

RÉSEAU D'ÉCLAIREURS

en Estrie

Ce réseau a pour objectif de recréer des environnements favorables à la santé mentale dans les communautés, un filet social pour amoindrir les effets de la pandémie.

Ce n'est pas la réaction des gens qui est anormale, mais la situation que nous vivons.

OBJECTIFS

Augmenter la capacité d'adaptation des individus et de la communauté en contexte de pandémie et de post pandémie;

Miser sur la **salutogénèse** pour cultiver le sentiment de cohérence et renforcer la résilience individuelle et collective;

Promouvoir la santé psychologique et la bienveillance en favorisant la mobilisation communautaire et la participation citoyenne;

Hausser la contribution du CIUSSS de l'Estrie – CHUS dans des actions de proximité réalisées avec les partenaires.

SALUTOGÉNÈSE : CRÉER DU SENS POUR MIEUX AGIR

La salutogénèse est une approche qui se concentre sur les facteurs favorisant la santé et le bien-être comme la compréhension, la confiance en ses ressources et la résilience, plutôt que sur les causes de l'apparition et du développement d'une maladie. Dans une approche salutogénétique, l'accent est mis sur les ressources dont dispose une personne pour développer et préserver sa santé. La salutogénèse s'inscrit dans la promotion de la santé et de la prévention.



Source : La salutogénèse par Bengt Lindström et Monica Ericksson.

Le concept central de l'approche salutogénétique est celui du **sentiment de cohérence**, c'est-à-dire une prédisposition individuelle qui permet de **comprendre** un événement stressant, d'y **donner un sens** et de le gérer en **passant à l'action**, tout en utilisant ses ressources personnelles et celles de la communauté.



COMPRENDRE



DONNER DU SENS



PASSER À L'ACTION

PRINCIPES DE BASE

- Miser sur les réseaux existants en évitant la création de nouvelles structures;
- Promouvoir une culture de concertation;
- Adapter le réseau d'éclaireurs à la réalité, au contexte et à la culture locale en travaillant avec les forces du milieu;
- Être inclusifs en prévoyant des actions touchant tous les types de personnes et non seulement pour les plus vulnérables.

MOYENS D'ACTION SUR LE TERRAIN

- Encourager l'implication sociale des gens, les activités de groupe et l'action citoyenne;
- Aller à la rencontre des gens dans les lieux où ils se trouvent;
- Favoriser les activités, selon les besoins et les opportunités du milieu, ayant un volet de rétablissement dans les domaines d'intervention suivants : sports et loisirs, développement de la pleine conscience, arts et culture, récits de vie.

DÉFINITIONS DES ACTEURS ET DE LEURS RÔLES

	ÉQUIPES-RELAIS	PARTENAIRES	ÉCLAIREURS
Définitions	Intervenants de proximité issus des directions cliniques du CIUSSS de l'Estrie – CHUS.	Partenaires intersectoriels qui souhaitent collaborer à la mise en place du réseau d'éclaireurs.	Personnes significatives engagées et reconnues dans leur milieu par leur travail, leur bénévolat ou la place qu'elles occupent.
Rôles	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les acteurs qui pourraient composer l'équipe d'éclaireurs. • Identifier les milieux et les communautés à soutenir en priorité en fonction des réalités et des besoins. • Accompagner et mobiliser les éclaireurs en adoptant une posture de soutien s'inspirant des principes de l'approche de proximité. • Travailler en étroite collaboration avec les équipes de proximité (internes et externes). • Faciliter la collaboration entre les directions du CIUSSS de l'Estrie – CHUS pour répondre aux besoins des milieux. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identifier les acteurs qui pourraient composer l'équipe d'éclaireurs. • Identifier les milieux et les communautés à soutenir en priorité en fonction des réalités et des besoins. • Contribuer au réseau d'éclaireurs à travers leur mission de renforcement du soutien communautaire, familial et individuel. • Travailler en étroite collaboration avec les équipes de proximité et faire le lien avec l'équipe-relais. 	<ul style="list-style-type: none"> • Promouvoir, dans leur communauté, les façons de prendre soin de soi et des autres. • Au besoin, offrir un soutien initial et référer les personnes en détresse psychologique vers les ressources du milieu. Les éclaireurs seront outillés en premiers secours psychologiques.