



Une personne ayant fait elle-même l'expérience de la maladie mentale est souvent en mesure de tendre une main secourable à d'autres personnes concernées.
Photo d'illustration: Getty Images

Un projet promeut les pairs dans l'ASD

Le projet INGA vise à mettre en contact les clientes et clients de l'Aide et soins à domicile (ASD) avec des personnes ayant vécu des expériences similaires en matière de maladie psychique. Trois organisations d'ASD ont déjà introduit le soutien par les pairs; d'autres sont désormais recherchées.

«L'expérience nous coûte terriblement cher en frais de scolarité, mais elle nous apprend comme personne», aurait déclaré le philosophe et historien écossais Thomas Carlyle (1795–1881). Cette affirmation convient parfaitement au projet INGA de l'organisation Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH. Le projet INGA part du principe que les personnes qui surmontent des maladies psychiques, ou du moins qui apprennent à vivre avec, acquièrent une ressource précieuse: le savoir empirique.

Lacunes dans les soins ambulatoires

Le projet INGA* comprend l'implication des personnes ayant une expérience psychiatrique, l'aide au rétablissement et l'échange d'expérience. Dans le cadre de ce projet, l'utilisation de pairs dans l'Aide et soins à domicile (ASD) doit être encouragée. Les pairs sont considérés ici comme des «expertes et experts issus de leur propre expérience» qui sou-

tiennent et accompagnent d'autres personnes atteintes de maladies psychiques dans le sens d'une approche de rétablissement et d'autonomisation. «Cela permet d'atténuer la souffrance, de raccourcir la convalescence et d'améliorer l'accès aux personnes concernées, comme le montrent des études», explique Roger Altmann, fondateur de Netzwerk Gesundheit Schweiz. «Les pairs ne se contentent pas d'enrichir le savoir des services d'ASD de leur propre expérience empirique. Ils constituent aussi une ressource économique pour les services d'ASD afin de répondre à la demande croissante de prestations psychiatriques ambulatoires.» Néanmoins, l'accompagnement par les pairs est surtout répandu en Suisse dans le secteur hospitalier, alors qu'il est extrêmement rare dans le secteur ambulatoire.

Roger Altmann a notamment étudié la gestion d'entreprise, obtenu un master en promotion de la santé et a été conseiller accrédité pour le label «Friendly Work Space» de



«Le soutien par les pairs permet d'atténuer la souffrance, de raccourcir la convalescence et d'améliorer l'accès aux personnes concernées.»

Roger Altmann, Netzwerk Gesundheit Schweiz GmbH

Promotion Santé Suisse (voir Magazine ASD 5/2021) lorsqu'il s'est mis à son compte en 2017. En collaboration avec des employeurs indépendants et des partenaires issus de la recherche, de l'économie et du secteur de la santé, il promeut désormais l'accompagnement ambulatoire par les pairs selon des critères de qualité uniformes.

Ce que le projet englobe

Dans le cadre du projet INGA, un premier modèle pour une offre par les pairs a été créé dans les petites et moyennes organisations d'ASD ayant un mandat de prestations public. Ce modèle est testé par trois organisations dans une phase pilote depuis octobre 2021. Un deuxième modèle est en cours de développement et s'adresse aux organisations d'ASD de plus de 300 employés. Les principes des deux modèles sont toutefois les mêmes: d'une part, une organisation propose un groupe de soutien ouvert, (co)dirigé par des pairs. D'autre part, elle fait directement appel à des pairs pour l'accompagnement à domicile.

Plus précisément, les pairs peuvent développer avec les clients des stratégies de rétablissement adaptées au quotidien, renforcer leurs ressources ou leur apporter un soutien social tout comme un soutien instrumental le cas échéant.

Par exemple, ils font des courses, cuisinent ou se promènent ensemble. «Une cliente de l'ASD avait par exemple peur de faire fonctionner sa machine à laver. Le pair n'était pas non plus très compétent en matière de lessive, mais ensemble et avec beaucoup de patience, ils sont venus à bout de cette tâche», raconte Roger Altmann en souriant.

L'intervention des pairs permet de décharger les professionnels de l'ASD. Il est toutefois essentiel que les pairs ne décident et n'agissent jamais de leur propre chef, mais toujours sur mandat et en étroite concertation avec un professionnel. Dans le cas de tâches exigeantes, ils se déplacent en tandem avec ce même professionnel.

Sélection minutieuse des clients et des pairs

Chaque organisation d'ASD participant au projet ne sélectionne pas seulement les clientes et clients qui se prêtent au soutien par les pairs – elle est aussi impliquée dans la sélection exigeante des pairs. Le réseau a accès à des pairs potentiellement compétents et procède à une présélection. Il ne se contente pas de vérifier si les pairs ont suivi une formation reconnue, par exemple auprès de l'association EX-IN Schweiz (www.ex-in-schweiz.ch). D'autres composantes telles que les compétences concrètes des «expertes et experts issus de leur propre expérience» sont également prises en compte. Le recrutement définitif des pairs n'a lieu qu'après que le personnel spécialisé de l'ASD ait fait leur connaissance et les ait jugés aptes. Ensuite, le pair et la cliente ou le client font connaissance sous la supervision de l'ASD. «C'est une étape importante, car les pairs ne doivent pas être trop sollicités pour une tâche spécifique», explique Roger Altmann. Si cette première rencontre est un succès pour toutes les personnes concernées, l'accompagnement par les pairs est lancé.

