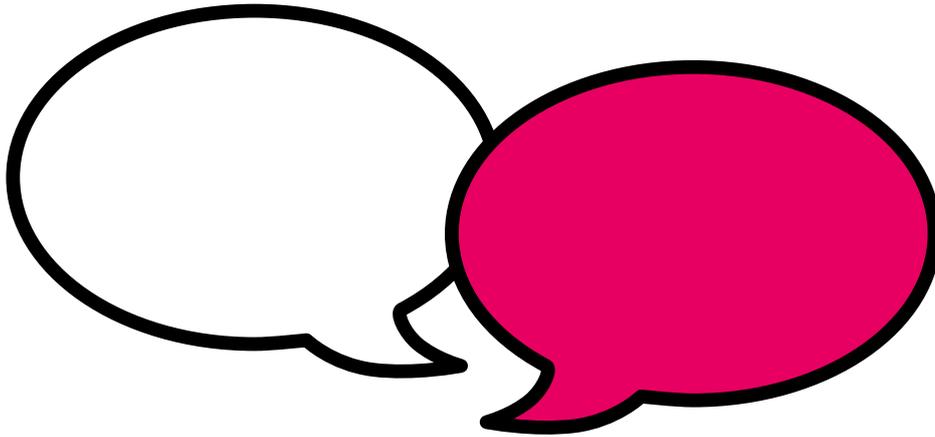


Rapport annuel 2021



INFOENTRAIDESUISSE



Favorables à l'entraide

Message de Maja Ingold, ancienne conseillère nationale

Que trouve-t-on sur la page www.hopital-et-groupesdentraide.ch du site internet d'Info-Entraide Suisse? Le projet «Renforcer les compétences en santé grâce aux hôpitaux favorables à l'entraide», qui a apporté véritablement de très grands succès, et qui permet à des services hospitaliers ou à des hôpitaux dans leur ensemble d'obtenir une certification pour leurs efforts.

Mais il ne s'agit pas de certifier seulement des hôpitaux. La société aussi peut être favorable à l'entraide si elle soutient cette démarche et la culture qu'elle porte. L'entraide autogérée, que nous soutenons, développons et promovons grâce aux centres régionaux dans toute la Suisse veut être une composante respectée dans tout notre système de santé. Et même

POURRONS-NOUS
ÉGALEMENT CERTIFIER
NOTRE SOCIÉTÉ
COMME 'FAVORABLE À
L'ENTRAIDE'?



Maja Ingold,
membre du Conseil de fondation,

plus encore: elle veut que les personnes concernées et leurs proches deviennent des experts de leur propre situation de santé et de maladie, des experts qui se soutiennent mutuellement et qui, malgré leurs problèmes, possèdent une bonne qualité de vie et participent activement à la société.

Soutenir et promouvoir l'entraide, c'est la recette de la société pour lutter contre l'isolement et la marginalisation. À cet égard, pourrions-nous également certifier notre société «favorable à l'entraide»?

Maja Ingold

Responsabilité individuelle et solidarité

Un bilan tiré par la directrice Sarah Wyss



Sarah Wyss, directrice

L'entraide autogérée est imprégnée de ces deux notions: «responsabilité individuelle» et «solidarité». Elles ont pris une importance particulière durant cette deuxième année de pandémie. Les défis sont grands pour la société, on l'a vu également dans le contexte de promotion de l'entraide. Nous

avons poursuivi et consolidé notre «Action Corona» (pages 8 et 9) afin que l'entraide puisse soutenir au mieux la population. Tout au long de ces 6 années, le nombre de groupes d'entraide a augmenté de 14%, et le nombre de consultations de conseil donnés par les centres Info-Entraide régionaux a augmenté de 51%. Nous gérons cette croissance avec un budget modeste, et il manque toujours une base légale pour donner une reconnaissance appropriée et un meilleur financement pour la promotion de l'entraide. Néanmoins, l'entraide autogérée a déjà trouvé sa place dans le cadre de référence «promotion de l'autogestion» de l'Office fédéral de la santé publique.

