Soutien aux Acteurs la Petite Enfance en période de crise
Ressources en matière de santé mentale
pour les professionnels

Table des matières

1. RESSOURCES DISPONIBLES AU SEIN DE DE VOTRE STRUCTURE D'ACCUEIL. 2

1.1 LE POUVOIR ORGANISATEUR ET LA DIRECTION DU MILIEU D'ACCUEIL 2
1.2 RESSOURCES LÉGALES CONCERNANT LE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL 2
2.1 LES PERSONNES RESSOURCES 4
Les coordinateurs accueil (CAL) et les agents conseil (ACA) *4*
Les Référent(e)s santé *5*
Les Conseillers pédagogiques *5*
2.2. LES RESSOURCES DE L'ONE, EN LIGNE 6

3. RESSOURCES PROPOSÉES PAR LES OPÉRATEURS DE FORMATION 6

4. RESSOURCES EXTERNES 6

GÉNÉRALITÉS 6
4.1 RESSOURCES AU NIVEAU FÉDÉRAL 7
4.1.1 HTTPS://WWW.INFO-CORONAVIRUS.BE/FR/AIDE-PSYCHOSOCIALE/ 7
4.1.2 HTTPS://WWW.HEALTH.BELGIUM.BE/FR/COVID-19-SOUTIEN-PSYCHOSOCIAL#INFOS%20PSY 7
4.2 INITIATIVES EN WALLONIE 8
4.3 LES INITIATIVES À BRUXELLES 11
4.4 RESSOURCES À BRUXELLES ET EN WALLONIE 13

ANNEXES 15

1. Ressources disponibles au sein de de votre structure d'accueil.

1.1 Le pouvoir organisateur et la direction du milieu d'accueil

Accueillir la parole de l'équipe et mettre en place des actions

La crise sanitaire dure et elle engendre chez bon nombre d'entre nous un essoufflement, une certaine saturation, voire un sentiment de frustration… Les relations peuvent être tendues entre certaines personnes… Chacun.e a été mis à l'épreuve dans cette pandémie, a été touché.e d'une manière ou d'une autre dans son quotidien, parfois même au sein de sa famille ou de ses proches. Les émotions de chacun ont été mises à rude épreuve. Tous ont dû faire preuve de souplesse, de réactivité, de patience. Et il en faudra encore dans les quelques mois qui viennent.

Les responsables d'équipe sont confrontés à cette réalité. Vous avez fait preuve d'ingéniosité pour communiquer avec le personnel du milieu d'accueil : par visioconférence, WhatsApp, Messenger, … Des espaces de parole manquent peut-être au sein des équipes. Se parler, échanger sur le vécu, sur les difficultés, les espoirs de chacun, est un temps important aussi dans les équipes.

Les responsables d'équipe gagnent à proposer un moment d'arrêt pour échanger, partager des messages à l'ensemble de l'équipe. La manière de procéder peut-être simple : prendre le temps d'écrire sur des panneaux, s'envoyer des messages par différents médias, ... Tout cela peut se faire dans un cadre bienveillant accompagné par le/la responsable en précisant quelques balises : accueillir ces paroles dans le respect, parler en «je », et recevoir ces mots avec bienveillance. Le médecin de votre milieu d'accueil peut également être sollicité.
Ce temps de parole pourra permettre de libérer certaines tensions et formuler des pistes, des espoirs pour l'avenir.

Pour rappel, vous pouvez vous appuyer sur le document « *Pistes pour un temps de rencontre avec le personnel* » joint une première fois à la communication aux MA de la petite enfance du 28 avril en suivi du Conseil National de Sécurité du 24 avril 2020 afin de proposer des échanges entre la direction et des membres du personnel soit en visioconférence, soit dans un temps d'échanges formel rassemblant 2 à 4 personnes dans un local ad hoc et dans le respect des gestes barrière. (Voir Annexe 2 page 17)

1.2 Ressources légales concernant le bien-être au travail

La santé est définie par l'OMS[1] comme un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. En cette période pandémique, celle-ci est fragilisée par de nombreux facteurs. Sur votre lieu de travail, des ressources sont disponibles.

« Il est naturel que vous ressentiez du stress en cette période de crise. Vous remarquez peut-être des changements dans votre façon de travailler ou dans votre humeur, avec par exemple, une irritabilité accrue, une baisse d'énergie, de l'anxiété, un sentiment d'épuisement ou encore une difficulté à vous détendre pendant les moments de pause.

[1] Organisation Mondiale de la santé, Principes énoncés dans le préambule de la Constitution de l'OMS, https://www.who.int/fr/about/who-we-are/constitution , consulté le 11/12/2020

Le stress et les symptômes associés ne sont en aucun cas signe de faiblesse ou d'incapacité à faire du bon travail, même si vous en avez l'impression. Vous pouvez trouver du réconfort auprès de vos proches ou vous tourner vers vos collègues qui vivent peut-être la même chose que vous. Parlez-en.

La COVID-19 conduit à un scénario inédit pour de nombreux professionnels […]. Toutefois, les stratégies personnelles de gestion du stress qui ont fonctionné dans le passé peuvent vous servir aujourd'hui. Même si le scénario est différent, les stratégies pour tirer parti du stress sont les mêmes.

Veillez à maintenir un mode de vie sain : alimentation suffisante et équilibrée, sommeil, exercice physique, contacts avec vos proches. Evitez de consommer des substances psychoactives pour faire face à vos émotions.

