenté pour la première fois lors d'une exposition itinérante en 2023. La Fondation Harlet Snug soutient « L'aurore d'un espoir ». Grâce à cette fondation privée, ProSam a pu produire un court-métrage de qualité, réalisé par l'agence de production Fauve et organisé ses premières expositions.

La vidéo de présentation
est à visionner en
scannant ce code-QR :



DÉTAILS DU PROJET

Lancement du Crowdfunding

- période de financement d'une durée d' **1** mois et **1/2**
- **7** contreparties proposés en échange d'un don
- **85** donateurs et donatrices
- **9'520** CHF recoltés sur un objectif de **8'000** CHF

L'aurore d'un espoir

Un projet de la région de la Banque Raiffeisen Moléson



CHF 9'520

- ▲ Projet terminé
- ▲ Projet réussi
- ▲ 85 parrains

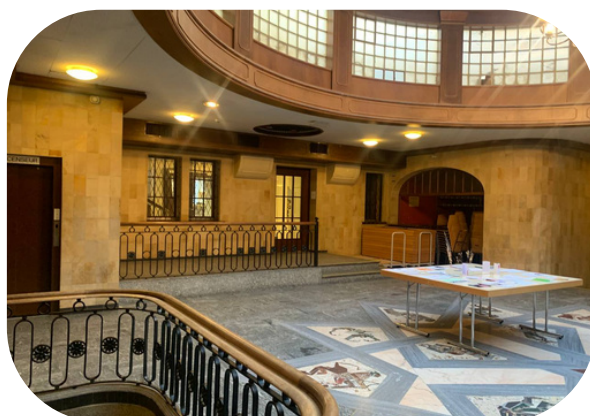


Tournage du court-métrage

- tournage en **3** jours
- ~ **10** technicien·ne·s de Fauve
- co-rédaction du script et du scénario avec Fauve
- **6** acteurs et actrices
- **2** membres du comité présents sur les lieux du tournage

Organisation de l'exposition itinérante pour 2023

- **2** expositions : à Bulle, Fribourg & Lausanne, Vaud
- exposition en **3** temps :
- œuvres et performances d'artiste, diffusion du court-métrage, et table ronde sur la santé mentale



NOTRE ACTIVITÉ

Projets

- lancement du **1er** projet
« L'aurore d'un espoir »

Réseaux Sociaux

- création des pages Instagram et Linktree
- Instagram : **285** followers, **37** posts dont **1** sponsorisé
- LinkedIn : **269** abonné·e·s, **12** posts

Site web

- création du site de l'association
- près de **3500** visites uniques mensuelles

5 passages dans les médias

- Radio Fribourg + Frapp
- Forum des idées, RTS
 - Radio Télévision Neuchâteloise
- Radio Fréquence Jura

Rencontres

- Minds GE
- Stop Suicide
 - Jura A3
- Institut Maïeutique
 - Zeta Movement
 - Radar RP

Communication

- **1** communiqué de presse
- création d'**1** newsletter

Membership

- membre du Réseau Bénévolat Fribourg Freiburg

2 formations suivies

- « Rapport d'activité : comment être sûr·e qu'il sera lu », Bénévolat Vaud
- « Réussir son événement associatif », Bénévolat Fribourg

COMPTES 2022

Compte d'exploitation 2022

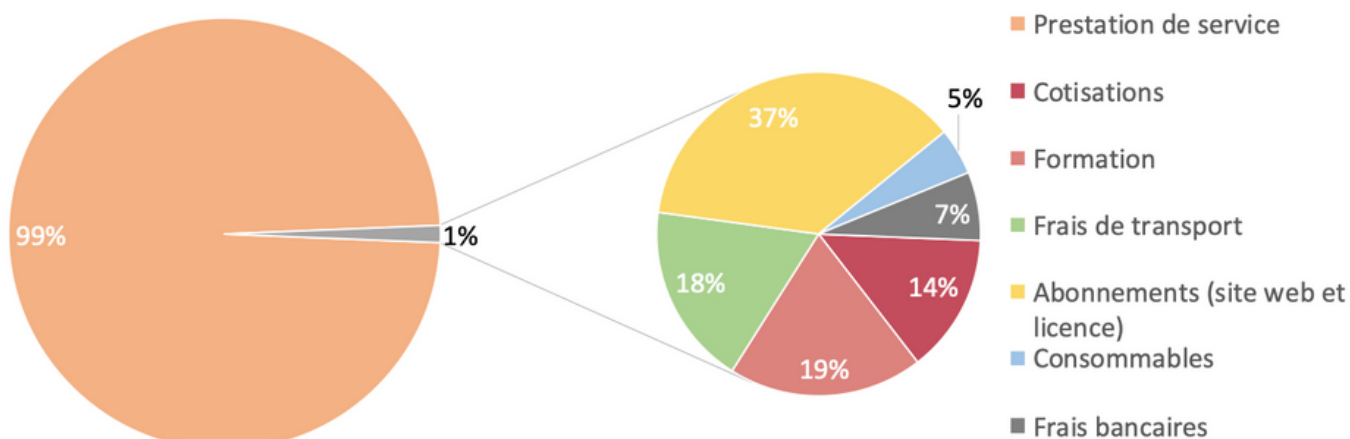
CHARGES

Prestation de service	27 754,3 CHF
Cotisations	50,00 CHF
Formation	70,00 CHF
Frais de transport	65,40 CHF
Abonnements	133,15 CHF
Consommables	16,80 CHF
Charges financières	24,60 CHF
Impôts	200,00 CHF
Total charges	28 314,25 CHF