Pour faciliter l'accès à la démarche de l'entraide, nous avons pu démarrer le projet «Hôpitaux favorables à l'entraide» dans sa phase principale, après trois années en tant que projet pilote (pages 6 et 7). D'autres

projets ont été menés (pages 11 et 12), tout comme la Journée nationale de l'entraide 2021 réalisée sous forme digitale (page 10).

Cette année a connu également des changements dans notre équipe. Bettina Haefeli, chargée de projets depuis de nombreuses années, a quitté la Fondation à fin 2021. Je vais aussi me tourner vers d'autres horizons après six années à la direction. Ainsi que moi-même, après 6 ans de direction, je vais me tourner vers d'autres horizons. Avec Patricia Ciarrettino-Carvalho, Elena Konstantinidis et Florian Christ, je suis convaincue que la promotion de l'entraide reste entre de bonnes mains. Je souhaite à mon successeur, Lukas Zemp, beaucoup de succès dans sa fonction.

Je remercie toutes les collaboratrices et collaborateurs pour leur grand engagement, et tous les partenaires, en particulier les équipes des Centres Info-Entraide régionaux, pour l'excellente collaboration.

Sarah Wyss



Renforcer les compétences en santé grâce aux hôpitaux favorables à l'entraide

«L'entraide et les groupes d'entraide sont devenus pour nous une partie intégrante de l'ensemble», nous a écrit un hôpital qui a été certifié en 2021 en tant que «favorable à l'entraide».

PROMOUVOIR
ENSEMBLE L'ENTRAIDE
DANS LE TRIANGLE DE
COOPÉRATION: SANS EFFETS
SECONDAIRES



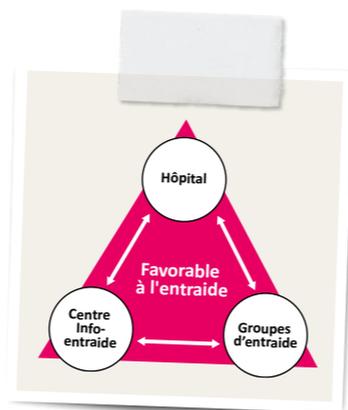
Elena Konstantinidis,
Responsable nationale du projet

Dans 20 hôpitaux différents, des patient-e-s, des proches membres de groupes d'entraide, et des professionnels des centres Info-Entraide régionaux, travaillent ensemble pour mettre en œuvre cette vision: les groupes d'entraide font partie de la normalité de l'offre de soins pendant ou après un séjour hospitalier. Le processus, élaboré ensemble par les professionnels et les personnes concernées, se déroule ainsi:

Dans un «triangle de coopération», constitué par des représentant-e-s des groupes d'entraide, des collaborateurs-trices de l'hôpital et du Centre Info-Entraide régional, on développe tous ensemble un plan de mesures que l'on met ensuite en œuvre

afin d'atteindre les critères de qualité en tant qu'«hôpital favorable à l'entraide». Lorsque les mesures sont appliquées avec succès pendant au moins une année, l'hôpital peut demander la certification «favorable à l'entraide».

Depuis début 2021, ce modèle peut être proposé et réalisé dans toute la Suisse grâce à la collaboration et au soutien de Promotion Santé Suisse, dans son action «prévention dans le domaine des soins».



Comment cela se passe dans la pratique? Voici quelques exemples:

- Dans les institutions psychiatriques de Bâle-Campagne, une personne concernée, membre d'un groupe d'entraide, est présente à toutes les réunions de l'équipe chargée de la qualité.
- Dans les Services psychiatriques de l'Hôpital de Soleure, la clinique et les groupes d'entraide ont mis en place un service de transport qui permet aux patients de se rendre aux réunions de groupes.
- Dans le Service de cancérologie de l'Hôpital universitaire de Bâle, des patients concernés ou des proches membres de groupes d'entraide présentent régulièrement leur expérience de la maladie, des traitements hospitaliers et des groupes d'entraide lors de séances d'information aux patients.
- Dans le Service intégré de psychiatrie de Winterthour, on rend attentifs tous les soignants et tous les patients quatre fois par année de l'existence de nouveaux groupes d'entraide.