Le stress chronique peut affecter votre bien-être mental et votre travail. […] »[2]

Le bien-être au travail[3]

Le bien-être au travail est défini comme l'ensemble des facteurs relatifs aux conditions de travail dans lesquelles le travail est exécuté : sécurité au travail, protection de la santé du travailleur, aspects psychosociaux du travail, ergonomie, hygiène du travail...

Le bien-être au travail est régit par la « loi bien-être » du 4 aout 1996 et ses arrêtés d'exécution dont la plupart sont rassemblés dans le Code du bien-être au travail.

Les risques psychosociaux[4] : sont définis comme "la probabilité qu'un ou plusieurs travailleur(s) subisse(nt) un dommage psychique qui peut également s'accompagner d'un dommage physique suite à l'exposition à des composantes de l'organisation du travail, du contenu du travail, des conditions de travail, des conditions de vie au travail et des relations interpersonnelles au travail, sur lesquels l'employeur a un impact et qui comportent objectivement un danger".

Stress, harcèlement moral, burnout, conflits, suicide, abus d'alcool et de drogues sont les manifestations les plus connues de ces risques psychosociaux.

Concrètement, vers qui se tourner ?

Etre soumis à un stress chronique peut affecter le bien-être mental et la qualité du travail exécuté. Responsables du bien-être au travail de leurs employés, les employeurs ont un rôle majeur à jouer dans la réduction du stress lié au travail et dans la prévention des difficultés psychiques.

Vous pouvez vous adresser à :

- Votre personne de confiance (ainsi qu'à votre conseiller en prévention) via le service interne pour la prévention et la protection au travail (SIPPT)

[2] Source : article AVIQ https://covid.aviq.be/sites/default/files/fichiers-upload/Information%20concernant%20la%20gestion%20du%20stress%20en%20p%C3%A9riode%20de%20crise%20-%20AVIQ.pdf

[3] SERVICE PUBLIQUE FEDERAL, Emploi Travail et Concertation sociale, le bien-être au travail, https://emploi.belgique.be/fr/themes/bien-etre-au-travail, consulté le 15/12/2020

[4] https://www.beswic.be/fr/themes/risques-psychosociaux-rps consulté le 15.12.2020

- Votre conseiller en prévention psychosocial ou encore à votre médecin du travail via le service externe pour la prévention et la protection au travail (SEPPT). Même en temps de crise, le service de prévention externe reste un point de contact pour le bien-être au travail, tant pour les employeurs et les chefs que pour les travailleurs. Ces derniers contactent leur SEPPT en toute confiance s'ils ont besoin d'un soutien dans leur situation professionnelle personnelle. Les employeurs, le personnel des RH, les chefs et les personnes de confiance peuvent faire appel au Service de prévention externe pour obtenir des conseils sur le suivi et la promotion de la santé physique et mentale des employés, pour l'encadrement des équipes, tant sur le lieu de travail qu'au domicile.

Ces services ont pour mission d'assister les employeurs et les travailleurs dans l'application de la réglementation relative au bien-être au travail ainsi que dans la réalisation des mesures et activités de prévention.

Les coordonnées sont disponibles dans le règlement de travail de votre organisation/entreprise. Votre conseiller en prévention interne ou votre responsable hiérarchique pourra également vous renseigner.

- Pour aller plus loin :

Sur www.seed-connect.be
Un des objectifs de ce site est de donner la possibilité à chacun de chercher quel conseiller en prévention-médecin du travail et/ou quel conseiller en prévention aspects psychosociaux il/elle peut contacter en cas de problèmes liés au travail.

Lien site internet SPF Emploi, Travail et Concertation sociale :
https://emploi.belgique.be/fr/themes/bien-etre-au-travail

2. Ressources disponibles à l'ONE.

Au sein de l'ONE, de nombreuses ressources sont activables. Par ailleurs, des ressources en ligne sont à votre disposition.

2.1 Les personnes ressources

Les coordinateurs accueil (CAL) et les agents conseil (ACA)

Les CAL et les ACA (pour les accueillant.e.s indépendant.e.s) accompagnent les professionnels de l'enfance dans la mise en œuvre et l'évaluation de leurs pratiques. Dans ce cadre de la pandémie actuelle, elles peuvent être contactées par la structure d'accueil pour leur écoute, leur soutien dans la construction d'une solution par l'équipe ou l'AEI et pour leur connaissance des ressources et relais existant.

Ces échanges peuvent se concrétiser lors de visioconférence(s) avec la direction et l'équipe psychomédicosocial du MA, avec le soutien du conseiller pédagogique si besoin. Cela peut se réaliser en présence de représentants d'un MA ou des

représentants de plusieurs MA. Si nécessaire, le/la CAL peut réaliser une visite sur site pour un motif prioritaire.

Il en est de même, pour les ACA qui peuvent échanger avec une AEI lors d'une visioconférence selon un horaire adapté aux disponibilités de l'AEI ou lors d'échanges avec plusieurs AEI, avec la collaboration du conseiller pédagogique. Si nécessaire, l'ACA peut réaliser une visite sur site pour un motif prioritaire.

Dès lors, chaque milieu d'accueil peut faire appel au CAL ou ACA (pour AEI) de référence de son secteur.

Les Référent(e)s santé

Pour toute question relative au coronavirus en matière d'organisation de gestion de cas et d'hygiène ou de situations particulières en matière de santé dans le milieu d'accueil, vous pouvez joindre votre référent santé (voir liste des référents santé communiquée précédemment).

