SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA

Info-Entraide Suisse

Plan d'action

Vision, mission, stratégie

2025 - 2027

« Autodétermination, responsabilité personnelle, entraide et solidarité. »

Neuhardstrasse 38
CH-4600 Olten
Tél. 061 333 86 01
info@infoentraidesuisse.ch
www.infoentraidesuisse.ch
Compte : 40-380894-0

Version finale – 1er août 2025 / Lukas Zemp

Contenu

1. Introduction ... 3
2. Fondation Info-Entraide Suisse ... 5
3. Mission de la fondation Info-Entraide Suisse ... 5
4. Vision de la Fondation Info-Entraide Suisse ... 5
5. Charte de la Fondation Info-Entraide Suisse ... 5
5.1 Comprendre l'entraide autogérée ... 5
6. Mission de la fondation Info-Entraide Suisse ... 6
6.1 Info-Entraide Suisse en tant que prestataire de services ... 6
6.2 Info-Entraide Suisse en tant que représentante d'intérêts ... 6
6.3 L'entraide autogérée Suisse en tant que transmetteur de connaissances ... 7
7. Domaines de compétence d'Info-Entraide Suisse ... 7
7.1 Centres régionaux pour l'entraide autogérée ... 7
7.2 Groupes d'entraide et organisations d'entraide ... 7
7.3 Ligues et institutions de santé ... 7
7.4 L'entraide autogérée en ligne / Transformation digitale ... 7
7.5 Politique, administration, public ... 8
7.6 Recherche, expertise et formation ... 8
7.7 Réseau international ... 8
8.1 Organigramme de la Fondation Info-Entraide Suisse ... 11
8.2 Organigramme du mouvement de l’entraide autogérée en Suisse ... 11
8.3 Prestations d'Info-Entraide Suisse aux 22 centres régionaux pour l'entraide autogérée et à environ 200 organisations d'entraide ... 12
Annexe I : glossaire ... 13

1. Introduction

La Fondation Info-Entraide Suisse, qui est la seule organisation en Suisse à s'engager pour la promotion de l'entraide autogérée dans tous les domaines de la santé et du social, continue de viser un rôle de leader dans ce domaine en Suisse.

Info-Entraide Suisse a pour mission de fournir des prestations dans le domaine de la valorisation de l'entraide, ainsi que d'assurer la défense de ses intérêts et l'information sur ses avantages.

Derrière Info-Entraide Suisse se cache l'engagement local et régional De nombreux professionnels et nombreuses professionnelles des centres régionaux Info-Entraide. Spécialisés dans la promotion et le soutien à l'entraide, les 22 centres et antennes (compétents pour 23 cantons) offrent une aide compétente pour tout ce qui concerne la mise en place et l'accompagnement des groupes d'entraide. Info-Entraide Suisse et les 22 centres régionaux suivent les conditions de qualité de l'Office fédéral des assurances sociales OFAS dans le cadre de la convention de prestations OFAS 2024 - 2027.

Dans toute la Suisse, quelque 2'800 offres d'entraide couvrant plus de 300 thèmes permettent chaque année à environ 45'000 personnes concernées et à leurs proches d’échanger entre pairs. La base de données nationale sur l'entraide recense par ailleurs quelque 200 organisations d'entraide. Cinq d'entre elles sont des partenaires contractuels d'Info-Entraide Suisse, tandis que des échanges actifs sont entretenus avec d'autres.

L'entraide autogérée et sa promotion doivent trouver un large écho dans la population et obtenir enfin la reconnaissance politique et légale qui convient à cette offre importante. Pour ce faire, nous souhaitons poursuivre, approfondir et renforcer les alliances déjà formées avec d'autres acteurs importants tels que les ligues de santé et les organisations d'entraide, les sponsors et d'autres parties prenantes importantes du secteur social et de la santé. Ce n'est qu'ensemble que nous serons forts et que nous atteindrons nos objectifs.

Un autre objectif est l'intensification des relations publiques et de la communication ainsi que l'utilisation de moyens et d'offres numériques dans le sens d'une transformation digitale de l'entraide autogérée. Cela est nécessaire, entre autres, pour garantir, optimiser et pérenniser la reconnaissance sociale et juridique de l'entraide autogérée.

Pour 2025 - 2027, Info-Entraide Suisse se concentre sur les priorités stratégiques suivantes, avec des objectifs et des champs d'action concrets. Les projets à court terme sont toujours définis dans les objectifs stratégiques annuels internes d'Info-Entraide Suisse et évalués en permanence.

Ci-dessous, les principales priorités d'Info-Entraide Suisse pour 2025 – 2027 :

1) Développement du mouvement de l'entraide autogérée en Suisse
2) Ancrage des groupes d’entraide autogérés dans le secteur de la santé et des services sociaux en Suisse
3) Transformation digitale de l'offre d’entraide autogérée
4) Assurer le financement du mouvement de l’entraide autogérée en Suisse
5) Partenariats et coopération avec les principales parties prenantes / Approfondir la coopération internationale
6) Relations publiques, communication et réseaux sociaux
7) Ancrage politique et juridique des groupes d'entraide autogérés

Le nouveau plan d’action 2025 - 2027 d'Info-Entraide Suisse montre comment l'entraide autogérée Suisse va se développer à l'avenir et de quels soutiens nous avons besoin pour cela.

Mais il s'agit aussi de plus en plus de montrer la grande valeur ajoutée concrète que l'entraide autogérée peut apporter au secteur suisse de la santé et du social. Le nouveau plan d’action 2025 - 2027 d'Info-Entraide Suisse remplace dès à présent le plan d’action actuel 2021 - 2025 d'Info-Entraide Suisse.

Nous sommes impatients de discuter avec vous. N'hésitez pas à prendre contact avec nous. Ensemble, nous trouverons des solutions adaptées et attrayantes pour le mouvement de l’entraide autogérée et pour le bien de tous.

Philippe Lehmann
Président
Info-Entraide Suisse

Lukas Zemp
Directeur
Info-Entreaide Suisse

Olten, 1er août 2025 / Info-Entraide Suisse

2. Fondation Info-Entraide Suisse

Depuis 25 ans, la Fondation Info-Entraide Suisse agit au niveau national pour défendre les intérêts de l'entraide autogérée. En tant que seule organisation active au niveau national, elle s'engage pour l'idée de l'entraide autogérée, indépendamment de la thématique, du degré d'implication ou de la forme d'entraide - avec 2'800 groupes d'entraide, 22 centres régionaux d'entraide et en étroite collaboration avec environ 200 organisations d'entraide suisses. La fondation Info-Entraide Suisse ne poursuit aucun but lucratif. Pour accomplir ses tâches, elle a besoin du soutien financier, organisationnel et politique de la Confédération et des cantons ainsi que de partenaires tiers et d'importants groupes d'intérêt des secteurs de la santé et du social en Suisse, afin de contribuer durablement à la promotion de l'entraide autogérée et des groupes d'entraide en Suisse.

3. Mission de la fondation Info-Entraide Suisse

Info-Entraide Suisse s'engage pour le renforcement de l'entraide autogérée et des groupes d'entraide - indépendamment du thème, de la forme et de l'organisation. L'objectif est de renforcer l'autogestion et l'autodétermination par la responsabilité personnelle et le soutien mutuel dans les groupes d'entraide autogérés, généralement non dirigés par des personnes professionnelles, et d'améliorer ainsi la qualité de vie et l'intégration sociale des personnes et des proches en situation difficile.

4. Vision de la Fondation Info-Entraide Suisse

- L'entraide autogérée est reconnue par la société, la politique et la législation et constitue un pilier central du système socio-sanitaire suisse en tant que méthode scientifiquement éprouvée de promotion de l'autogestion et de l'autodétermination.

- Info-Entraide Suisse est le leader national de la promotion de l'entraide autogérée, c'est-à-dire du soutien, de la coordination et de la mise en réseau de toutes les organisations liées à l'entraide. Info-Entraide Suisse se veut également faciliter l'accès aux différentes formes d'entraide autogérée et valoriser l'expériences des personnes concernées, de manière transparente et actualisée, tant à l'interne qu'à l'externe, en tant que représentant du mouvement de l'entraide autogérée.