- Dans l'Hôpital pédiatrique universitaire des deux Bâle, un présentoir attractif a été re-créé sur lequel on trouve des flyers de tous les groupes d'entraide.
- A l'Hôpital de Thoun-Simmental-Saannenland, l'équipe soignante du service d'oncologie a été formée à l'entraide par le Centre Info-Entraide régional.

Notre objectif est d'engager 80 hôpitaux, jusqu'en 2024, sur le chemin de la certification «favorable à l'entraide». La pandémie de Covid-19 et la surcharge des hôpitaux constituent pour ce projet des défis. Nous sommes néanmoins confiants de pouvoir atteindre cet objectif grâce à des actions qui vont continuer à se mettre en place.

Elena Konstantinidis



Pour en savoir plus:
www.hopital-et-groupesdentraide.ch



Terminer – puis recommencer

La création de groupes d'entraide vidéo a été une étape importante dans le développement de l'entraide autogérée.

En juillet 2021, Info-Entraide Suisse a présenté un rapport final sur ses actions pour promouvoir l'entraide autogérée pendant la pandémie de Covid-19. Cette étape signifiait pour moi, qui travaillais depuis avril 2020 dans le groupe «entraide virtuelle», la fin d'un effort intense riche en enseignement. Mais cela représentait aussi un nouveau commencement, puisque les circonstances particulières de la pandémie sont toujours actuelles, et que les solutions numériques élaborées pour les réunions des groupes d'entraide restent donc pertinentes; et parce que ce qui a été mis en place pendant la pandémie nous conduit à la fois vers un nouvel avenir – pour nous, spécialistes des Centres Info-Entraide et des groupes d'entraide. Grâce aux réunions de groupes d'entraide vidéo, nous avons par exemple

pu découvrir un nouveau format qui complète idéalement les réunions en présentiel.

L'entraide continue en ligne

Il y a de nombreuses raisons qui conduisent des groupes d'entraide à décider de poursuivre leurs réunions en ligne ou en vidéo, ou alors d'alterner des réunions vidéo et des réunions en présentiel. L'une des raisons est que cela permet ainsi à des personnes à mobilité réduite ou particulièrement éloignées de pouvoir participer. Cet argument est spécialement pertinent pour des groupes avec des thèmes ou des maladies rares. Les proches aidants apprécient la flexibilité que cela leur apporte dans le temps et dans l'espace, ainsi que la possibilité de participer depuis leur domicile.

Ne plus rester seul-e face à mes questions

Pour permettre à des groupes d'entraide de réaliser des rencontres par visioconférence, nous avons dû organiser de nombreux workshops à l'intention des membres de groupes. Les participants échangeaient au sujet des avantages et des inconvénients de ce format de rencontre, débattaient du choix du meilleur système vidéo et de ses outils, se confrontaient aux règles et aux

moyens de modération des réunions, et débattaient des aspects de protection des données et de la confidentialité. Même si beaucoup d'entre eux n'étaient pas familiers avec la technique, ils se sont montrés particulièrement créatifs pour transférer leurs réunions vers ce nouveau format.

Nous continuons

Les échanges dans ces workshops ont été très appréciés par les participants. Ils ne se trouvaient plus seuls face à leurs

questions d'organisation et de conduite de réunions. Info-Entraide Zurich va donc continuer de proposer régulièrement des workshops d'échange au sujet des réunions groupes d'entraide vidéo. La flexibilité dans le temps et dans l'espace est également appréciée des professionnels, et nous permet de proposer plusieurs workshops par année. Nous adaptons ainsi les formats de réunion aux circonstances nouvelles pour les participants aux groupes, mais nous ouvrons aussi de nouvelles possibilités pour le soutien à l'entraide et sa promotion.