Les Conseillers pédagogiques[5]

- Les conseillers pédagogiques sont responsables du développement de la dimension psychopédagogique de l'accueil des enfants (0-15 ans) dont les milieux d'accueil petite enfance (0-3 ans), en collaboration étroite avec les CAL et ACA.
  La dimension psychopédagogique s'appuie à la fois sur des principes éducatifs communs (Code de qualité) et des pratiques concrètes mises en œuvre dans les lieux d'accueil. Elle renvoie aussi à l'analyse des conditions de vie des enfants dans les lieux d'accueil et des effets des différentes pratiques sur (tous) les enfants, les familles et les professionnel-le-s.
  Coordonnées :
  - **Brabant Wallon :** recrutement en cours
  - **Bruxelles :**
    - Chafia EL MIMOUNI, chafia.elmimouni@one.be
    - Gaëtane ROSE, gaetane.rose@one.be
    - **tel** 02/511.51.26
  - **Hainaut :**
    - **Virginie HOSPEL,** virginie.hospel@one.be
    - **Julie NAUWELAERTS,** julie.nauwelaerts@one.be
    - Tel : 065/39.96.81
  - **Liège :**
    - Luc BOURGUIGNON, luc.bourguignon@one.be
    - Aurore MICHEL, aurore.michel@one.be
    - Tel : 04/344.94.94
  - **Luxembourg**
    - Xavier GOOSSENS, xavier.goossens@one.be
    - Tel : 061/23.99.60
  - **Namur**
    - Garance MATHY, garance.mathy@one.be
    - Tel : 081/72.36.00

[5] https://www.one.be/public/contact/annuaire-des-professionnels/direction-psychopedagogique

2.2. Les ressources de l'ONE, en ligne

- Le site internet www.parentalité.be, coordonné par l'ONE, propose aux professionnels des ressources générales pour soutenir les parents en situation de vulnérabilité.
  La thématique de la santé mentale y est aussi abordée, de manière plus spécifique : https://parentalite.be/thematiques/sante-mentale
- Pour rappel, le site officiel de l'ONE informe sur la thématique de manière transversale :
  https://www.one.be/public/coronavirus/
  https://www.one.be/professionnel/coronavirus/

3. Ressources proposées par les opérateurs de formation

Certains opérateurs de formation développent des actions de supervision et d'accompagnement.

Actuellement, il n'est pas autorisé de réaliser des formations en présentiel. Certaines formations (un nombre limité) se donnent à distance. Les opérateurs de formation seront avisés quand ils pourront reprendre des activités de formations en présentiel.

Pendant cette période (où les formations présentielles ne sont pas autorisées), ils ont la possibilité de demander des indemnités au fonds COVID pour couvrir leur frais. Les lieux d'accueil pourraient faire appel aux opérateurs de formation qui en ont la compétence pour assurer certaines missions de soutien psychosocial.

Ces missions sont à envisager hors programme de formation continue coordonné par l'ONE. Les PO et les directions sont invités à s'adresser directement à eux.

4. Ressources externes

Généralités
Si vous éprouvez des difficultés psychiques et psychologiques

- les Services de Santé mentale **(SSM)** peuvent vous apporter de l'aide. Les équipes pluridisciplinaires (psychologues, assistants sociaux (pédopsychiatres) vous accueillent et vous conseillent. Les tarifs appliqués sont parfois gratuits (sous condition) à modérés (12€ par consultation).

Les SSM : en Wallonie : https://covid.aviq.be/fr/trouver-du-soutien ; à Bruxelles, consulter le site https://be.brussels/vivre-a-bruxelles/famille-et-vie-privee/aide-aux-personnes-et-aux-familles/aide-psychologique et en Flandre le site vlaanderen.be

- Rencontrer un psychologue conventionné est aussi une possibilité. Le médecin (généraliste, psychiatre, médecin du travail) pourra prescrire des séances de soins psychologiques de première ligne. 8 séances sont remboursées par la sécurité sociale. L'usager peut bénéficier

de 4 séances (renouvelable une fois, soit max 8 séances annuelles) auprès d'un professionnel immédiatement et facilement accessible. La consultation à distance par vidéo est également possible. Par séance, la quote-part de l'usager s'élève à 11,20 € (4 € en cas d'intervention majorée).

Pour plus d'information carte interactive : http://bit.ly/trouverunppl ou http://bit.ly/eenelpzoeken .

4.1 Ressources au niveau fédéral

4.1.1 https://www.info-coronavirus.be/fr/aide-psychosociale/

Ce site, remis à jour régulièrement, est dédié à tous les belges. Il propose aussi des ressources spécifiquement adressées aux intervenants psychosociaux et de première ligne. Vous y trouverez donc des liens internet et des documents à télécharger sur différentes thématiques :

- Soutien psychosocial durant la crise COVID-19 : informations pour les partenaires psychosociaux,
- Des conseils pour les intervenants de première ligne : une initiative de la Croix Rouge de Belgique
- E-learning pour les intervenants psychosociaux et pour les responsables d'équipe
- Webinaire – Interventions psychosociales pour le personnel des institutions de soins durant la crise COVID-19

4.1.2 https://www.health.belgium.be/fr/covid-19-soutien-psychosocial#infos%20psy

service public fédéral
SANTE PUBLIQUE, SECURITE DE LA CHAINE ALIMENTAIRE ET ENVIRONNEMENT

Cette page, régulièrement remise à jour vous guide également dans le paysage psychosocial et apporte au professionnel des informations psychosociales spécifiques au covid-19.