- Info-Entraide Suisse agit de la manière la plus professionnelle possible et en étroite collaboration avec les partenaires les plus divers, sans pour autant dépendre d'eux sur le plan financier ou idéologique. La fondation accorde la plus grande importance à la transparence et à l'indépendance et oriente son travail en fonction de la des principes de « bonne gouvernance » généralement appliqués en Suisse.

5. Charte de la Fondation Info-Entraide Suisse

L'autodétermination, la responsabilité, le soutien mutuel et la solidarité sont les valeurs qui définissent le mieux ***l'entraide autogérée.*** Les caractéristiques principales de l'entraide autogérée sont donc résumées dans ces valeurs.

5.1 Comprendre l'entraide autogérée

- Les personnes sont capables d'apprendre et de se développer, quelle que soit leur situation de vie. Leurs actions sont le fruit d'une volonté et d'un engagement personnel, tout en étant conscient.es de leur rôle et de leur responsabilité en tant que participant.es au processus du groupe.

- La responsabilité propre est maintenue dans le groupe d'entraide autogéré. Les personnes participantes aux groupes d'entraide, ou à d'autres formes d'entraide, prennent activement en charge leur santé en se rapprochant de personnes étant « dans le même bateau », et contribuent ainsi de manière significative à notre système socio-sanitaire. En étant à la fois solidaires et responsables, ils contribuent à la cohésion sociale.

- Dans l'entraide autogérée, des personnes ayant une même maladie, une préoccupation commune, ou se trouvant dans la même situation de vie, s'associent de manière autogérée. Des femmes, des hommes, des jeunes et des moins jeunes de toutes cultures et origines veulent se soutenir et s'entraider. Les organisations actives dans la promotion de l'entraide autogérée représentent elles aussi un éventail varié.

- Le groupe est plus que la somme de ses participant.es, car il recèle un grand potentiel de développement. Le rôle d'un groupe d'entraide est de s'organiser de manière à ce que chaque membre puisse exprimer ses préoccupations et trouver compréhension et reconnaissance. Les intérêts propres, l'intérêt des autres et la présence d'un intérêt collectif constituent les bases permettant aux personnes de mobiliser leurs ressources.

- Info-Entraide Suisse considère que le savoir expérienciel des personnes concernées a la même valeur et vise à établir une relation aussi horizontale que possible entre les personnes concernées, leurs proches, les bénévoles et les professionnels.

- Le travail de l'entraide autogérée est jugé hautement bénéfique pour la santé des individus. En faisant publiquement entendre leurs préoccupations en matière de santé auprès des instances compétentes et des professionnel.ls de la santé, leur impact va bien au-delà des groupes d'entraide.

- L'entraide autogérée prend de nombreuses formes, le plus souvent sans accompagnement professionnel : groupes d'entraide en présentiel ou en visio-conférence, organisations d'entraide et forums d'entraide sur Internet ou encore sur de nouvelles plateformes digitales. L'entraide est motivée par le fait d'être soi-même directement concerné, ou alors indirectement concerné comme dans le cas des proches aidants par exemple.

- La fondation se distancie néanmoins des groupes qui ne respectent pas les directives déontologiques de rigueur et met l'accent sur la plus grande transparence possible.

6. Mission de la fondation Info-Entraide Suisse

6.1 Info-Entraide Suisse en tant que prestataire de services

Info-Entraide Suisse assure la promotion de l'entraide autogérée à l'échelle nationale et prend en charge les activités correspondantes en tant que centre de coordination et de services des centres régionaux. Elle établit des normes uniformes et coordonne une coopération efficace et efficiente. Sur mandat de la Confédération et d'autres acteurs importants dans le domaine de la santé et du social, elle joue un rôle de premier plan dans la conception, la gestion de l'offre et le développement des centres régionaux. Elle définit les normes de qualité et assume le contrôle de gestion dans le cadre de la convention de prestations 2024 - 2027 de l'OFAS ou dans le cadre de conventions de prestations supplémentaires et de coopérations avec des partenaires tiers. Elle favorise l'accès à toutes les personnes intéressées aux offres d'entraide autogérée en Suisse.

6.2 Info-Entraide Suisse en tant que représentante d'intérêts

L'entraide autogérée complète de manière variée et efficace les offres socio-sanitaires professionnelles. Info-Entraide Suisse se donne pour mission de continuer à renforcer la reconnaissance de l'entraide autogérée. En tant que lobbyiste de l'entraide autogérée, elle participe à l'élaboration de projets de loi qui sont importants pour la politique de la santé et de la politique sociale. Elle s'efforce de collaborer étroitement avec les principales ligues de santé, les organisations d'entraide, les alliances et les acteurs politiques afin de contribuer durablement à la promotion de l’entraide autogérée et des groupes d'entraide.

6.3 L'entraide autogérée Suisse en tant que transmetteur de connaissances

Grâce à un travail de relations publiques et de communication professionnelle spécifique aux groupes cibles, Info-Entraide Suisse assume la responsabilité de faire connaître l'utilité de l'entraide autogérée, en particulier des groupes d'entraide, à grande échelle, de manière experte et durable, par différents canaux digitaux et analogiques.

Dans la mesure de ses possibilités, Info-Entraide Suisse participe à des projets de recherche universitaires et met leurs résultats à la disposition du mouvement de l’entraide autogérée en Suisse.

7. Domaines de compétence d'Info-Entraide Suisse

7.1 Centres régionaux pour l'entraide autogérée

L'objectif de la fondation est de soutenir les centres régionaux pour l’entraide autogérée dans toute la Suisse et de promouvoir leur développement adéquat (ancrage régional, financement assuré, coordination, mise en réseau et assurance qualité). Elle assume donc la responsabilité du respect des normes de qualité et du contrôle de gestion vis-à-vis des partenaires de prestations et des partenaires contractuels tels que l'Office fédéral des assurances sociales OFAS.

Elle s'efforce, par le biais de la formation et d'autres instruments d'action, de faire en sorte que tous les efforts déployés pour soutenir les groupes d'entraide servent à leur autonomisation.

Il existe différents moyens de collaboration entre les centres régionaux pour l’entraide autogérée, tels que les commissions spécialisées, les groupes de travail, l'Intranet, la newsletter et autres. La collaboration entre Info-Entraide Suisse et les centres régionaux pour l'entraide autogérée est ainsi garantie à un niveau élevé.

7.2 Groupes d'entraide et organisations d'entraide

En règle générale, Info-Entraide Suisse n'est pas en contact direct avec les groupes d'entraide. Cela est du ressort des centres régionaux pour l'entraide autogérée. Elle soutient cependant les organisations d'entraide qui sont actives à l'échelle nationale afin qu'elles aussi puissent faire la promotion de leurs groupes d’entraide.

Info-Entraide Suisse associe les groupes d'entraide et les organisations d'entraide au développement et à la coordination des projets.

Info-Entraide Suisse encourage l'implication et la participation des participant.es des groupes d'entraide lors des manifestations et assure, par la coordination lors de l'élaboration de guides et de directives, une qualité homogène au niveau national dans l'approche des groupes d'entraide.

7.3 Ligues et institutions de santé

Dans le cadre du modèle « Promouvoir l’entraide dans l’hôpital », les institutions de santé jouent un rôle particulièrement important. Une collaboration étroite et formalisée entre elles et les centres et antennes Info-Entraide permet de promouvoir l'entraide par le biais du personnel professionnel de la santé. Ce dernier joue un rôle de multiplicateur et contribue ainsi de manière significative à faire connaître l'entraide autogérée aux personnes concernées et à leurs proches.

Info-Entraide Suisse est membre de la GELIKO, la Conférence suisse des ligues de la santé, et collabore étroitement avec ses membres au sein de différents comités et projets.