Nadia Maurer

GRÂCE AUX RÉUNIONS DE GROUPES PAR VIDÉO, NOUS AVONS PU DÉCOUVRIR UN NOUVEAU FORMAT QUI COMPLÈTE IDÉALEMENT LES RÉUNIONS EN PRÉSENTIEL.

Nadia Maurer, Travailluse sociale HES
Directrice suppléante Info-Entraide Zurich



L'entraide autogérée - multiple, créative et numérique

La «Journée nationale de l'entraide» sur les réseaux sociaux!

La «Journée de l'entraide autogérée» a été célébrée pour la sixième fois le 21 mai 2021. Il est apparu très tôt que cette édition serait placée sous le signe de la pandémie de Coronavirus et qu'elle rendrait plus difficile l'organisation d'événements en présentiel. Info-Entraide Suisse a donc décidé de faire de cette journée une campagne en ligne. Le slogan était: L'entraide – multiple, créative et numérique! Les groupes d'entraide de toute la Suisse ont été invités à faire leur propre portrait dans une courte vidéo. Grâce aux contributions des centres pour l'entraide autogérée et des partenaires nationaux de l'entraide, 45 vidéos ont vu le jour. Celles-ci ont été publiées sur les réseaux sociaux tout au long de la journée. Les vidéos sont visibles ici bit.ly/video_TdSH_JEA_21

En Suisse Romande, la collaboration des centres et antennes de Vaud, Neuchâtel

et Jura a vu naître une superbe vidéo dynamique avec des témoignages de jeunes! Ces jeunes font partie de groupes d'entraide sur les thèmes «Jeunes mamans» «Trouble bipolaire» «Hypersensibilité» «LGBT+».

Le centre du Tessin, quant à lui, nous a présenté plusieurs vidéos captivantes sur des thèmes tels que «Dépendance affective» ou encore «Autisme».



En Suisse alémanique, de nombreux témoignages authentiques sur ce que l'entraide représente pour les personnes concernées ont impressionné.

Nous sommes fiers de la richesse qu'a été cette journée et de la visibilité qui a pu être donnée aux centres et aux groupes d'entraide!

Elena Konstantinidis et Patricia Ciarrettino-Carvalho, responsables du projet



Entraide entre jeunes adultes

L'intérêt des 18-35 ans pour l'entraide est en hausse.

Notre enquête réalisée en 2017 sur la situation de l'entraide autogérée en Suisse nous a démontré que l'âge moyen des participants aux groupes d'entraide est de plus de 50 ans. Pourtant, il y a de nombreux jeunes adultes qui s'engagent dans des groupes d'entraide et qui en profitent. Certains thèmes de groupes d'entraide concernent les jeunes adultes d'une manière différente que pour les personnes plus âgées, compte tenu de leur aspect générationnel. Il arrive que des jeunes se sentent également plus à l'aise dans des groupes constitués uniquement de leurs pairs. D'autres en revanche participent volontiers à des groupes d'âges mélangés car le partage autour des vécus est autrement riche.

Info-Entraide Suisse souhaite mieux pouvoir atteindre les jeunes adultes. Dans ce but, un groupe de travail a élaboré une liste de me-



sures. Cela va des questions de contenu et de conduite jusqu'à des propositions pour prendre contact avec les structures de formation. Des jeunes apprentis ont développé un nouveau logo graphique pour rendre attentif dès à présent aux offres spécifiques visant l'Entraide entre jeunes adultes.