Ce site vous propose des liens et documents à télécharger abordant différentes thématiques et s'adressant à différents publics :

- Le deuil durant la période COVID-19
  - Sites internet
  - Aider les enfants en deuil
  - Le deuil au travail : COHEZIO, service externe de prévention et protection au travail, a édité une série de fiches-conseils adaptées "COVID-19"

- Des ressources en langues étrangères
- des ressources pour l'accompagnement psychosociale des personnes malentendantes, sourdes et muettes https://www.sourds.net/?s=covid

4.2 Initiatives en Wallonie

Préalable : L'offre de soins en santé mentale en Wallonie recouvre une grande variété de catégories de services et institutions. Pour vous y retrouver, nous vous invitons à consulter le schéma en annexe https://www.cresam.be/pyramide/ (voir Annexe 1 – page 15)

Les Numéros **(À destination du grand public et des professionnels)**

- **Urgences sociales en Wallonie : 1718**

  Écoute et réorientation pour les personnes ayant besoin d'une aide sociale durant le confinement (situations d'isolement, aide en matière d'alimentation, de logement, de crédit, de situation professionnelle, de chômage...) Des infos sont également disponibles via la FAQ spécifique sur le portail http://luttepauvrete.wallonie.be

Lignes d'écoute et conseils pour les professionnels de l'aide et du soin

Psy.be

Des consultations sont proposées

- en cabinet, dans votre région : https://www.psy.be/fr/psy
- Consulter en ligne **:** https://www.psy.be/fr/psy?ty=&no=&co=1&la=&pu=&sp=&pr=

Plates-formes de soins palliatifs *:*

Renforcées dans le cadre de la crise COVID-19, les équipes des plates-formes de soins palliatifs wallonnes, offrent un accompagnement individualisé ou collectif aux professionnels exposés à la maladie grave, à la fin de vie et au deuil.

Ces équipes sont à votre écoute par téléphone, par vidéoconférence ou dans le cadre d'entrevues en présentiel. Elles sont accessibles aux professionnels confrontés à la problématique de deuil (ex. enfant accueilli qui a perdu un parent de la COVID – décès dans l'équipe).

Objectif : encourager la reconstruction des liens alors que l'isolement et la solitude ont un impact indéniable sur la santé mentale. Soutenir votre public dans la création de rituels suite aux décès de proches.

Contacts et informations :

Arcspho - Association Régionale de Concertation sur les Soins Palliatifs du Hainaut Occidental - Tournai
- Tel : 069.22.62.86
- @ : arcspho@skynet.be

Reliance - Association régionale des soins palliatifs de Mons-Borinage, La Louvière, Soignies
- Tel: 064.57.09.68
- @ : info@relianceasbl.be

Plate-forme de Concertation en Soins Palliatifs du Hainaut oriental - Charleroi
- Tel: 071.50.01.68
- @ : soins.palliatifs@skynet.be

Pallium - Plate-forme de Concertation en Soins Palliatifs du Brabant wallon
- Tel: 010.39.15.75
- @ : coordination@pallium-bw.be

Asppn - Association des Soins Palliatifs en Province de Namur
- Tel: 081.43.56.58
- @ : info@asppn.be

Plate-forme de Concertation en Soins Palliatifs de la Province de Luxembourg
- Tel: 084.43.30.09

- @ : soinspalliatifs.provlux@outlook.be

Psppl - Plate-forme des Soins Palliatifs en Province de Liège
- Tel: 04.342.35.12
- @ : info@psppl.be

Pfspef - Plate-forme de soins palliatifs de l'Est francophone - Verviers
- Tel : 087.23.00.16
- @ : info@pfspef.be

Internet

- **« *Trouver du soutien* », une campagne de l'AViQ :** http://www.trouverdusoutien.be/

Face aux répercussions de la pandémie sur l'état psychologique de certaines personnes et professionnels d'aide et de soin, l'AViQ a lancé en octobre une campagne de sensibilisation et un site internet[6]. Objectif : permettre aux personnes en difficulté de trouver du soutien en santé mentale à proximité de chez eux ou de leur lieu de travail. Le site vous informe sur plusieurs initiatives proposant *de l'écoute et du soutien aux professionnels*.

On y trouve ainsi :

- Les numéros des lignes téléphoniques https://covid.aviq.be/fr/trouver-du-soutien/lignes-d-ecoute-telephonique-pour-tous
- Le répertoire des psychologues conventionnés et des services de Santé mentale en Région Wallonne
- Des boites à outil reprenant des ressources en ligne et des conseils pour prendre soin de soi. Les professionnels de l'aide et du soin y trouveront des outils spécifiques (gestion du stress, …)
- Des informations concernant les services de prévention au travail
- Remarque : le n° gratuit de l'AViQ 0800 16 061 est une ligne téléphonique d'écoute gratuite mise en place par le cabinet de la ministre Morreale, l'AViQ et la Fédération wallonne des services de santé mentale (FéWaSSM). Accessible du lundi au vendredi, de 9 h à 17 h. Ce numéro propose un menu général à L'AVIQ avec plusieurs options. En choisissant la proposition « coronavirus » vous serez mis en lien avec un interlocuteur qui vous redirigera vers le service le mieux adapté à votre demande. Ainsi, il est conseillé de vous référer aux numéros indiqués sur le site de L'AVIQ trouverdusoutien.be.