7.4 L'entraide autogérée en ligne / Transformation digitale

Info-Entraide Suisse soutient toutes les formes d’entraide, indépendamment de la thématique, du degré d'implication ou de l’organisation du groupe.

Elle soutient également les échanges entre les personnes concernées en ligne (groupes d'entraide vidéo) et encourage le développement de l'entraide accessible sur le web répondant à des exigences minimales, ainsi que la transformation digitale des offres d'entraide et des partenaires impliqués.

Toutefois, les rencontres personnelles en présentiel, entre personnes concernées, intéressées ou proches, restent au cœur de la mission d'Info-Entraide Suisse.

7.5 Politique, administration, public

Info-Entraide Suisse est représentée dans des organes de politique sociale et de santé, travaille en réseau avec des acteurs politiques et sociaux, défend les intérêts du mouvement de l’entraide autogérée vers l'extérieur et s'efforce d'assurer et de développer l'ancrage légal et financier pour la promotion de l'entraide autogérée.

7.6 Recherche, expertise et formation

Info-Entraide Suisse soutient la recherche en tant que source de légitimation et de promotion, afin que ses résultats puissent être utilisés en faveur du mouvement de l'entraide autogérée en Suisse. Info-Entraide Suisse soutient le développement scientifique et la diffusion de connaissances spécialisées sur l'entraide autogérée et encourage la formation des personnes impliquées et des bénévoles de ce domaine.

7.7 Réseau international

Info-Entraide Suisse se considère comme faisant partie du mouvement international de l’entraide autogérée. Elle entretient des contacts et une collaboration étroite avec des organisations similaires, ainsi que des spécialistes et personnes professionnelles du mouvement européen de l'entraide autogérée, en particulier en Allemagne et en Autriche, et développe continuellement ces relations dans le but d’échange des informations, des expériences et des bonnes pratiques.

8. Objectifs stratégiques et champs d'action de la fondation Info-Entraide Suisse de 2025 à 2027

- La vision, la mission et les principes directeurs de la Fondation Info-Entraide Suisse, les lignes directrices, le mandat de prestations et les domaines de compétence ainsi que la nouvelle planification stratégique interne 2025 - 2027 constituent la base des objectifs stratégiques et des champs d'action suivants pour la période 2025 - 2027.

- Les objectifs se basent sur la planification stratégique 2025 - 2027 adoptée par le conseil de fondation d'Info-Entraide Suisse en janvier 2025 et continuellement évalué, adapté et optimisé.

- Le nouveau plan d’action 2025 - 2027 de janvier 2025 remplace le plan d’action actuel 2021 - 2025. Le plan d’action d'Info-Entraide Suisse sera désormais révisé tous les trois ans par le conseil de fondation en collaboration avec les centres régionaux pour l'entraide autogérée.

Les priorités stratégiques et les champs d'action d'Info-Entraide Suisse pour les années 2025 - 2027, basés sur la planification stratégique et les perspectives d'action correspondantes, sont les suivants :

- **Ancrage légal de l'entraide autogérée :** promotion d'un ancrage légal de l'entraide autogérée en Suisse.
- **Coopération avec des organisations partenaires :** améliorer la reconnaissance de l'entraide autogérée en collaborant avec d'autres organisations d'entraide nationales et des autorités et institutions fédérales telles que l'Office fédéral de la santé publique OFSP, l’Office fédéral des Assurances sociales OFAS, le Bureau fédéral de l'égalité pour les personnes handicapées BFEH, Promotion Santé Suisse PSS, les ligues de santé et les cantons.
- **Développement de projets et d'activités** : garantir et assurer le développement continu de projets et d'activités. Développement des projets et activités existants d'Info-Entraide Suisse.
- **Modèle « Hôpitaux favorables à l'entraide » :** maintenir et développer cette offre centrale qui contribue à la santé des patient·s et de la qualité du système de santé suisse et des solutions de soins ambulatoires et inclusifs en Suisse.

Perspective des processus de gestion internes :

- **Succession de la direction :** recrutement d'une nouvelle direction au plus tard fin mars 2025, avec un début de travail au plus tard le 1er octobre 2025, en vue du départ à la retraite du directeur actuel d'Info-Entraide Suisse.
- **Clarification du rôle et de la fonction :** développement et mise en œuvre d'un concept viable sur le rôle et la fonction de la fondation Info-Entraide Suisse en tant qu'organisation faîtière en relation avec les centres régionaux pour l'entraide autogérée.
- **Stratégie de communication :** élaboration et mise en œuvre d'un nouveau concept de communication pour l'entraide autogérée Suisse, y compris la stratégie, les mesures et les activités, qui intègre également les réseaux sociaux et la transformation digitale.
- **Composition du Conseil de Fondation :** composition large et équilibrée du Conseil de Fondation avec suffisamment de nouveaux membres appropriés.
- **Évaluation de la stratégie :** réflexion et révision de l'orientation stratégique pour les années 2025-2027.
- **Initiatives de recherche :** Exploiter activement les résultats scientifiques. Promouvoir et mettre en œuvre des projets de recherche sur l'entraide autogérée, notamment en termes d'utilité et de méthodologie.

Perspective d'innovation et de développement :

- **Culture d'apprentissage et de savoir :** développer une culture active en matière d'apprentissage et de partage des savoirs à l'échelle de l'organisation.
- **Transformation digitale :** analyse et développement des processus de digitalisation du point de vue client et des processus internes.

Perspective financière :

- **Planification pluriannuelle :** définition concrète des domaines d'activité ainsi que planification des ressources pour les trois années à venir, de 2025 à 2027, dans le cadre d'une planification financière pluriannuelle.
- **Financement de suivi « Hôpitaux favorables à l'entraide » :** garantie du financement à long terme de ce modèle central en collaboration avec différents partenaires ainsi que de nouveaux partenaires tiers.

Info-Entraide Suisse : portrait en bref

Le Conseil de Fondation d'Info-Entraide Suisse et l'équipe du secrétariat d'Info-Entraide Suisse s'engagent ensemble, aux côtés des 22 centres régionaux pour l'entraide autogérée en Suisse - toujours en gardant le focus sur les personnes concernées et leurs proches, réunis dans plus de 2800 groupes d'entraide et en collaboration avec 200 organisations d'entraide en Suisse. **www.infoentraidesuisse.ch**

