



OBJECTIFS

- Renforcer la résilience communautaire et le tissu social;
- Augmenter la capacité de la communauté à soutenir les personnes touchées sur le plan psychologique et, de manière plus générale,
- À promouvoir le bien-être de la population;
- Favoriser et contribuer à consolider une culture de salutogenèse au sein de la population;
- Mobiliser les ressources existantes dans la communauté (organismes communautaires, écoles, municipalités, etc.).

LE RÔLE DES ÉCLAIREURS

- Reconnaître les personnes présentant des signaux de détresse psychosociale, établir le contact avec elles, les soutenir et, lorsque nécessaire, les accompagner vers des ressources d'aide appropriées;
- Promouvoir, dans leur communauté, les façons de prendre soin de soi et des autres;
- Contribuer au développement d'une approche positive dans leur milieu visant à renforcer la mobilisation communautaire, la participation citoyenne, la bienveillance, la quête de sens et, de manière plus générale, la culture de salutogenèse.

ÉCLAIREURS

LES ÉCLAIREURS SONT DES PERSONNES significatives dans leurs milieux, en raison de leur travail, leur bénévolat ou de la place qu'elles occupent dans leur communauté.

Au quotidien, elles sont susceptibles d'être en contact avec des personnes présentant une santé psychologique moins optimale ou encore des personnes qui ont le goût de s'impliquer afin de contribuer au mieux-être des membres de leur communauté.

engagés de façon volontaire, les éclaireurs sont soutenus par une équipe d'intervenant-e-s du réseau de la santé et des services sociaux pour les accompagner dans leur rôle auprès des citoyens de leur communauté.



BUT



Le but du réseau d'éclaireurs est d'augmenter la capacité d'adaptation ainsi que la résilience des individus et de la communauté en s'assurant qu'ils détiennent les outils nécessaires pour offrir des premiers soins psychologiques aux personnes en détresse qu'ils côtoient.



APPROCHE

La salutogenèse met l'accent sur les ressources dont dispose l'être humain pour développer et préserver la santé et le bien-être.

L'approche repose sur la capacité des personnes à trouver (ou à retrouver) les ressources qui sont à leur disposition, et à entreprendre des actions qui sont à leur portée pour maintenir une santé optimale. La salutogenèse permet de diminuer ou de résoudre l'adversité et de se sentir bien. Elle redonne le pouvoir à l'individu et à la communauté, plutôt qu'à un thérapeute.

Le principe à la base de cette approche est que plus le sentiment de cohérence d'un individu est grand, plus cet individu est susceptible de progresser vers une santé optimale. Ce sentiment de cohérence permet donc à un individu de rester en bonne santé (physique et psychologique) même face à des situations difficiles. Les gestes posés visent à exploiter une démarche positive afin d'aider les gens :

- à mieux comprendre les sources de leur détresse;
- à retrouver un contrôle sur leurs difficultés afin de les engager à les résoudre;
- à donner un sens à leurs expériences.

LE RÉTABLISSEMENT EST L'AFFAIRE DE TOUS ET DE TOUTES



Le processus de rétablissement après une situation de crise sociale est un processus à long terme. Il a été démontré que les éléments qui ont le plus contribué à améliorer le bien-être de la population après la catastrophe de Lac-Mégantic sont le soutien des proches, le climat d'entraide et la participation à des projets ou à des événements riches de sens ¹.

Bénéficier d'un tel environnement social favorable permet de renforcer le sentiment de cohérence ainsi que la résilience des individus et des communautés. Non seulement de telles capacités aident à faire face à l'adversité actuelle, mais pourraient également être réactivées si l'adversité se présentait à nouveau.