-**Partenariats plateforme-réseaux (non exhaustif)**

https://www.hainautpsy.org/

[6] https://covid.aviq.be/fr/trouver-du-soutien/professionnels consulté le 15/12/2020

Cet outil est pensé à destination des professionnels, afin d'avoir une vision globale de l'actualisation de l'offre d'aide et de soins en cette période de crise sanitaire. Hainautpsy est né d'un partenariat entre les plateformes de concertation en santé mentale et les réseaux (assuétudes, réseau de santé mentale enfants et adolescents, réseau adultes) de la province du Hainaut.

4.3 Les initiatives à Bruxelles

LIGNES D'ECOUTES

Numéros pour tous (professionnels et grand public):

-AIDE SOCIALE => 0800 35 243 (Gratuit) Urgences sociales à Bruxelles : 0800 35 243 Plus d'infos : https://phare.irisnet.be/coronavirus-numerovert/ ou https://info-coronavirus.spfb.be/bruxelles-soutien

-BRUSS'HELP (sans-abri - cellule d'orientation à destination des professionnels) : 02/880 86 89

-CENTRE DE PREVENTION DU SUICIDE => 0800 32 123 (Gratuit)

-TELE Accueil => 107 (Gratuit)

-SOS VIOL => 0800 98 100 (Gratuit)

-Ecoute Violences Conjugales => 0800 30 030 (Gratuit)

-Ecoute seniors=> 02 223 13 43

-Assuetudes - Infor-Drogues => 02 227 52 52

Numéros pour les professionnels du non-marchand

-L'Association Bruxelloise pour le Bien-Etre au Travail (ABBET) :

L'ABBET constate qu'en ce temps de crise, les professionnels du non-marchand, sont souvent mis à rude épreuve : surcharge de travail, conditions de travail non optimales, risques sanitaires, absentéisme important…La charge psychosociale, comme on la nomme aujourd'hui, est devenue très lourde et il est très important d'en tenir compte dès à présent, faute de quoi elle s'alourdira avec le temps.
Les réunions et supervisions étant réduites ou suspendues, elles ne peuvent donc assurer leur rôle de soutien et d'accompagnement.
L'ABBET propose une ligne d'écoute et de soutien psychologique dont l'objectif est d'être à l'écoute et de permettre un échange, une prise de recul par rapport à son vécu professionnel. Épuisement, vécu traumatisant, charge émotionnelle très ou trop forte n'en sont que quelques exemples.

L'écoute est assurée par deux psychologues de l'ABBET.

La ligne est ouverte tous les jours ouvrables de 13h à 17h ou sur rendez-vous.
tel : **02 227 69 26**

https://abbet.be/Actions-specifiques-liees-a-la-crise-du-Coronavirus

Le site reprend aussi des informations générales sur le coronavirus, directives officielles et les acteurs de prévention
• Conseils en matière de santé, d'hygiène et de sécurité
• Conseils pour la mise en place du télétravail et questions psychosociales
• Check-listes et informations utiles

FEDERATION/ LIGUE /ASSOCIATION

Ligue Bruxelloise Francophone pour la Santé Mentale
Les professionnels des Services de Santé Mentale (SSM) offrent un appui aux professionnels et aux particuliers. L'équipe de la LBSM reste disponible et à l'écoute

https://lbsm.be/covid-19-et-sante-mentale-bruxelloise/covid-19-et-sante-mentale-bruxelloise.html
LBSM, Rue du Président 53, 1050 Bruxelles - Accès : Métro Louise, trams : 92, 94
Tél : 00 32 (0)2 511 55 43, Fax : 00 32 (0)2 511 52 76
info@lbsm.be

- **Projet Mosaïque :** Une initiative d'accompagnement psychologique pour tout jeune en difficulté entre 13 et 30 ans. La pandémie de la Covid et le confinement qui en a résulté ont eu des effets de fragilisation des liens, des points d'appuis d'adolescents et de jeunes adultes. Certains se trouvent confrontés à des situations familiales, relationnelles, scolaires ou professionnelles qui les déstabilisent, sont source de souffrance, font quelquefois traumatisme. Dans ce contexte, le projet Mosaïque propose un accompagnement caractérisé par sa rapidité d'accueil et sa gratuité.
- **5 séances d'intervision** pour travailleurs sociaux du secteur social et santé bruxellois, animées par des binômes psycho-sociaux issus du secteur de la santé mentale :
    - Intervisions gratuites – partage d'expériences et de solutions apportées aux difficultés spécifiques rencontrées durant la crise COVID.
    - Pour travailleur.euse.s de 1ère ligne du secteur social bruxellois.
    - 5 séances de 2h à raison d'une fois par mois, de janvier à mai 2021 (dates à définir).
    - Groupe fermé de 15 personnes pour garantir la sécurité et la confidentialité.
    - 2 personnes maximum venant de la même institution par groupe.
    - Engagement à participer à l'ensemble du cycle.
    - Inscription jusqu'au 8 janvier

Contact : Pascale De Ridder – Natacha Rome : +32 (0)471 59 71 14 – intervision@lbsm.be

Plateformes

La Plate-forme de Concertation pour la Santé Mentale de Bruxelles :

- Propose un répertoire de coordonnées de services en santé mentale en Région de Bruxelles-Capitale
    - Le répertoire est divisé en thèmes : groupe de parole et d'entraide, dépendances, consultations, centres de jours, logement, hôpitaux, social, équipes mobiles, Psychologues de premières ligne, enfants, adolescents, thématique de l'exil.
- **Adresse :** www.pfcsm-opgg.be

4.4 Ressources à Bruxelles et en Wallonie

SPF Santé publique, la Croix-Rouge de Belgique

- En collaboration avec le **SPF Santé publique, la Croix-Rouge de Belgique** a développé un e-learning pour aider les intervenants. Le cours s'adresse aux intervenants psychosociaux ou aux responsables d'équipe. Il fournit les outils nécessaires pour réaliser l'assistance psychosociale en période de COVID-19 et se concentre spécifiquement sur le soutien aux intervenants.