Conseil de Fondation Info-Entraide Suisse

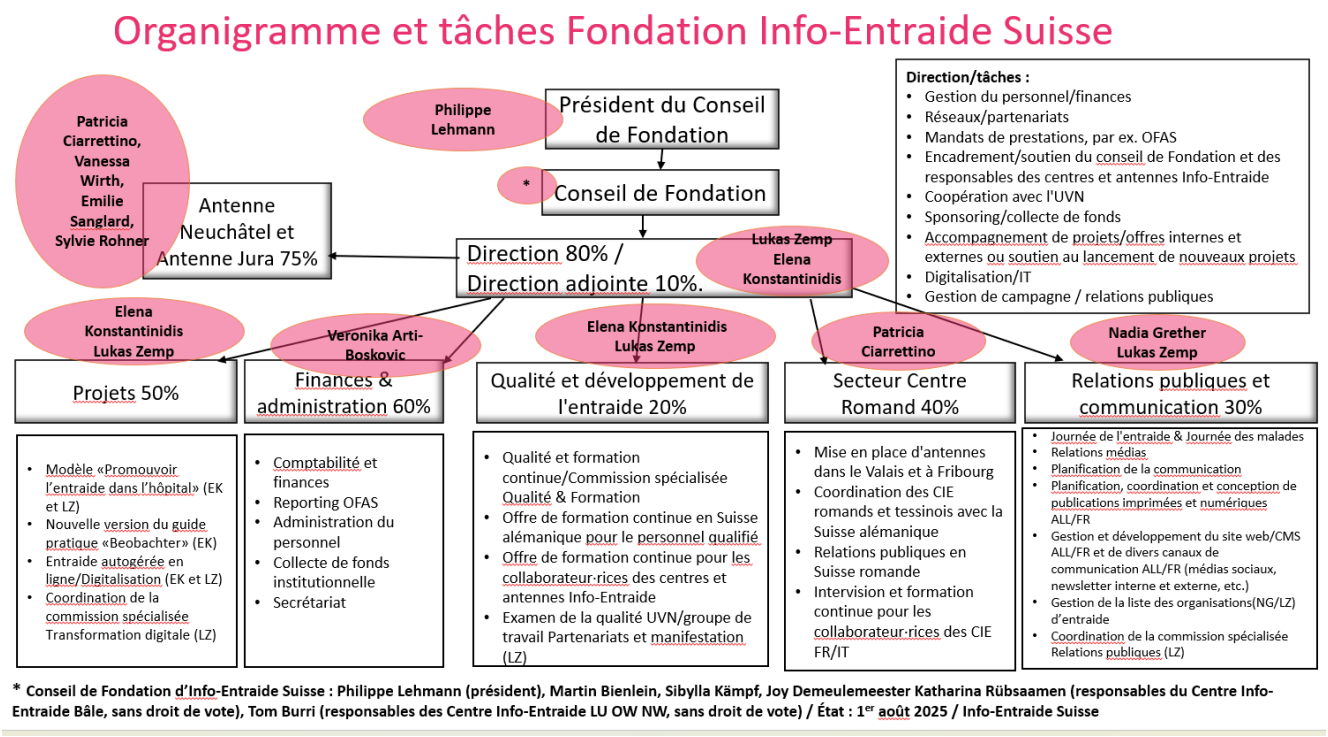
Philippe Lehmann, Président
Martin Bienlein
Joy Demeulemeester
Sibylla Kämpf

Représentation des centres régionaux pour l'entraide autogérée au sein du Conseil de Fondation Info-Entraide Suisse
Thomas Burri, Centre Info-Entraide de Lucerne Obwald Nidwald
Katharina Rübsaamen, Centre Info-Entraide de Bâle

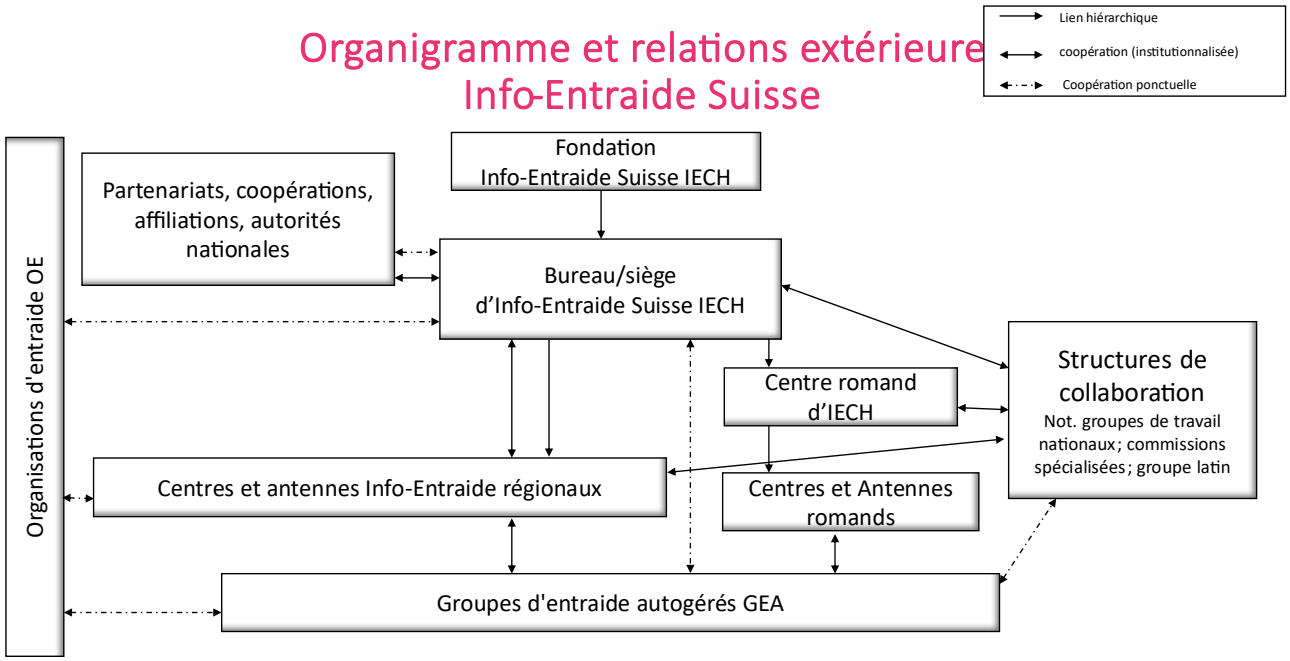
Équipe du bureau suisse
Lukas Zemp, directeur général
Elena Konstantinidis, directrice générale adjointe et chef de projet du modèle « Hôpitaux favorables à l’entraide »
Veronika Arti-Boskovic, responsable de l'administration et des finances
Nadia Grether, spécialiste de la communication et des réseaux sociaux

Centre Romand / Antennes de Neuchâtel et du Jura
Patricia Ciarrettino-Carvalhal, direction (Centre Romand / Antennes de Neuchâtel et du Jura)
Vanessa Wirth, coordinatrice des groupes, coopération avec les institutions de santé
Emilie Sanglard, coordinatrice des groupes
Sylvie Rohner, administration

8.1 Organigramme de la Fondation Info-Entraide Suisse



8.2 Organigramme du mouvement de l'entraide autogérée en Suisse



8.3 Prestations d'Info-Entraide Suisse aux 22 centres régionaux pour l'entraide autogérée et à environ 200 organisations d'entraide

Services aux centres régionaux d'entraide

- Direction des organes de coopération tels que les commissions techniques, les groupes de travail, réunion des responsables des centres, etc.
- Interface entre le gouvernement fédéral et le centre régional (sous-contrat OFAS, consolidation du reporting, mise à disposition de modèles)
- Assurance qualité (réalisation d'une évaluation externe, documentation de l'auto-évaluation, directives de qualité y compris guides et recommandations, tenir à jour la liste des thèmes)
- Identité graphique uniforme - notamment par le biais d'un logo commun, utilisation du site web
- Développement de projets nationaux communs en collaboration avec les centres régionaux et les principaux groupes d'intérêt/partenaires dans le domaine de la santé et du social (par ex. Office fédéral de la santé publique OFSP, Office fédéral des assurances sociales OFAS, Promotion Santé Suisse PSS, Commission fédérale pour la qualité CFQ, Association des hôpitaux H+, Conférence des directeurs de la santé CDS)
- Bulletins d'information et actualités périodiques internes et externes
- Assistance à la planification financière et aux négociations financières avec des externes
- Direction de projet à l'échelle nationale, comme le modèle « Hôpitaux favorables à l'entraide » ou la Transformation digitale
- Offre de formation continue pour le personnel des centres régionaux pour l'entraide autogérée
- Lobbying politique au niveau national et au niveau régional et cantonal, en collaboration avec les organisations d'entraide, en accord avec les centres régionaux d'entraide autogérée et sur la base des priorités stratégiques d'Info-Entraide Suisse et des centres régionaux d'entraide autogérée.
- Intervention de crise (clarification des domaines de compétence ; en cas de difficultés dans le fonctionnement régulier d'un centre régional d'entraide)
- Promotion de l'échange d'informations avec les organisations faîtières et les associations dans le domaine de la santé et du social pour faciliter la coopération au niveau régional, national et international.