Sur notre site internet, nous ferons chaque trimestre dans la rubrique 'Entraide et jeu-

nesse' le portrait de groupes de jeunes ou de jeunes participants. Certains portraits ont été établis à l'occasion de la Journée nationale de l'entraide 2021 (voir page 9). D'autre part, une conférence nationale sur ce thème a été préparée en coopération avec plusieurs organisations partenaires, et repoussée d'une année en raison de la pandémie. Elle est désormais prévue pour l'automne 2022.

Entraide et migration

En collaboration avec l'organisation spécialisée Femmes-Tische, Info-Entraide Suisse a développé une possibilité d'améliorer l'accès de la population migrante à l'entraide.



Les Femmes-Tische sont des groupes de discussion qui ont lieu dans un cadre privé ou semi-public. Les participantes discutent dans leur propre langue de questions du quotidien, partagent leurs expériences et reçoivent des informations. Une hôtesse ou animatrice invite des femmes- souvent de son cercle de connaissances. Elle introduit le thème en question à l'aide d'un «kit d'animation» (par ex. textes, images, clip vidéo) et anime la discussion. Femmes-Tische Suisse (www.femmetische.ch) met à disposition les kits de modération et organise des formations pour ces modératrices bénévoles.

Dès 2019–2021, un kit d'animation sur le thème des compétences en matière de santé, y compris des informations sur l'entraide, a été développé et testé dans

les cantons de Neuchâtel et de Thurgovie. Il peut maintenant être utilisé dans toute la Suisse.

Un aperçu de la mise en œuvre dans le canton de Neuchâtel:

L'antenne Info-Entraide Neuchâtel a mis en place le projet pilote en partenariat avec la Croix-Rouge neuchâteloise (CRN). Le projet a consisté à développer un déroulé pédagogique et à co-animer la formation des animatrices. Les objectifs pédagogiques y ont été définis selon 3 axes: sensibilisation, autonomisation et responsabilité. 8 modératrices de la CRN ont été formées; elles ont à leur tour déployé 6 tables rondes selon les mêmes axes. A cette occasion, 37 personnes ont pu échanger sur ces thématiques.

EN COLLABORATION
AVEC DES PARTENAIRES,
NOUS ATTEIGNONS ÉGALE-
MENT LES MIGRANTS ET
LES MIGRANTES

Vanessa Wirth, coordinatrice du projet pour l'antenne Info-Entraide Neuchâtel

Une autre formation spécifique relative à la modération de rencontres a été mise en place sur mandat du centre de formation, de rencontres et d'échanges pour femmes immigrées et suisses (RECIF) pour donner des clés d'animation aux modératrices bénévoles du centre. Sur la base des besoins identifiés, Info-Entraide Neuchâtel a déployé une formation orientée sur la posture des animatrices et la transmission de techniques d'animation à travers des mises en situation.

Elena Konstantinidis, Vanessa Wirth

Centres Info-Entraide régionaux, Antennes, Parties contractantes

Les pôles régionaux pour toutes questions relatives à la promotion de l'entraide

SelbsthilfeZentrum Aargau* Aarau, Tél. 056 203 00 20, info@selbsthilfezentrum-ag.ch, www.selbsthilfezentrum-ag.ch

Zentrum Selbsthilfe Basel* Bâle, Tél. 061 689 90 90, mail@zentrumselbsthilfe.ch, www.zentrumselbsthilfe.ch

Selbsthilfe BE* Berne, Thoune, Berthoud, Bienne, Tél. 0848 33 99 00, info@selbsthilfe-be.ch, www.selbsthilfe-be.ch

Selbsthilfe Graubünden* Coire, Tel. 081 353 65 15, kontakt@selbsthilfegraubuenden.ch, www.selbsthilfegraubuenden.ch

Info-Entraide Suisse Antenne Jura** Delémont, Tél. 076 549 26 06, jura@infoentraidesuisse.ch, www.infoentraidejura.ch

Selbsthilfe Luzern Obwalden Nidwalden* Lucerne, Tél. 041 210 34 44, mail@selbsthilfeluzern.ch, www.selbsthilfeluzern.ch