- Lien internet : https://rise.articulate.com/share/C4cD7N9IyNbVvywl3Tp5_zNCEjOOw1xH#/

Asbl Repères L'Asbl propose des temps d'écoute, de soutien et d'accompagnement individuels ou collectifs aux travailleurs et équipes du secteur ambulatoire et du champ de la promotion de la santé, tant sur Bruxelles qu'en Wallonie. Si cela vous intéresse, n'hésitez pas à envoyer un mail à reperes.coord@gmail.com ou à téléphoner au 02 539 15 89 pour prendre rendez-vous.

https://www.preventionvulnerabilites.be/ Ce site vise à faire connaître des initiatives de solidarité aptes à prévenir une aggravation des inégalités. Il partage aussi des ressources. Il souhaite favoriser une mobilisation au profit des jeunes vulnérables et de leurs familles dans le contexte d'une crise qui est appelée à durer et à connaître des moments d'intensification qui confrontent tous les systèmes d'aide à leurs limites.

https://www.home-stress-home.com/ Évaluer son niveau d'anxiété et recevoir des conseils personnalisés pour les enfants et les jeunes de 3 à 25 ans grâce au lancement du site Home stress Home par les équipes de l'UMons.

https://www.beswic.be/fr La crise COVID-19 a un impact psychosocial majeur sur tout le monde. De nombreux services ont donc pris des initiatives pour offrir un soutien psychosocial à la population et aux intervenants. Vous y trouverez de nombreuses informations pour vous guider dans le paysage psychosocial.

https://www.rheseau.be/liens-utiles : Au sein de RHESEAU collaborent des prestataires de soins, des institutions et de services spécialisés provenant de tous les secteurs concernés de près ou loin par le monde de l'enfance et de l'adolescence. Ce site s'adresse aux professionnels et aux parents, des ressources et conseils utiles pour aider à traverser cette période et prendre soin de soi. Le listing est mis à jour le plus fréquemment possible.

