

UNE INITIATIVE COMMUNAUTAIRE POUR RESTER EN CONTACT ET TISSER DES LIENS, MALGRÉ LA DISTANCIATION PHYSIQUE

« ET SI ON S'EN JASAIT »

PARCE QU'UN PETIT GOUP DE FIL PEUT FAIRE TOUTE LA DIFFÉRENCE

CONTEXTE

« Une pandémie est une situation exceptionnelle que la majeure partie de la population québécoise n'a jamais connue. Elle affectera les personnes non seulement sur le plan de leur intégrité physique, mais aussi dans leur dimension psychosociale » (Ministère de la santé et des services sociaux, 2009a, cité dans CISSS du Saguenay-Lac Saint-Jean et CRAIP, 2020).

L'incertitude quant à la nature de la maladie, sa propagation, sa portée ainsi que les répercussions possibles sont souvent source d'une détresse émotionnelle. Le confinement et la distanciation sociale qui en résultent peuvent amener leur lot de réactions : stress, anxiété, climat de méfiance, isolement, stigmatisation de certains segments de la population, retrait d'activités normalement reliées au bien-être des personnes, et ce, même pour les personnes qui ne sont pas directement exposées à la maladie (INESSS, 2020a).

En ces temps de confinement, valoriser la socialisation à distance permet le maintien, voire même l'augmentation de la socialisation dans un contexte de distanciation physique.

PERTINENCE

Afin de contrer les effets de la distanciation sociale, plusieurs organisations¹ recommandent d'être « solidaires entre voisins [...] et ainsi, renforcer le sentiment d'appartenance à la communauté et de socialiser avec ses proches par des contacts téléphoniques, courriers électroniques, courrier postal, médias sociaux ou vidéoconférence » (INESSS, 2020).

Faisant appel à la créativité citoyenne et collective, le projet « Et si on s'en jasait » représente un exemple d'actions novatrices mobilisant les personnes d'une communauté pour renforcer un réseau de solidarité (INESSS, 2020b).

Se caractérisant par une volonté d'aller vers les gens; d'aller au-devant des solitudes pour ouvrir des espaces de dialogue entre citoyennes et citoyens afin de tisser, re-tisser des liens au sein de notre communauté, cette initiative citoyenne vise à repenser la distanciation sociale.

BUT

En ce contexte de pandémie, l'initiative vise à créer un espace d'échange, de dialogue et de partage du vécu qui favorise des liens sociaux entre les personnes de la communauté et permet de constituer, solidairement, un filet social tellement important en ce moment de distanciation sociale.

OBJECTIFS

- ▶ Favoriser les contacts sociaux entre les personnes de la communauté par divers moyens de socialisation à distance (téléphone, poste, courriel, etc.).
- ▶ Encourager le partage de vécu en ce contexte de confinement.
- ▶ Briser l'isolement.

¹ Centers for Disease Control and Prevention, 2020; Organisation mondiale de la Santé, 2020; Substance abuse and Mental Health Services Administration, 2014b; Department of Health, 2009.

UNE INITIATIVE COMMUNAUTAIRE POUR RESTER EN CONTACT ET TISSER DES LIENS, MALGRÉ LA DISTANCIATION PHYSIQUE

« ET SI ON S'EN JASAIT »

PARCE QU'UN PETIT GOUP DE FIL PEUT FAIRE TOUTE LA DIFFÉRENCE

PERSONNES VISÉES

- ▶ Toute personne de Rouyn-Noranda, peu importe son âge ou sa situation, souffrant de solitude ou vivant des inquiétudes dans le contexte de la crise actuelle.
- ▶ Une attention particulière est portée aux personnes qui, habituellement, ne demandent pas d'aide et ne sont pas connues des services. En temps normal, ces personnes ont un réseau et des habitudes leur permettant de conserver un équilibre de vie et un bien-être, mais en contexte de pandémie, elles peuvent perdre leurs moyens et repères.

BÉNÉVOLES IMPLIQUÉS

- ▶ L'initiative s'appuie sur la volonté de citoyennes et citoyens de Rouyn-Noranda qui désirent se rendre utiles en contactant des personnes de la communauté. Une banque de volontaires a déjà été constituée par le biais du site JeBenevole.ca. Il est encore possible de se joindre au mouvement en visitant le site internet à www.JeBenevole.ca.

COMMENT CA FONCTIONNE

- ▶ Une demande peut être faite par la personne qui désire recevoir des appels ou par le biais d'une référence provenant d'intervenants du réseau ou du milieu communautaire, de cliniques médicales, de résidences pour personnes âgées, de proches-aidants, de la famille ou de l'entourage.
- ▶ La personne est ensuite jumelée à un bénévole qui entrera en contact avec elle dans un court délai.
- ▶ Les contacts se font par entente réciproque entre le bénévole et la personne contactée, selon la fréquence souhaitée et le besoin exprimé.

POUR RECEVOIR CE SERVICE OU Y RÉFÉRER UNE PERSONNE

- ▶ Composez dès maintenant le 819 762-0515, option 4

POUR LES RÉFÉRENCES

- ▶ Transmettre les coordonnées des personnes au CAB par télécopieur, au 819 762-0355.

Initiative portée par le



Avec la collaboration de



Références :

Institut national d'excellence en santé et services sociaux. (2020a). *COVID-19 et la socialisation à distance entre les personnes hébergées et les proches aidants en contexte d'interdiction de visite*. Québec, QC : INESSS, 2020. 17p.

Institut national d'excellence en santé et services sociaux. (2020b). *COVID-19 et les effets du contexte de la pandémie sur la santé mentale et les mesures à mettre en place pour contrer ces effets*. Québec, QC : INESSS, 2020. 22p. CISSS du Saguenay-Lac Saint-Jean et CRAIP. (Révisé 2020). *Repères d'intervention psychosociale en contexte de pandémie*. Saguenay Lac Saint-Jean : Auteurs.