Info-Entraide Suisse Antenne Neuchâtel** Neuchâtel, Tél. 032 724 06 00, info@infoentraideneuchatel.ch, www.infoentraideneuchatel.ch

Selbsthilfe Schaffhausen* Winterthur, Tél. 052 213 80 60, info@selbsthilfe-schaffhausen.ch, www.selbsthilfe-schaffhausen.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe Schwyz* Goldau, Tél. 041 859 17 27, selbsthilfe@triaplus.ch, www.selbsthilfeschwyz.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe Kanton Solothurn* Soleure, Tél. 062 296 93 91, info@selbsthilfesolothurn.ch, www.selbsthilfesolothurn.ch

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen St. Gallen und Appenzell* St. Gall, Tél. 071 222 22 63, selbsthilfe@fzsg.ch, www.selbsthilfe-gruppen.ch

Selbsthilfe Thurgau* Weinfelden, Tél. 071 620 10 00, info@selbsthilfe-tg.ch, www.selbsthilfe-tg.ch

Auto Aiuto Ticino* Lugano, Tél. 091 970 20 11, info@autoaiuto.ch, www.auto-aiuto.ch

Zentrum Selbsthilfe Uri* Altdorf, Tél. 041 500 47 25, info@selbsthilfe-uri.ch, www.selbsthilfe-uri.ch

Centre Info-Entraide Vaud* Lausanne, Tél. 021 313 24 04, entraide@benevolat-vaud.ch, www.infoentraidevaud.ch

SelbsthilfeZentrum Region Winterthur* Winterthur, Tél. 052 213 80 60, info@selbsthilfe-winterthur.ch, www.selbsthilfe-winterthur.ch

Kontaktstelle Selbsthilfe Zug* Zoug, Tél. 041 728 80 75, selbsthilfe@triangel-zug.ch, www.triangel-zug.ch/selbsthilfe

Selbsthilfezentrum Zürcher Oberland & Pfannenstiel* Uster, Tél. 044 941 71 00, info@selbsthilfezentrum-zo.ch, www.selbsthilfezentrum-zo.ch

Selbsthilfe Zürich* Zürich, Tél. 043 288 88 88, selbsthilfe@selbsthilfezuerich.ch, www.selbsthilfezuerich.ch

* Liés par contrat aux normes de qualité de la Fondation Info-Entraide Suisse

** Liés à la Fondation Info-Entraide Suisse

Rapport financier bureau national 2021

COMPTE D'EXPLOITATION 2021

PRODUITS	CHF
Contributions libres et dons	13'504
Contributions affectées à des projets	345'557
Contributions des cantons	90'975
Contribution OFAS	660'683
Prestations individuelles	31'832
Total des produits	1'142'551

CHARGES	CHF
Charges liées aux projets	299'652
Services contractuels au bénéfice des sous-contractants	423'394
Charges liées au personnel	292'095
Autres charges d'exploitations	47'699
Amortissements	1'075
Charges financières	285
Total des charges	1'064'200

Résultat avant modification du capital des fonds	78'351
Modification du capital des fonds	76'852
Allocation au capital libre	1'499
Résultat après modification	-

BILAN 2021

ACTIFS	CHF
Actifs circulants	544'153
Immobilisations	111'239
Total des actifs	655'391

PASSIFS	CHF
Emprunts à court terme	55'762
Fonds affectés	303'770
Capital de l'organisation	294'360
- Réserve	75 000
- Fonds de développement	214 000
- Capital libre	5 360
Résultat annuel	1'499
Total des passifs	655'391

L'exercice 2021 a été mené conformément aux normes Swiss GAAP RPC 21. Les chiffres financiers précis et des explications sur l'excédent de revenus, les réserves, les fonds ainsi que les décomptes des antennes sont publiés sur notre site web. Il est également possible de les commander à tout moment auprès d'Info-Entraide Suisse.