Annexes

Annexe 1 : **Offre de soins en santé mentale en Wallonie – vue d'ensemble**

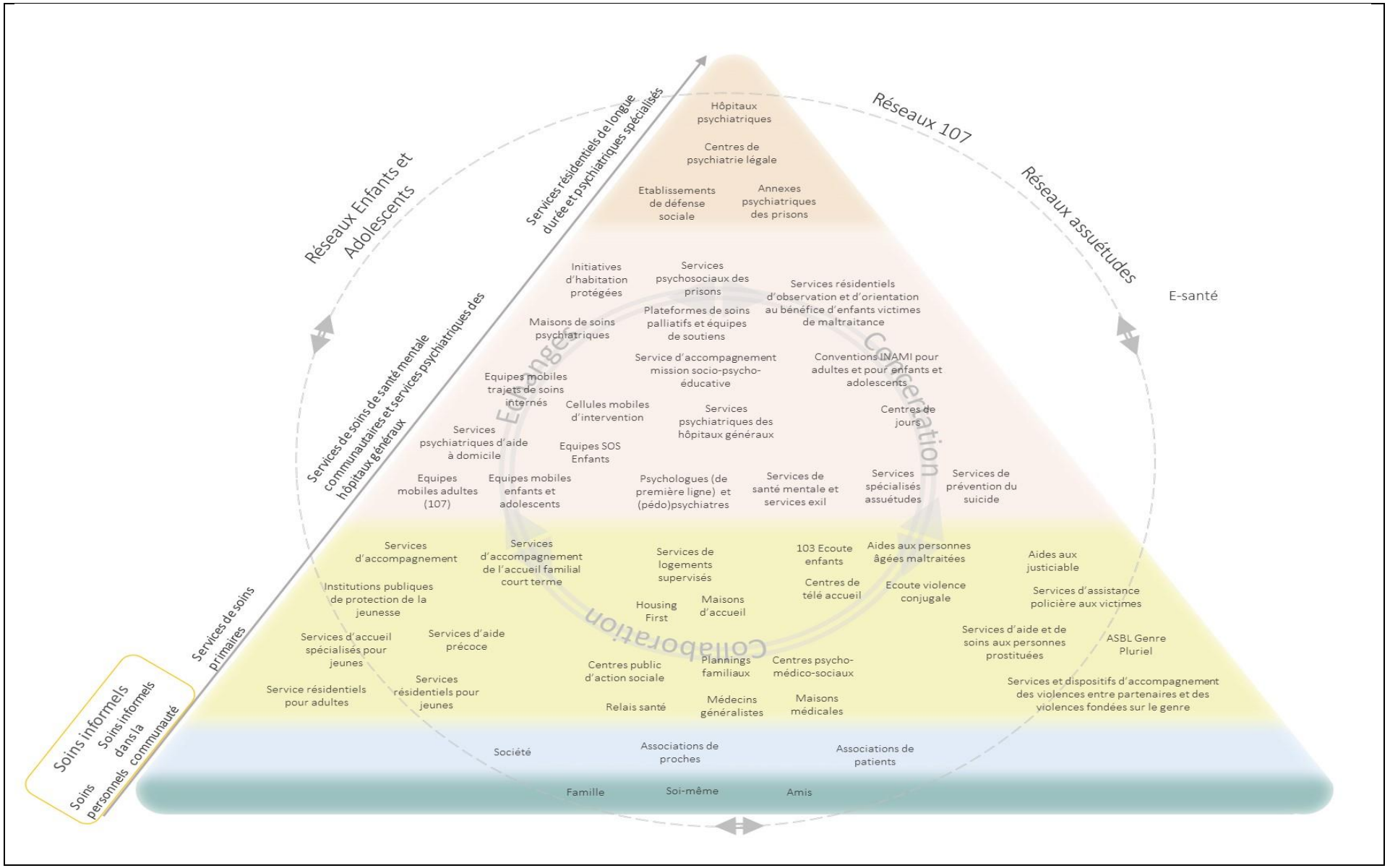
https://www.cresam.be/pyramide/

L'offre de soins en santé mentale en Wallonie recouvre une grande variété de catégories de services et institutions.

Vous trouverez sur cette page, avec un bref descriptif, les différentes catégories de services et institutions recensées dans ce cadre. Dans la catégorie société, vous découvrirez également des catégories de services qui prêtent attention à la santé mentale de leur public, sans toutefois offrir des soins de santé mentale stricto sensu.

L'offre est présentée ici sous la forme d'une pyramide. Cette pyramide a été introduite par l'OMS (Organisation mondiale de la santé) et propose une distribution optimale des soins de santé mentale au sein d'un pays. Elle est divisée en 5 niveaux :

- Le premier niveau correspond aux ressources personnelles : il s'agit de la prise en charge personnelle de ses problèmes de santé mentale ou de l'aide/support reçu par sa famille et ses amis.
- Le deuxième niveau correspond aux ressources informelles : à savoir l'aide et les soins reçus en différents lieux de la société qui sont sensibilisés à la santé mentale et qui vont offrir du soutien aux personnes. Les associations de proches et de patients font partie de ce niveau.
- Le troisième niveau correspond aux services de soins primaires : ce niveau inclut les soins reçus dans des services qui ne sont pas dédiés à la santé mentale mais qui, dans leur offre de soins, proposent une prise en charge des problématiques de santé mentale.
- Le quatrième niveau correspond aux services de santé mentale communautaires et services psychiatriques des hôpitaux généraux : ils proposent spécifiquement une prise en charge des problèmes de santé mentale au sein de la communauté.
- Le cinquième niveau correspond aux services résidentiels de longue durée et psychiatriques spécialisés : l'offre de soins recensée ici inclut les services spécialisés et spécifiques prenant en charge de manière intensive les problèmes de santé mentale**.**


Réseaux Enfants et Adolescents
Services résidentiels de longue durée et psychiatriques spécialisés
Réseaux 107
Réseaux assuétudes
E-santé
Services de soins de santé mentale communautaires et services psychiatriques des hôpitaux généraux
Services de soins primaires
Soins informels
Soins informels dans la communauté
Soins personnels
Hôpitaux psychiatriques
Centres de psychiatrie légale
Etablissements de défense sociale
Annexes psychiatriques des prisons
Initiatives d'habitation protégées
Services psychosociaux des prisons
Services résidentiels d'observation et d'orientation au bénéfice d'enfants victimes de maltraitance
Maisons de soins psychiatriques
Plateformes de soins palliatifs et équipes de soutiens
Service d'accompagnement mission socio-psycho-éducative
Conventions INAMI pour adultes et pour enfants et adolescents
Equipes mobiles trajets de soins internés
Cellules mobiles d'intervention
Services psychiatriques des hôpitaux généraux
Centres de jours
Services psychiatriques d'aide à domicile
Equipes SOS Enfants
Equipes mobiles adultes (107)
Equipes mobiles enfants et adolescents
Psychologues (de première ligne) et (pédo)psychiatres
Services de santé mentale et services exil
Services spécialisés assuétudes
Services de prévention du suicide
Services d'accompagnement
Services d'accompagnement de l'accueil familial court terme
Services de logements supervisés
103 Ecoute enfants
Aides aux personnes âgées maltraitées
Aides aux justiciable
Institutions publiques de protection de la jeunesse
Centres de télé accueil
Ecoute violence conjugale
Services d'assistance policière aux victimes
Housing First
Maisons d'accueil
Services d'accueil spécialisés pour jeunes
Services d'aide précoce
Services d'aide et de soins aux personnes prostituées
ASBL Genre Pluriel
Centres public d'action sociale
Plannings familiaux
Centres psycho-médico-sociaux
Service résidentiels pour adultes
Services résidentiels pour jeunes
Relais santé
Médecins généralistes
Maisons médicales
Services et dispositifs d'accompagnement des violences entre partenaires et des violences fondées sur le genre
Société
Associations de proches
Associations de patients
Famille
Soi-même
Amis
Emergence
Collaboration
Concertation

ANNEXE 2 : Pistes pour un temps de rencontre avec le personnel

Une crise sanitaire comme celle que nous vivons peut provoquer différentes émotions et questions un stress important. Dès lors, il paraît important d'organiser au sein des milieux d'accueil un temps de rencontre pour le personnel afin d'échanger sur le vécu de chacun, sur les questions, les conséquences sur l'accueil de cette crise sanitaire, de communiquer les consignes utiles et d'aider à se projeter dans l'avenir à court et moyen terme.