Projets

En étroite concertation et participation avec les 22 centres régionaux d'entraide autogérée, ainsi qu'à leur demande/proposition, Info-Entraide Suisse initie, planifie et met en œuvre différents projets ayant un impact au niveau national, tels que

- Journée nationale de l'entraide autogérée du 21 mai
- Modèle « Promouvoir l'entraide dans l'hôpital »
- Transformation digitale
- Nouvelle version du « Guide de l'entraide autogérée »
- Nouveau « pool d'images 2025 » de l'entraide autogérée / Mise à jour de la banque d'images après quatre ans au plus tard
- Commission spécialisée Transformation digitale
- Groupe de travail des site web d'Info-Entraide Suisse et des centres et antennes Info-Entraide
- Commission spécialisée Qualité & Formation continue
- Actions conjointes avec des organisations partenaires dans le cadre de leurs campagnes (Journée des malades le 2 mars, Mad Pride, Journée des proches aidants, etc.).

Relations publiques

En collaboration et avec le soutien des 22 centres régionaux d'entraide autogérée, Info-Entraide Suisse est responsable de la coordination et de la mise en œuvre d'un travail de relations publiques et de communication homogène, qualitatif, transparent et attractif (y compris les réseaux sociaux) :

- Gestion permanente du contenu du site Internet d'Info-Entraide Suisse, www.infoentraidesuisse.ch, avec des données actuelles pour toute la Suisse sur les groupes d'entraide régionaux suisses, les manifestations et informations sur l'entraide autogérée en général et sur les différents centres régionaux d'entraide, des liens vers les différents centres d'entraide et les organisations d'entraide
- Moteur de recherche simple et de haute qualité pour les personnes concernées, leurs proches et les personnes intéressées par les quelque 2 800 offres d'entraide sur environ 300 thèmes dans le domaine de la santé et du social
- Service d'hébergement des sites web affiliés des centres d'entraide régionaux
- Dépliant national (D, F), dépliant sur l'entraide autogérée en 14 langues
- Stands et présentation des centres régionaux lors de conférences nationales et de foires régionales, et soutien d'Info-Entraide Suisse lors de manifestations nationales, congrès et expositions
- Rapports dans les médias et littérature spécialisée, toujours avec des références et des explications sur les centres régionaux (Système de santé suisse, Annuaire de l'entraide DAG, *Suchtmagazin* (magazine sur les addictions), Care Management Schweiz, etc.)
- Promotion d'une identité visuelle nationale avec les centres d'entraide régionaux
- Élaboration d'un concept de communication national d'Info-Entraide Suisse pour le soutien technique des concepts de communication analogiques et digitaux des centres régionaux d'entraide
- Formation et conseils ciblés aux centres régionaux sur des sujets spécifiques. Thèmes et coopération avec des partenaires
- Soutien aux relations avec les médias nationaux et régionaux
- Travail sur les Réseaux sociaux en D et F et soutien à la Transformation digitale des centres régionaux
- Commission d'experts en relations publiques

Annexe I : glossaire

Extrait de l'actuel guide n°7 d'Info-Entraide Suisse datant du 1er avril 2024

Le glossaire sert à la compréhension dans le domaine de l'entraide autogérée au sein de groupes de travail, d'ateliers ou pour l'élaboration de documents et de concepts stratégiques. Il sert également de base pour le positionnement public de l'entraide autogérée par Info-Entraide Suisse (par exemple sur le site Internet, informations aux médias).

Notions (termes en allemand)		**Définition**
Autogestion (Selbstmanagment)		L'autogestion est un aspect de la compétence en matière de santé. En présence d'une maladie chronique, il désigne un processus dynamique qui permet à un individu de gérer de manière adéquate et active les symptômes, les effets corporels et psychosociaux et le traitement de la maladie chronique et à adapter son mode de vie en conséquence. L'autogestion peut être favorisée et soutenu par des formations, programmes et technologies appropriés. (Cadre de référence pour la promotion de l'autogestion lors de maladies chroniques et d'addictions, 2018)
Autonomie		Sous le terme d'autonomie (qui vient du grec autós, „soi-même" et nómos, „règle") on entend une situation de responsabilité personnelle, d'autodétermination, d'indépendance, d'autogestion, et de liberté de décision (adapté de https://fr.wikipedia.org/wiki/Autonomie).

		Dans le mouvement de l'entraide, cette notion caractérise aussi bien le fonctionnement d'un groupe en tant que collectif que ce que l'on veut atteindre au niveau de la personne : l'autodétermination, l'empowerment, la capacité à s'en sortir soi-même (self-management) et les compétences en matière de santé. (NAKOS 2014, URL: http://www.nakos.de/data/Fachpublikationen/2014/NAKOS-INFO-110.pdf [consulté le 6 novembre 2015])
Antennes (Antenne)		Ce sont les succursales d'Info-Entraide Suisse respectivement du Centre Romand en Suisse romande (Neuchâtel, Jura, Genève [statut actuel : septembre 2020]) qui sont appelées antennes. Elles offrent les mêmes prestations que les centres (cf. Centre Info-Entraide ci-dessous), sont néanmoins rattachées à Info-Entraide Suisse.
Centres Info-Entraide (Selbsthilfe-zentren)		Les centres Info-Entraide assurent la promotion transversale – c'est-à-dire pour tous les thèmes de santé et de problèmes sociaux – et la mise en réseau des groupes d'entraide dans leur région ou canton respectif. Ils ont la vue d'ensemble de tous les groupes d'entraide existants ou en voie de création et fonctionnent comme plate-forme d'accueil, d'information et de conseil. Leur principe central est de favoriser l'empowerment et de promouvoir l'autonomie, l'autodétermination et l'évolution personnelle et collective. Les collaboratrices et collaborateurs des centres se considèrent comme des facilitateurs des processus de création et de vie des groupes d'entraide. Il s'agit de renseigner et d'orienter les personnes intéressées à rejoindre un groupe ou à en créer un. Les centres Info-Entraide régionaux forment un réseau suisse, qui a pour mission un meilleur positionnement de l'entraide dans notre pays.
Compétences en santé (Gesundheitskompetenz)		Capacités des individus, dans leur vie de tous les jours, à prendre des décisions qui ont des effets positifs sur leur santé – à la maison, dans la société, au lieu de travail, dans le système de santé, sur le marché, et au niveau politique. (Kickbusch 2006; Gesundheitskompetenz: Eine konzeptuelle Einordnung. Im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit Kathrin Sommerhalder und Thomas Abel, Institut für Sozial- und Präventivmedizin, 2007)
Compétences en tant que personne concernée (Betroffenenkompetenz)		Les compétences des personnes concernées (parfois dites expertes de leur propre situation) recouvrent les connaissances acquises du fait de la confrontation avec une maladie ou une difficulté et les réflexions qu'on a pu en tirer de ce parcours personnel.
Echange d'expériences (Erfahrungsaustausch)		Dans un groupe d'entraide, des personnes concernées par un même problème échangent entre elles au sujet de leur manière de faire face dans la vie quotidienne à une maladie ou une difficulté. En parler peut aider et soulager. Ces personnes trouvent de l'écoute et de la compréhension chez d'autres qui ont vécu des situations et fait des expériences semblables. Elles voient qu'elles ne sont pas seules avec leur problème. Elles découvrent plusieurs façons différentes pour faire face à une situation difficile. L'échange avec d'autres qui vivent la même chose permet d'approfondir le vécu de chacun dans un espace de