Vous aidez les personnes confrontées à divers défis de la vie à avoir accès à des groupes d'entraide.

NOUS TENONS
À REMERCIER DU FOND
DU CŒUR TOUTES LES
PERSONNES IMPLIQUÉES
POUR LEUR CONFIANCE
ET LEUR DON !

Grâce aux fonds de l'Office fédéral des assurances sociales OFAS, aux contributions supplémentaires des autorités cantonales et aux contributions de diverses fondations et de particuliers, la Fondation Info-Entraide Suisse peut remplir sa fonction de promotrice de l'entraide. Nous remercions du fond du cœur toutes les personnes pour leur confiance et leur engagement.

Outre l'OFAS, les offices, institutions, cantons et particuliers suivants ont généreusement soutenu la Fondation Info-Entraide Suisse en 2021:

- Promotion Santé Suisse
- Office fédéral de la santé publique OFSP
- Ligue contre le cancer
- Swisslos-Fonds Basel-Stadt
- Swisslos-Fonds Basel-Land
- Stiftung Grünau
- Helfer und Schlueter-Stiftung
- Ville de Carouge
- Paroisse réformée de Zollikofen
- Paroisse de Lyss
- Paroisse de Aeschi-Krattigen
- Et d'autres dons individuels

Cantons: Argovie, Appenzell A. Rh., Appenzell I. Rh., Bâle-Campagne, Bâle-Ville, Berne, Fribourg, Genève, Glaris, Jura, Lucerne, Neuchâtel, Nidwald, Obwald, Schaffhouse, Schwyz, Soleure, St. Gall, Tessin, Thurgovie, Uri, Vaud, Zoug



Vos dons nous aident énormément!

Info-Entraide Suisse a recours à des sources de financement supplémentaires pour des projets spéciaux. Outre le soutien des fondations, les donateurs et donatrices privé-e-s jouent également un rôle important.

Nous serions très heureux de vous compter également parmi les donateurs et donatrices d'Info-Entraide Suisse.

Compte postal pour les dons
IBAN: CH 04 0900 0000 4038 0894 0
PC: 40-380894-0

Ou scannez le code QR et faites un don directement en ligne.



Info-Entraide Suisse

Equipe du bureau d'Info-Entraide Suisse

Sarah Wyss, Directrice (jusqu'à fin 2021)

Lukas Zemp, Directeur (depuis 2022)

Elena Konstantinidis, Directrice suppléante, cheffe de projet (depuis février 2021)

Bettina Haefeli, Assistante de direction et cheffe de projet (jusqu'à octobre 2021)

Florian Christ, Chef administration et finances

Evi Lurati, Responsable du Centre Romand (jusqu'à fin janvier 2021)

Patricia Ciarrettino-Carvalho, Responsable du Centre Romand (depuis février 2021)

Michèle Stebler, Collaboratrice de projet (jusqu'à avril 2021)

Antennes Neuchâtel et Jura

Patricia Ciarrettino-Carvalho, Responsable

Vanessa Wirth, Animatrice-Coordnatrice

Sylvie Rohner, Administration

Conseil de fondation d'Info-Entraide Suisse

Philippe Lehmann (Président)

Peter Trauffer (Vice-président)

Alexander Hartmann (jusqu'à fin 2021)

Sibylla Kämpf

Maja Ingold (jusqu'à fin 2021)

Sonja Fritschi

Représentants des Centres Info-Entraide:

Thomas Burri

Claudine Frey



SELBSTHILFESCHWEIZ
INFOENTRAIDESUISSE
AUTOAIUTOSVIZZERA

Impressum:

Éditrice: Info-Entraide Suisse

Conception: Q Basel

Texte/rédaction: Info-Entraide Suisse

Photos: Info-Entraide Suisse / AdobeStock

Impression: Druckerei Dietrich AG

Tirage: 200 ex. en allemand, 100 ex. en français