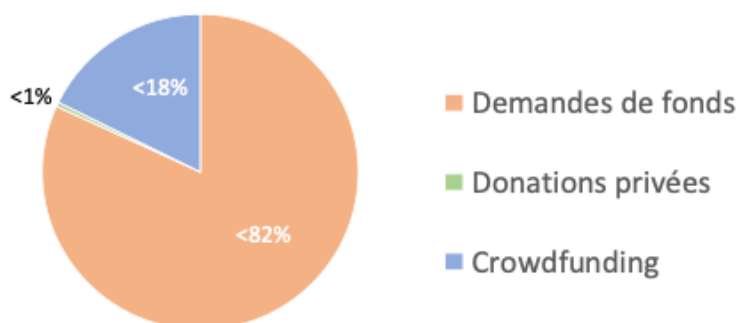
PRODUITS

Demandes de fonds	43 000,00 CHF
Donations privées	230,00 CHF
Crowdfunding	9 313,25 CHF
Total produits	52 543,25 CHF

Charges 2022



Produits 2022



VÉRIFICATION & BILAN DES COMPTES

Bilan 2022

Actifs

Compte courant bancaire	24 229,00 CHF
Total des actifs	24 229,00 CHF

Passifs

Bénéfice de l'exercice/perte de l'exercice	
Capital propre	-24 229,00 CHF
Total des passifs	-24 229,00 CHF

Résultat de l'exercice 2022	0,00 CHF
------------------------------------	-----------------

Deux vérificateurs de compte ont approuvé nos comptes et nous les en remercions grandement.

VIE DE L'ASSOCIATION

Comité

L'association est composée de **5** personnes travaillant dans des champs connectés à la santé mentale, allant de la psychologie à l'anthropologie, de la santé globale à la santé publique, en passant par la prévention du suicide ou encore les relations publiques.

Le comité est souvent en contact, que ce soit en présentiel ou à distance, et communique très activement par Telegram !



De gauche à droite :

- Audrey Wampler, trésorière
- Manon Duay, présidente
- Neslie Nsingi, référente scientifique
- Matilda Bianchetti, responsable communication
- Maé Biedermann, secrétaire

L'équipe bénévole

Chloé Defago, appui et conseil expert sur les aspects de graphisme, et Léonore Vuissoz, coordinatrice d'expositions pour le projet « L'aurore d'un espoir ».

- **10** séances de comité
- **1** sortie de comité

PERSPECTIVES



ProSam prévoit plusieurs nouveautés pour 2023 :

- Une équipe qui va s'agrandir ;
- De nouvelles demandes de fonds ;
- Des liens avec différents organismes, comme par exemple :
 - Commune de Bulle
 - Mad Pride
 - ceff Santé-Social,
Centre de Formation professionnelle Berne Francophone
 - HEdS Fribourg ;
- Une participation à des événements ;
- De nouveaux passages dans les médias ;
- **Et surtout, la concrétisation du projet « L'aurore d'un espoir »** avec une exposition à Bulle le 24 juin et une exposition à Lausanne en automne, ainsi qu'un retour sur l'exposition itinérante.

APPEL À L'ACTION

Membre de soutien

Devenir membre vous offre une voix à l'Assemblée Générale. La cotisation annuelle de membre de soutien est de 30 CHF. Pour cela, écrivez-nous par mail en nous indiquant votre nom complet et vos coordonnées à prosam.association@gmail.com.

Bénévole

Si vous souhaitez offrir de votre temps auprès de notre association par exemple lors d'un événement et/ou proposer une de vos compétences de manière bénévole, vous pouvez nous contacter directement par mail à prosam.association@gmail.com.

Donation

Pour faire un don à l'association, merci d'utiliser les coordonnées suivantes :

IBAN CH79 8080 8002 8219 9455 9

Cte Association ProSam, 1680 Romont.

Ou faites un don avec TWINT : scannez le code-QR avec l'app TWINT, confirmez le montant et le don. Merci de votre soutien !



REMERCIEMENTS

Le comité de ProSam tient à remercier pour 2022 :

- La Fondation privée Harlet Snug pour leur confiance et leur encouragement financier pour notre premier projet « L'aurore d'un espoir » ;
- Les nombreux·ses donateur·trice·s très généreux·ses qui ont participé au crowdfunding, et dont les dons permettront de mener à bien « L'aurore d'un espoir » ;
- L'agence de production Fauve pour son professionnalisme et son esprit innovant ;
- Le Collège du Sud de Bulle pour le prêt de ses locaux ;
- Les proches de Manon Duay pour leur soutien lors du tournage du court-métrage ;
- Les deux bénévoles, Léonore et Chloé pour leur temps ;
- Les nouveaux membres de l'association ;
- Forum RTS, Radio RTN, Radio RFJ et Radio Fribourg pour les opportunités médiatiques ;
- Héros-Locaux Raiffeisen pour la plateforme crowdfunding ;
- Toutes les personnes qui soutiennent et croient en l'association, un grand merci à Radar RP ;
- Fabian Branas, illustrateur, pour le graphisme des logos.

UN TOUT GRAND MERCI !

RESTONS EN CONTACT !



prosam-association.ch



prosam_association



prosam-association



prosam.association@gmail.com

Association ProSam

Rapport d'activité 2022

Siège social :

Canton De Fribourg, Romont

Rédaction et mise en page :

Matilda Bianchetti

Manon Duay

Crédits photo :

Manon Duay