		confidentialité, de mettre de l'ordre dans ses pensées et de chercher à intégrer ces acquis dans sa propre vie.
Empowerment		La notion d'„empowerment" (on conserve le terme en anglais, même si on lit parfois en français „empouvoirement", „empuissancement", ou encore „capacitation") vient d'une démarche basée sur les ressources des personnes, qui prend appui sur les forces et les compétences des individus et des groupes. La question centrale est : quelles conditions permettent de se sortir d'une situation d'impuissance, d'incapacité, de démoralisation ? Il s'agit alors de découvrir et de renforcer les compétences et les ressources des personnes en situation de faiblesse afin qu'elles puissent déterminer autant que possible elles-mêmes leur façon de vivre et leur contexte social. (cf. Herringer (2010) 63, 70-72 et Stark (2002) 5)
Entraide autogérée (Gemeinschaftliche Selbsthilfe)	Cf. site web	L'entraide autogérée est vécue sous de nombreuses formes. Il s'agit notamment de groupes d'entraide locaux, d'organisations d'entraide, d'échanges individuels entre personnes concernées et de la mise en réseau de personnes entre elles par le biais d'offres d'entraide autogérée en ligne. Tous ont un point commun : des personnes ayant le même problème ou se trouvant dans une même situation de vie difficile se regroupent pour traiter leurs problèmes et les résoudre avec d'autres personnes concernées dans le cadre de leurs possibilités. L'entraide autogérée se base sur les ressources existantes des participants. L'accent est mis sur la responsabilité personnelle, la participation et le soutien mutuel. Les activités d'entraide autogérée se déroulent sans l'encadrement continu de spécialistes. Les professionnels peuvent soutenir l'entraide autogérée par des offres de coordination et de formation (Centre Info-Entraide), et/ou ils sont sollicités ponctuellement par les groupes d'entraide pour apporter des connaissances spécifiques.
Entraide autogérée en ligne (Digitale gemeinschaftliche Selbsthilfe)	Catégorie dans le moteur de recherche Cf. site web	Les offres d' "entraide autogérée en ligne" offrent aux personnes concernées par la même situation de vie difficile la possibilité d'être en contact par des moyens de communication numériques. Cela peut aussi se faire en différé (non synchronisée), comme par exemple dans les chats ou les forums. Les groupes d'entraide qui se rencontrent simultanément (de manière synchronisée) par vidéoconférence ne sont pas saisis dans cette catégorie, mais sous "groupes d'entraide" avec la désignation "groupe d'entraide vidéo" dans le nom du groupe, car ils correspondent en tous points à la définition de groupes d'entraide autogérée.
Entraide individuelle (Einzelaustausch)	Nouveau dès 2024 comme catégorie dans le moteur de recherche [au lieu de	Echange entre deux individus qui sont touchés par la même situation de vie difficile. Un tel échange en binôme est proposé soit par des organisations d'entraide, soit par des ligues de santé ou organisations professionnelles. Celles-ci mettent les personnes en contact et sont responsables pour la qualité des offres. Deuxièmement, l'échange peut être organisé par le centre régional Info-Entraide. Si une personne concernée se déclare prête à

	« peer support »/ « thèmes rares »]	l'offrir, elle se met à disposition pour toute la Suisse (ou par région linguistique) en tant que personne de contact pour un thème spécifique. D'autres personnes concernées peuvent prendre contact avec cette personne via le centre Info-Entraide. La question de savoir si le contact ne donne lieu qu'à un échange unique, à un accompagnement individuel à long terme ou à la création d'un groupe d'entraide reste ouverte.
Expert/es de sa propre expérience (Erfahrungs-experten) (en élaboration [état actuel : 28.09.20])		Les participant-e-s à des groupes d'entraide sont ou deviennent des „expert-e-s de leur propre expérience". Au sein d'un groupe, on rassemble et échange des informations de toutes sortes, des connaissances et des expériences vécues, et sur cette base on construit une possibilité d'aide mutuelle. On peut aussi développer de l'aide pour d'autres personnes concernées qui ne font pas partie du groupe, améliorer la coopération avec les institutions thérapeutiques, élaborer de la communication envers le public ou défendre les intérêts des personnes concernées. (Info-Entraide Suisse, 2012)
Groupes avec guidance d'un pair praticien (Peergeleitete Gruppen)	Voir recommandation No14	Dans les groupes dirigés par des pairs praticiens en santé mentale, ces derniers apportent leurs propres expériences mais sont salariés et assument un rôle de leader et animateur.
Groupes avec guidance professionnelle (Fachgeleitete Gruppen)	Catégorie dans le moteur de recherche	Les groupes avec guidance professionnelle sont dirigés par des personnes professionnelles et qualifiées. La participation est souvent liée à des frais. Ces groupes ne sont pas considérés comme des groupes d'entraide autogérée. Cependant, leurs activités et objectifs peuvent être comparables si l'un des principaux objectifs est de permettre aux participants d'échanger entre eux. Ces groupes peuvent donc être acceptés dans la base de données nationale avec la remarque „groupes avec guidance professionnelle".
Groupe d'entraide autogéré (Selbsthilfegruppe)	Catégorie du moteur de recherche Cf site web	Les groupes d'entraide autogérés réunissent des personnes qui s'efforcent de traiter ensemble une situation de vie difficile. Les échanges du groupe sont axés sur la gestion de maladies somatiques ou psychiques ou de problèmes sociaux qui touchent les membres du groupe eux-mêmes ou en tant que proches. Dans ces groupes, les personnes concernées partagent leurs expériences, leurs sentiments, les difficultés qu'elles rencontrent, et échangent des informations et des moyens pratiques pour gérer le quotidien. La modération des discussions et des échanges est assurée par les membres. Les groupes d'entraide peuvent être informels, avoir une forme associative, être autonomes ou être intégrés ou rattachés à une organisation.
Groupe d'entraide en création (Selbsthilfegruppe im Aufbau)	Catégorie dans le moteur de recherche	Pour qu'un groupe d'entraide puisse voir le jour, il faut d'abord trouver suffisamment de personnes intéressées. "Groupe d'entraide en création" signifie que d'autres inscriptions sont encore nécessaires avant que le processus de création du groupe puisse être lancé.

Groupes d'entraide vidéo (Video-Selbsthilfegruppe		Des rencontres d'échanges virtuelles des groupes d'entraide par outil vidéo (son et image) sont appelées groupes d'entraide vidéo.
Groupe (Gruppe)		La notion de groupe a de nombreuses significations et ne peut être définie en une seule phrase. On parle d'un „groupe", en général, lorsque plusieurs personnes collaborent étroitement ensemble pour une relativement longue durée et définissent dans ce but certaines structures et processus concernant le fonctionnement du groupe. (cf. Edding/Schattenhofer 2009)
Groupes thérapeutiques (Therapiegruppen)		On entend par „groupes thérapeutiques" des groupes conduits par un-e thérapeute professionnel-l-e, rattaché-e ou non à une institution (hôpital, service de consultation…), où la participation a lieu sur prescription médicale, couverte ou non par l'assurance maladie. Ces groupes ne sont pas intégrés dans la banque de données, mais peuvent être inscrits sur une liste par les centres et antennes Info-Entraide et, en cas de demande ou de besoin spécifique, recommandés aux personnes intéressées.
Hôpital favorable à l'entraide (Selbsthilfefreundliches Spital / Klinik)		Un hôpital favorable à l'entraide se caractérise par le fait qu'il enrichit ses compétences et processus médicaux et soignants par des connaissances et compétences venues du domaine de l'entraide, qu'il favorise le contact entre les patients et les groupes d'entraide, et qu'il soutient activement les groupes d'entraide ouverts à un partenariat constructif. (Stratégie nationale de prévention des maladies non transmissibles. Glossaire visant à faciliter la compréhension au sein des groupes de travail, OFSP, 2015)
Ligue de la santé et organisations professionnelles (Gesundheitsligen und Fachorganisationen)		Des organisations privées d'utilité publique actives dans toute la Suisse et d'autres organisations similaires œuvrant dans le domaine de la santé et dans le secteur social pour la prévention de certaines maladies, pour le soutien aux personnes touchées ou, plus généralement, pour la promotion de la santé et la lutte contre les maladies (voir GELIKO, URL: http://www.geliko.ch/fr/portrait-de-la-geliko [consulté le 13 novembre 2023]). Certaines ligues de la santé et organisations professionnelles lancent, coordonnent et soutiennent des groupes d'entraide locaux. Contrairement aux organisations d'entraide, la responsabilité de la gestion n'incombe pas principalement aux personnes concernées. Contrairement aux organisations d'entraide, les ligues de santé confient la responsabilité principale des questions stratégiques à des professionnels. Les personnes concernées sont parfois consultées à titre consultatif.
Maladies chroniques (Chronische Krankheiten)		On entend actuellement sous le terme de „maladies chroniques" des états de mauvaise santé qui durent longtemps, voire même toute la vie, qui ne guérissent pas spontanément ni ne peuvent être guéris par un traitement curatif. (Bury 1991; Dowrick, Dixon-Woods, Holman, & Weinman 2005; Haselbeck, J., Klein, M., Bischofberger, I. & Sottas, B., 2015, Leben mit chronischer Krankheit. Die Perspektive von Patientinnen, Patienten und Angehörigen (Vivre avec une maladie chronique – le point de vue des