Il est nécessaire que soit organisé un temps d'échanges accompagné où chacun peut partager ce qu'il a vécu, être rassuré, être conseillé sur les bonnes stratégies d'adaptation, etc. En conséquence, nous invitons les milieux d'accueil à organiser un temps de rencontre avec leur personnel pour Permettre de retrouver un tant soit peu un sentiment de sérénité et de sécurité. Il s'agit aussi d'anticiper l'organisation future.

Cette réunion est à animer par une personne qui se sent à l'aise pour gérer les débats. Cela peut être le responsable du milieu d'accueil ou/et le travailleur social, ou…

Comment organiser ce temps de rencontre ?

- Préalablement à l'ouverture du milieu d'accueil
- De préférence en vidéoconférence[7] ou en respectant les mesures de distanciation physique, dans une salle suffisamment spacieuse qui peut être aérée ou encore dans un espace extérieur;
- Avec un nombre limité de participants (8 -10) pour faciliter la qualité des échanges. Si le nombre de professionnels est plus important, organiser plusieurs réunions.

Les objectifs de ce temps d'échanges visent à :

- Accueillir les émotions du personnel (peur, colère, joie de se retrouver,) ;
- Échanger à propos des questions et des informations relatives à la prise en charge des jeunes enfants : relations avec les familles, soins, comme la surestimation du danger, des réactions d'hyper vigilance, … ;
- Communiquer de manière claire les consignes du Conseil National de Sécurité ;
- Faire le point sur l'actualité : connaissances relatives à la contagiosité des enfants, à l'importance des gestes barrière, au port du masque, aux aspects liés à l'hygiène
- Expliquer les recommandations relayées par le pouvoir organisateur du milieu d'accueil et l'ONE ;
- Préparer le personnel à aborder ce sujet avec les parents pour d'une part expliquer les informations importantes dans la période de déconfinement du pays (qui a accès aux MA, préparation des re-familiarisations et des familiarisations de nouveaux enfants n'ayant jamais fréquenté le MA, …tout en évitant de transférer ses propres inquiétudes et angoisses ;
- Faciliter l'accueil des enfants et des familles en ayant envisagé l'organisation des groupes de vie et les moments de transition notamment le temps d'accueil ;
- Prévenir l'absentéisme ou l'épuisement professionnel.

[7] Différents programmes permettent de le faire : notamment via Messenger , via skype (présent ou à télécharger sur la plupart des téléphones portables) ou encore via des Teams, Zoom, ou encore des programmes gratuits « https://meet.jit.si/ » ou encore « framatalk.org »

Pour mener à bien ce temps de d'échanges, il est proposé :

- de rappeler que lorsque quelque chose d'important et d'inhabituel se passe, il est normal de réagir ;
- d'offrir une écoute active au personnel en accueillant avec bienveillance et respecter le ressenti de chacun,
- de porter une attention aux rythmes individuels et aux différences de vécu par chaque individu;
- de recentrer le débat sur la responsabilité quotidienne du personnel (bien-être et épanouissement des enfants) au-delà de cette crise sanitaire exceptionnelle;
- de rappeler des éléments du projet d'accueil qui participent à la qualité de l'accueil des enfants et des parents ;
- de répondre aux questions de clarification soulevées par le personnel relatives aux différentes mesures prises durant cette période spécifique.

Voici une série de questions qui peuvent soutenir le débat :

- Comment avez-vous vécu, vivez-vous cette période, à titre professionnel, à titre personnel ?
- Avez-vous changé des comportements professionnels depuis le début de cette crise sanitaire ?
- Comment s'est passé l'accueil des enfants ces dernières semaines ?
- Quels sont vos aprioris, vos inquiétudes ?
- Quels sont les besoins des uns et des autres ?
- Quelles ont été les différentes réactions des parents ?
- Quelles familles sont accueillies dans la période de déconfinement (expliquer les différentes phases)?
- Comment accueillir les parents ?
- Comment expliquer aux parents les nouvelles (et provisoires) règles de fonctionnement /mesures d'hygiènes instaurées dans le milieu d'accueil et celles qu'ils seront contraints de respecter ?
- Comment organiser les re-familiarisations (des enfants déjà accueillis) et les familiarisations pour les nouvelles entrées ?
- Quels sont les repères sur lesquels s'appuyer pour rassurer les parents sur le séjour de leur enfant ?
- Comment organiser les temps de séparations et de retrouvailles enfants-parents, compte tenu des consignes données ?
- Comment accompagner les enfants au cours de cette période spécifique ? Quelle organisation des groupes ? Quels objets ? quelles activités à l'extérieur ? Quels repères pour les enfants (voir note familiarisation)
- Que mettre en place pour que chaque enfant retrouve ses repères ou en construise de nouveaux, au niveau du matériel mis à disposition des enfants, de l'aménagement des espaces (pièce de vie, de repas, de repos, d'accueil, etc.), des rituels, … ?
- Comment accueillir les (éventuels) stagiaires qui terminent leur stage (étudiants de 7è uniquement) ?
- Comment poursuivre la mise en œuvre des mesures d'hygiène préconisées en cette période de Covid-19 ?

- …

Il sera utile également de prévoir un temps d'arrêt en équipe ou en petits groupes de puéricultrices/ accueillantes (dans la première ou la deuxième semaine de la phase de déconfinement pour éventuellement ajuster certaines manières de faire).

Si vous avez besoin d'aide n'hésitez pas à contacter votre coordinatrice/teur accueil ou votre agent conseil.

Bonne réflexion et bon travail à tous.