

Même à l'époque du COVID-19 ... **AIDER – S'AIDER – AIDE AUTOGERÉE - SOLIDARITÉ**

Dans le contexte actuel de la crise du nouveau Coronavirus (COVID-19), des termes tels qu'aide, solidarité et entraide sont souvent employés. La Fondation Info-Entraide Suisse soutient ces manifestations d'aide mutuelle entre citoyens.

La Fondation Info-Entraide Suisse et les Centres/Antennes régionales d'entraide promeuvent l'entraide autogérée dans toute la Suisse.

Il est essentiel de le faire également pendant la crise du Coronavirus.

La Suisse compte plus de 2500 groupes d'entraide. Il s'agit de personnes ayant la même préoccupation, vivant une situation similaire, qui se rencontrent pour partager et échanger. Les groupes d'entraide existants doivent être encouragés à continuer de rencontrer pour échanger - mais actuellement de manière virtuelle.

En collaboration avec les Centres et Antennes d'entraide régionales, Info-Entraide Suisse a développé une offre spéciale, en partie pour répondre à la demande actuelle. En effet, il est plus prudent de nous préparer à un éventuel prolongement de la crise du COVID-19.

Notre offre en trois piliers :

PILIER 1: Permettre aux groupes d'entraide existants de continuer à se rencontrer et à échanger de manière virtuelle

Nous avons créé une liste récapitulative avec les canaux de communication envisageables (par écrit, vidéo, téléphone). Les groupes d'entraide peuvent choisir l'outil le plus convenable pour eux. Pour chaque outil technique, nous avons également répertorié les avantages et les inconvénients.

Ce document ***Vue d'ensemble sur les possibilités de communiquer virtuellement*** est disponible sur : www.infoentraidesuisse.ch/coronavirus

En outre, un ***Manuel pour permettre aux groupes d'entraide existants de continuer à se rencontrer et à échanger de manière virtuelle*** a été créé et peut être transmis aux groupes d'entraide sur demande.

IMPORTANT: Tous les outils ne répondent pas aux directives de protection des données. L'utilisation engage la responsabilité des membres des différents groupes d'entraide !

PILIER 2: Groupes d'entraide Coronavirus

Le nouveau Coronavirus pose des défis majeurs à la société. Non seulement la santé somatique est en danger, mais la santé mentale et la vie sociale sont également bouleversées.

La solitude, l'isolement et la peur sont des sujets d'actualité.

L'entraide autogérée est particulièrement efficace dans ces domaines (voir étude Lanfranconi et al.¹), raison pour laquelle, pour les personnes concernées par ces problématiques, il peut être très utile de rejoindre un groupe d'entraide.

Avec nos 5 premiers groupes d'entraide à échelle nationale sur des «thèmes Coronavirus», nous souhaitons créer des conteneurs pour les personnes concernées. Il sera possible de parler et d'échanger avec d'autres personnes concernées. Selon la demande, d'autres groupes pourront être créés.

Ces groupes d'entraide sont virtuels, il ne s'agit PAS de groupes de conseil sur le thème du Coronavirus, ni de groupes spécialisés, mais seulement de groupes d'échanges modérés.

Le but de ces groupes est que les personnes concernées par les préoccupations susmentionnées en lien avec la crise sanitaire actuelle (voir plus en détail la liste ci-dessous) puissent se rencontrer via des chats.

Actuellement, nous proposons des groupes sur les thématiques suivantes:

- Groupe 1: Groupe d'entraide virtuel pour les proches des personnes souffrant de maladies chroniques et les personnes à risque (en allemand)
- Groupe 2: Groupe d'entraide virtuel : Gérer les conséquences sociales du Coronavirus (en allemand)
- Groupe 3: Groupe d'entraide virtuel : Isolement et solitude en période de crise de Coronavirus (en allemand)
- Groupe 4: Groupe d'entraide virtuel : Peur du Coronavirus (en allemand)
- Groupe 5: Groupe d'entraide virtuel : Faire face à la crise du Coronavirus (en français)

Un dépliant sur ces groupes avec les contacts pour y accéder se trouve sur notre site web :

www.infoentraidesuisse.ch/coronavirus

PILIER 3: Offres de soutien et d'orientation

Info-Entraide Suisse a établi une liste (non exhaustive) de services qui offrent leur soutien aux personnes particulièrement à risque ou en situation de fragilité pendant la crise. La liste permet d'orienter les personnes ayant des demandes aux services compétents. Nous souhaitons éviter que les groupes d'entraide se transforment en services de conseil.

Les Centres et Antennes régionales d'entraide ont déjà une liste d'adresses avec des services de conseil, des organisations spécialisées et d'autres organisations actives régulièrement.

Ce document ***Vue d'ensemble sur d'offres de soutien et d'orientation*** est mis à jour en continu et peut également être téléchargée sur le site Internet d'Info-Entraide Suisse.

Contact:

Info-Entraide Suisse
Laufenstrasse 12
4053 Bâle

061 333 86 01 ou info@infoentraidesuisse.ch

¹ Entraide autogérée en Suisse: importance, portée socio-sanitaire et développement : Ben Salah, H., Knüsel, R., Lanfranconi, L.M., Stremlow, J., Bern: Hogrefe, 2017.