		patients et de leurs proches) (Obsan Dossier 46). Neuchâtel: Schweizerisches Gesundheitsobservatorium)
MNT – Maladies non transmissibles (NCD – Nichtübertragbare Krankheiten)		MNT est l'abréviation de „maladies non transmissibles". Elles comprennent notamment le diabète, les maladies cardio-vasculaires et le cancer. A la différence des maladies infectieuses, comme le sida et la tuberculose, les maladies non transmissibles sont en nombre croissant surtout dans les pays riches. Leurs causes relèvent souvent du style de vie (manque d'activité physique, mauvaise alimentation, fumée du tabac, etc.). C'est pourquoi la Confédération a lancé en 2014 une „stratégie MNT", à laquelle participent les ligues de santé, les organisations de santé publique, les associations de patients et le mouvement de l'entraide. Les maladies non transmissibles sont parfois confondues avec les maladies chroniques, mais les deux notions ne se recoupent pas exactement. (Office fédéral de la santé, URL: http://www.bag.admin.ch/themen/medizin/00683/index.html?lang=fr [consulté le 6 novembre 2015])
Entraide autogérée (Gemeinschaftliche Selbsthilfe)		Cette notion inclut les groupes d'entraide autogérés qui se rencontrent sur le plan local, les réseaux de personnes concernées, ainsi que les offres de réseaux d'entraide par le moyen d'internet. Tous ces groupes ont en commun de réunir des personnes confrontées à un même problème ou à une même situation de vie, et avec une même motivation de s'entraider mutuellement. (NAKOS 2015, URL : http://www.nakos.de/data/Fachpublikationen/2015/NAKOS-INFO-112-Schwerpunkt.pdf [consulté le 6 novembre 2015])
Organisations d'entraide (Selbsthilfeorganisationen)	Catégorie dans le moteur de recherchge Cf site web	Cette forme de structure d'entraide a une très longue tradition en Suisse. Depuis environ 100 ans, les premières organisations d'entraide de personnes handicapées sont apparues. Les organisations d'entraide sont des associations au sens de l'entraide qui sont formellement plus structurées que les groupes d'entraide locaux, et proposent une offre plus large. Les organisations d'entraide travaillent sur des thèmes spécifiques liés à un domaine d'indication médical ou (psycho) social. Elles disposent généralement d'une forme juridique à but non lucratif. En outre, leur zone d'influence géographique est généralement plus vaste que celle des groupes individuels. Les activités typiques sont entre autres : groupes d'entraide dans plusieurs endroits ; offres de conseil et d'aide pour les personnes concernées ; information du public sur le thème concerné ; coopération avec d'autres acteurs dans le domaine concerné ; organisation de loisirs pour les personnes concernées ayant des besoins spécifiques. Dans les organisations d'entraide, la responsabilité des questions d'organisation et des priorités en matière de contenu incombe aux personnes concernées. Le travail de ces organisations est souvent soutenu par un comité consultatif composé de spécialistes.
Patient-e (Patient-in)		On définit comme patient quelqu'un qui est examiné médicalement ou qui se voit administrer un traitement par un médecin ou une autre personne professionnelle de santé dans le but de traitement d'une maladie, une infirmité, une blessure, etc.

		(Wikipedia, URL : https://fr.wikipedia.org/wiki/Patient [consulté le 6 novembre 2015]).
Personnes concernées (Betroffene)		On désigne comme personnes concernées les participants à un groupe d'entraide qui sont eux-mêmes touchés par une maladie somatique ou psychique, par un handicap, ou par une difficulté sur le plan social.
Personnes indirectement concernées (Indirekt Betroffene) (Le terme ne s'utilise pas en région francophone)		Proches, voir ci-dessous. Ce terme est de plus en plus utilisé en Allemagne, voir https://www.nakos.de/informationen/lexikon/key@5351 (ajouté le: 17.3.22).
Prévention (Prävention)		Mesures visant à éviter ou à minimiser les maladies Prévention primaire, secondaire, tertiaire : Cette distinction établie pour la première fois dans les années soixante par la psychiatrie sociale (Caplan 1964) a cours aujourd'hui encore (Gutzwiller, Paccaud 2011) et décrit le moment de l'intervention sur le continuum de la prévention et du traitement. La prévention primaire intervient lorsque la maladie n'est pas encore déclarée, avec l'objectif d'empêcher son apparition par la mise en place de conditions favorables à la santé et un changement du mode de vie. Elle s'inscrit dans une perspective à long terme (= prévention universelle). La prévention secondaire correspond au dépistage précoce d'une maladie à un stade pré-symptomatique chez des personnes qui présentent des facteurs de risque physiologiques ou comportementaux, en anticipant un traitement dans l'optique d'améliorer un pronostic, ou en préconisant un changement du mode de vie, un traitement médicamenteux ou toute autre mesure dans l'optique de diminuer le risque de maladie (= prévention sélective). La prévention tertiaire, enfin, intervient lorsque la maladie est déjà déclarée. Mesure curative, elle s'efforce d'empêcher l'apparition de dommages consécutifs et d'améliorer la qualité de vie des personnes atteintes d'une maladie chronique par un changement de leur mode de vie. Elle a pour objectif d'éviter les rechutes et les dommages consécutifs au quotidien. Cette forme de prévention est parfois appelée réhabilitation ou prévention indiquée. (Stratégie nationale de prévention des maladies non transmissibles. Glossaire visant à faciliter la compréhension au sein des groupes de travail, OFSP, 2015)
Organisations (pour la protection) des patients (Patienten(schutz)organisationen)		Ces organisations conseillent et soutiennent les patients dans leur orientation dans le système de santé et dans la défense de leurs droits. L'accent est mis sur l'information et le conseil concernant le système de santé et les droits des patients, ainsi que sur le conseil et la représentation en cas de conflit. Exemples : Fédération suisse des patients, Organisation suisse des patients OSP.

Pairs (peers)		Les pairs sont des personnes qui sont liées entre elles par un contexte d'expérience partagée. Selon le Larousse1 : « Ceux qui occupent le même rang, qui sont égaux en dignité […] Les à groupes d'entraide autogérés sont composés de pairs dans ce sens général du mot. Dans le domaine de la santé psychique, les pairs font l'objets de définitions plus spécifique comme « pair-praticien en santé mentale » (ci-après PPSM). 2 « Les pairs-praticiens en santé mentale » sont des personnes ayant elles-mêmes l'expérience d'une maladie psychique et ayant fait usage des services de soins psychiatriques. Ces personnes ont aujourd'hui suffisamment progressé sur leur chemin de rétablissement pour pouvoir partager et transmettre leur expérience à d'autres patients, et cela dans différents contextes. » Les pairs-praticiens en santé mentale ont suivi une formation certifiante2 et sont rémunérés pour leur pratique dans les cliniques psychiatriqes et institutions similaires. Les PPSM n'ont pas nécessairement d'expérience en matière d'entraide autogérée. Les termes « pair aidant » et à « soutien par les pairs » désignent un éventail de différentes formes de soutien par les pairs aux personnes concernées du même problème, comme par exemple le parrainage /marrainage (soutien de pair en pair en binôme).
Proches (Angehörige)		Les pairs sont des personnes qui sont liées entre elles par un contexte d'expérience partagée. Selon le Larousse3 : « Ceux qui occupent le même rang, qui sont égaux en dignité […] Les à groupes d'entraide autogérés sont composés de pairs dans ce sens général du mot. Dans le domaine de la santé psychique, les pairs font l'objets de définitions plus spécifique comme « pair-praticien en santé mentale » (ci-après PPSM). « Les pairs-praticiens en santé mentale » sont des personnes ayant elles-mêmes l'expérience d'une maladie psychique et ayant fait usage des services de soins psychiatriques. Ces personnes ont aujourd'hui suffisamment progressé sur leur chemin de rétablissement pour pouvoir partager et transmettre leur expérience à d'autres patients, et cela dans différents contextes. » 4 Les pairs-praticiens en santé mentale ont suivi une formation certifiante5 et sont rémunérés pour leur pratique dans les cliniques psychiatriqes et institutions similaires. Les PPSM n'ont pas nécessairement d'expérience en matière d'entraide autogérée.

