



Communiqué de presse

Des personnes réfugiées qui s'aident entre elles

Berne - 21 mars 2024 **Les personnes réfugiées ont souvent vécu des expériences très dures au long de leur histoire et courent donc un risque accru de tomber malade. C'est pourquoi la Croix-Rouge suisse Canton de Berne lance l'offre SPIRIT : des personnes réfugiées qui aident des personnes réfugiées.**

SPIRIT se base sur le principe de l'aide à l'entraide et s'adresse aux personnes réfugiées souffrant de troubles psychiques légers à moyens. Il s'agit de personnes qui, en raison d'événements traumatisants vécus pendant la guerre ou la fuite, portent une grande charge émotionnelle et sont mises à l'épreuve par leur nouvelle vie en Suisse. Les « helpers », des personnes qui ont également vécu la fuite, transmettent aux personnes concernées des stratégies pour gérer le stress, les soucis ou les problèmes. Ces personnes les aident aussi à trouver des activités qui font du sens pour elles et à activer leurs ressources. Les personnes récemment réfugiées bénéficient ainsi d'un soutien rapide et à bas seuil et cela améliore leur santé psychique. Tous les helpers ont suivi une formation de base en intervention psychologique.

Être compris/e – et pas seulement au niveau de la langue

« C'est parce que les personnes concernées reçoivent un soutien de la part de personnes issues de la même culture et parlant la même langue que les barrières disparaissent », explique Bettina Tanner, responsable de l'offre à la Croix-Rouge suisse (CRS) Canton de Berne. SPIRIT n'est pas une thérapie, mais un projet de prévention et de promotion de la santé. L'objectif est d'augmenter la résilience des personnes concernées. « Le stress psychique rend l'intégration dans la société difficile et peut entraîner des coûts individuels, familiaux et sociaux élevés », poursuit Bettina Tanner.

Une structure claire

SPIRIT est l'abréviation de « **S**caling-up **P**sychological **I**nterventions in **R**efugees In **S**witzerland » – en français : interventions psychologiques échelonnées pour les personnes réfugiées en Suisse. La procédure repose sur une méthode qui a fait ses preuves au niveau international et qui a été développée par l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Après une analyse préalable de la situation personnelle, des stratégies sont développées sur cinq séances pour la gestion du stress ou la résolution de problèmes. Une nouvelle évaluation est ensuite effectuée. Le programme ne convient pas aux personnes souffrant d'une maladie mentale grave ou qui ont des tendances suicidaires.

Onze langues

Dans sa phase pilote, SPIRIT s'adresse aux personnes réfugiées résidant dans les hébergements collectifs de la CRS Canton de Berne, mais d'autres pourront en bénéficier par la suite. Le programme est actuellement proposé en onze langues, du farsi au français. Quatorze helpers ont déjà été formé/-es et, avec chaque personne qui bénéficie de cette offre, leur nombre potentiel augmente. Le développement de ce programme est soutenu par le crédit d'intégration de la Confédération et est gratuit pour les participant/-es.

Vous trouverez de plus amples informations sur SPIRIT sur le site www.srk-bern.ch/spirit.



La Croix-Rouge dans le canton de Berne

La Croix-Rouge suisse (CRS) du canton de Berne s'engage dans tout le canton pour plus d'humanité. Quelque 800 collaborateurs/-trices et 2'400 bénévoles s'engagent dans les domaines de l'aide, de la promotion de la santé, de la formation et de l'intégration. La CRS Canton de Berne oriente les personnes réfugiées en Suisse, les aide à apprendre la langue et à trouver un emploi.

Pour plus d'informations :

CRS Canton de Berne

Eric Send, responsable médias

eric.send@srk-bern.ch

Téléphone 031 919 08 40