Les pairs sélectionnés sont employés par Netzwerk Gesundheit Schweiz et travaillent pour le compte de l'ASD. «De cette manière, nous pouvons décharger l'ASD de nombreuses tâches administratives», explique Roger Altmann. La rémunération des pairs, qu'elle soit fixe ou horaire, est basée sur les recommandations de l'association Peert+ (www.peertplus.ch). Le réseau met également à disposition de l'organisation d'ASD différents produits, par exemple un manuel relatif aux pairs, c'est-à-dire un manuel qualité. «Et nous nous occupons de l'accompagnement professionnel des pairs: tous doivent participer à une supervision régulière», ajoute Roger Altmann.

Évaluation de l'offre et solutions de financement

Afin de pouvoir démontrer les effets positifs des pairs dans le milieu ambulatoire, le réseau a fait appel à la Haute école spécialisée bernoise (HESB) pour l'évaluation de l'accompagnement. La HESB examinera l'efficacité, la pertinence et l'économies d'INGA. Cela est notamment important parce que les organisations d'ASD participantes ont jusqu'à présent contribué au financement de leur participation au pro-

jet. «Malheureusement, l'accompagnement par les pairs est un défi beaucoup plus important dans le secteur ambulatoire qu'hospitalier», critique Roger Altmann. «C'est pourquoi nous proposons à chaque organisation d'ASD, en collaboration avec d'autres organisations spécialisées, des conseils sur les solutions de financement possibles ou encore sur les questions juridiques. De plus, grâce au succès d'INGA qui a été prouvé du point de vue scientifique, nous travaillons à ce que l'accompagnement par les pairs soit à l'avenir soutenu par les assureurs voire inclus un jour dans le financement régulier.»

D'autres domaines suivent l'ASD

Dans le cadre du projet pilote, cinq pairs travaillent depuis l'automne 2021 à un taux d'occupation total de 50% pour Spitex oberebs Worbental, Spitex Region Bern Nord et Spitex AareBieleersee. Le modèle «INGA» a été optimisé sur la base des expériences des trois organisations d'ASD bernoises. Deux autres organisations ayant un mandat de prestations public ont déjà confirmé leur participation. D'ici fin 2022, Roger Altmann souhaite pouvoir présenter dix organisations «INGA», et 40 d'ici fin 2023. C'est pourquoi il est à la recherche d'organisations intéressées en Suisse allemande et en Suisse romande; la participation en italien n'est actuellement pas possible. «Bien sûr, mes objectifs sont ambitieux, mais je suis convaincu de l'utilité du modèle pour tous les participants», affirme l'initiateur.

Dans un avenir proche, Roger Altmann souhaite en outre établir l'accompagnement ambulatoire par les pairs dans les cabinets de médecins généralistes et dans les psychothérapies ambulatoires. «Et je veux faire en sorte que les personnes souffrant de maladies psychiques soient accompagnées par des pairs lorsqu'elles quittent le cadre protégé d'un établissement hospitalier», ajoute-t-il.

Des retours jusqu'à présent très positifs

Spitex AareBieleersee a démarré le projet pilote INGA en novembre 2021 avec deux pairs travaillant à 10%. «Au préalable, l'équipe de psychiatrie a réfléchi aux clientes et clients pour lesquels une intervention des pairs pouvait être judicieuse en complément du traitement mené par notre personnel spécialisé», explique Maurizio Boeri, chef de l'équipe de psychiatrie. Actuellement, les deux pairs rendent régulièrement visite à sept clientes et clients au total – à une fréquence d'une fois par mois à une fois par semaine. «Les pairs sont un bon complément à notre offre existante», déclare Maurizio Boeri en tirant un premier bilan. «Nous avons reçu des retours extrêmement positifs de la part de nos clientes et clients. Les pairs sont justement un soutien important pour les personnes se trouvant dans des situations particulièrement difficiles.»

Tous les 14 jours, Spitex AareBieleersee propose aussi un groupe de soutien ouvert à dix participants au maximum, la qui, selon sa description, offre un «espace pour l'écoute, la perception et la réflexion mutuelles». «Le groupe de soutien

est également ouvert aux personnes intéressées qui habitent en dehors de notre zone de desserte et qui ne sont pas inscrites chez nous en tant que client ou cliente», explique le chef d'équipe. Chaque séance de 90 minutes est animée conjointement par un pair et un professionnel et coûte 9 francs aux participants. «Les questions qui restent ouvertes et qui sont passionnantes sont celles de l'efficacité réelle des interventions des pairs et de leur influence sur la durée globale du traitement. C'est pourquoi il est bon que la HESB accompagne le projet», ajoute Maurizio Boeri. «Mon intuition me dit toutefois que l'évaluation révélera un impact positif du travail par les pairs.»

Quant à Roger Altmann, il s'attend également à un effet positif sur les pairs eux-mêmes. «Grâce au projet, ils reçoivent une nouvelle tâche qui donne un sens à leur maladie», explique-t-il. «Finalement, ils ont ainsi enrichi un grand savoir empirique qui s'avère maintenant être une ressource précieuse pour de nombreuses autres personnes concernées.»

Kathrin Morf

*Le projet était conduit en allemand; l'acronyme «INGA» est utilisé pour «Involvement von Menschen mit Psychiatrieerfahrung» («Genesungsbegleitung») & «Austausch von Erfahrungswissen».

Le «Magazine ASD» abordera plus en détail l'offre de soutien par les pairs dans le domaine de l'ASD dans un numéro ultérieur. Les organisations d'ASD intéressées par le projet INGA peuvent contacter Roger Altmann pour un conseil gratuit et sans engagement: roger.altmann@ingch.ch; 079 342 91 40. Pour plus d'informations (en allemand): www.netzwerkgesundheit.ch/kundendoesungen/oeffentliche-spitex



«Nous avons reçu des retours extrêmement positifs de la part de nos clientes et clients.»

Maurizio Boeri, Spitex AareBieleersee