[1] Dictionnaire Le Larousse : https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/pair/57282
[2] HETSL Haute Ecole de Travail Social de Lausanne : https://www.hetsl.ch/fileadmin/user_upload/formation_continue/descriptifs_formations_eesp/Descriptif_PPSM_2016.pdf
[3] Dictionnaire Le Larousse : https://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/pair/57282
[4] Définition issue de la CORAASP : https://www.coraasp.ch/projets/coraasp/centre-de-competence-de-la-pair-aidance-en-sante-mentale-suisse-romand-734
[5] HETSL Haute Ecole de Travail Social de Lausanne : https://www.hetsl.ch/fileadmin/user_upload/formation_continue/descriptifs_formations_eesp/Descriptif_PPSM_2016.pdf

		Les termes « pair aidant » et « soutien par les pairs » désignent un éventail de différentes formes de soutien par les pairs aux personnes concernées du même problème, comme par exemple le parrainage /marrainage (soutien de pair en pair en binôme).
Promotion de la santé (Gesundheitsförderung)		La promotion de la santé est un processus qui vise à donner aux individus davantage de maîtrise de leur propre santé et davantage de moyens de l'améliorer. Pour parvenir à un état de bien-être physique, mental et social, l'individu, ou le groupe, doit pouvoir identifier et réaliser ses ambitions, satisfaire ses besoins et évoluer avec son milieu ou s'y adapter. La santé est perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; c'est un concept positif mettant l'accent sur les ressources sociales et personnelles, et sur les capacités physiques. La promotion de la santé ne relève donc pas seulement du secteur de la santé : elle ne se borne pas seulement à préconiser l'adoption de modes de vie qui favorisent la bonne santé ; son ambition est le bien-être complet de l'individu. (Promotion de la santé, Charte d'Ottawa, 1986, URL : http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/129675/Ottawa_Charter_F.pdf [consulté le 6 novembre 2015])
Rencontres pour échanger (Austauschtreffen)		Les centres et antennes des régions offrent aux membres de différents groupes d'entraide la possibilité de faire connaissance et rencontrer des membres d'autres groupes afin d'échanger entre eux. Lors de telles rencontres, on ne traite pas des problèmes personnels de chaque individu mais des chances et des difficultés, des défis et des succès, des changements, etc. que l'on peut vivre collectivement en tant que groupes d'entraide. Chaque groupe particulier peut ainsi découvrir ce que vivent les autres groupes et on apprend les uns des autres. On peut comparer ensemble des méthodes ou apprendre à développer de nouvelles idées, utiles pour le travail au sein de son propre groupe.
Résilience / Capacité de résistance (Resilienz / Widerstandsfähigkeit)		On parle de résilience lorsqu'une personne affectée par un traumatisme, des difficultés majeures ou des mauvaises conditions de vie arrive malgré tout à se reconstruire et à développer sa santé psychique. Le terme vient de l'anglais „résilience" qui signifie la capacité de résistance et de rebondir, l'élasticité. Il s'agit donc de la capacité d'une personne à pouvoir faire face avec succès à des conditions de vie défavorables et à des stress négatifs. (Wustmann (2004) 18; URL: https://www.resilienz.at [consulté le 6 novembre 2015])
Salutogénèse (Salutogenese)		Antonovsky a développé le concept de „salutogénèse" à partir de sa critique d'une médecine académique centrée uniquement sur les maladies. La question centrale est : comment des personnes arrivent-elles à se maintenir en bonne santé ou à se rétablir après une maladie ? L'un des facteurs essentiels de cette capacité de rétablissement est ce qu'il appelle le "sentiment de cohérence", qu'il définit ainsi (Antonovsky (1997) 3) : „le sentiment de cohérence est une orientation globale qui exprime la mesure dans laquelle on a un sentiment de confiance générale et durable et pourtant dynamique, de telle sorte que (1) les stimuli qui surviennent de l'environnement interne et

		externe dans le cours de la vie sont structurés, prévisibles, explicables (dimension du sens) ; (2) que l'individu dispose de ressources de pour pouvoir faire face à ces stimuli (dimension de la mise en œuvre) ; et (3) que les efforts pour affronter les évènements et défis de la vie sont des efforts qui valent la peine (dimension de la signification)" Les personnes participantes aux groupes d'entraide peuvent mettre en pratique les principes de la salutogénèse : comprendre plutôt que dénier ; être capable d'agir plutôt que de rester impuissant ; rechercher du sens et de la motivation au lieu de demeurer dans la résignation et l'isolement.
Santé (Gesundheit)		Le terme „santé" désigne l'observation individuelle et sociale de symptômes de la santé / non-santé au moyen de distinctions comme absence/présence de maladies, bien-être/mal-être ou vitalité/apathie. „Santé" ne désigne donc pas un état absolu, mais la position d'une personne en constant changement sur le continuum santé/maladie. On établit une distinction entre santé physique et santé psychique (Hafen 2013 ; Stratégie nationale de prévention des maladies non transmissibles. Glossaire visant à faciliter la compréhension au sein des groupes de travail, OFSP, 2015)
Soins intégrés / coordonnés (Integrierte / koordinierte Versorgung)		Le terme „soins intégrés" désigne une prise en charge de santé étendue à tous les secteurs et groupes professionnels et axée sur le patient, accordant une place importante à la mise en réseau, à la collaboration et à la coordination dans le but d'améliorer la qualité des soins (cf. Neue Versorgungsmodelle für die medizinische Grundversorgung. Bericht der Arbeitsgruppe „Neue Versorgungsmodelle für die medizinische Grundversorgung" von GDK (CDS) und BAG (OFSP), Bern, 2012)
Solidarité (Solidarität)		Venant du latin „solidus" (forme digne, véritable ou solide), la solidarité se réfère la plupart du temps, dans un cadre éthico-politique, à une attitude de partage et soutien réciproque des idées, des activités et des objectifs des autres. Elle exprime aussi la cohésion entre les personnes et entre les groupes qui ont des vues communes ou semblables, et l'engagement pour des valeurs partagées. (Wikipedia, URL: https://fr.wikipedia.org/wiki/Solidarit%C3%A9_%28notion%29 [consulté le 6 novembre 2015])
Système de soins / Système de santé (Gesundheitsversorgung)		Un système de santé englobe l'ensemble des professionnels médicaux et non médicaux, des organisations, institutions et ressources, ainsi que les réglementations et les processus dont le but est de promouvoir et protéger la santé de la population et de traiter les maladies et les accidents. (Wikipedia, URL: https://fr.wikipedia.org/wiki/Syst%C3%A8me_de_sant%C3%A9 [consulté le 6 novembre 2015])
Trialogue (Trialog)		Le Trialogue est une modalité d'échange égalitaire autour du vécu des patient-e-s et ex-patient-e-s concerné-e-s par une maladie psychique, des proches et des personnes professionnelles, un espace où partager sa propre expérience et s'enrichir de celle des autres. Il permet de réduire les préjugés, d'apprendre les uns des autres et de mieux se respecter. Considérer la maladie sous les points de vue de tous les concernés permet de mieux la

		comprendre et de mieux y faire face. (pro mente sana, URL: https://www.promentesana.ch/de/angebote/trialog-schweiz.html [consulté le 6 novembre 2015])

Olten, le 1er août 2025 / Info-Entraide Suisse