



Madame, Monsieur,

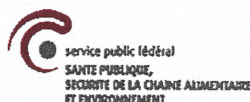
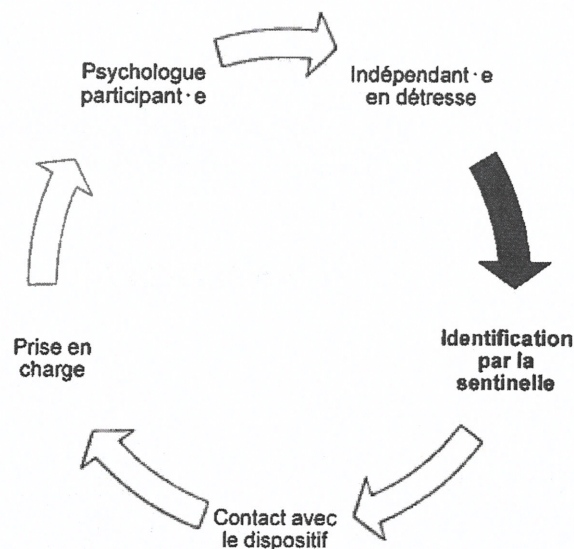
En raison de la pandémie COVID-19, la **santé mentale** de toute la population est fortement fragilisée.

Parmi les personnes à haut risque en matière de détresse psychologique, voire de passage à l'acte suicidaire, les **indépendant·e·s** constituent un groupe particulièrement sensible.

En réponse à ce constat, le Ministre des Classes moyennes, des Indépendants, des PME et de l'Agriculture, des Réformes institutionnelles et du Renouveau démocratique et le Vice-Premier ministre et ministre des Affaires Sociales et de la Santé publique ont créé une **offre de soutien psychologique** supplémentaire et dédiée aux travailleur·se·s indépendant·e·s, via un projet pilote d'un an coordonné par l'ASBL « Un pass dans l'impasse ».

Au départ d'une **ligne d'écoute gratuite** spécifique pour les indépendants en détresse (**0800/300.25**) ou d'une **alerte** déclenchée par une **sentinelle**, l'indépendant·e pourra bénéficier de séances de soins psychologiques entièrement gratuites auprès d'un·e psychologue ou orthopédagogue clinicien·ne agréé·e à raison de maximum **8 séances**.

En résumé :







Mevrouw, meneer,

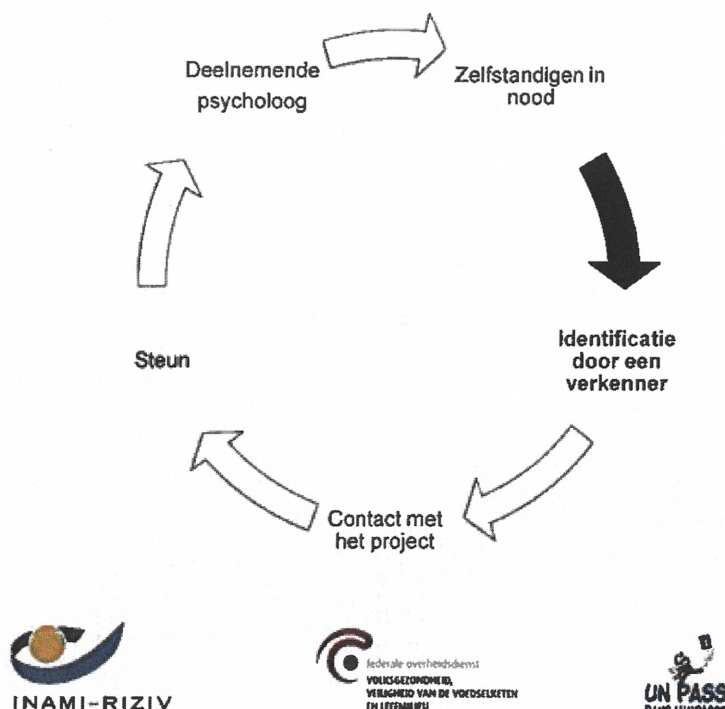
Als gevolg van de COVID-19 pandemie is de **geestelijke gezondheid** van de gehele bevolking ernstig aangetast.

Onder de mensen die een groot risico lopen op psychische problemen of zelfs op zelfmoord, vormen **zelfstandigen** een bijzonder gevoelige groep.

In antwoord op deze vaststelling hebben de minister van Middenstand, KMO en Landbouw, Institutionele Hervormingen en Democratische Vernieuwing en de vice-eerste minister en minister van Sociale Zaken en Volksgezondheid een bijkomend **aanbod voor psychologische begeleiding** van zelfstandigen in het leven geroepen, via een proefproject van één jaar dat door de VZW "Un pass dans l'impasse" wordt gecoördineerd.

Via een specifieke **gratis hulplijn** voor zelfstandigen in nood (**0800/300.25**) of via een **alarm** geactiveerd door een **verkenner** of rechtstreeks door een geconventioneerde klinisch psycholoog of orthopedagoog, zal de zelfstandige gedurende maximaal **8 sessies** geheel gratis psychologische hulp kunnen krijgen van een erkende klinisch psycholoog of orthopedagoog.

**Samengevat:**





### Devenir une sentinelle :

- *Pour qui ?*  
Pour toute personne **en contact avec un public d'indépendant·e·s**
- *Pourquoi ?*  
Dans l'objectif de **détecter** les indépendant·e·s en détresse afin de diminuer le risque de développer un trouble psychique et le risque de suicide
- *Comment ?*  
En déclenchant une **alerte** sur un formulaire en ligne (JotForm), la sentinelle va jouer un rôle de **relais** entre l'indépendant·e en détresse et une prise en charge psychologique adaptée à ses besoins et à sa localisation

### Modalités pratiques :

Participation à une **sensibilisation gratuite d'1/2 journée** par visioconférence permettant de :

- **Repérer** un indépendant·e en détresse ;
- **Déclencher** une alerte afin de mettre en action le dispositif ;
- **Se familiariser** à la détresse psychologique et s'outiller pour y faire face.

Ces sensibilisations peuvent être organisées par structure/service avec un nombre de **15 personnes maximum** par session.

Votre participation est essentielle pour faire de cette démarche innovante, une réussite. En effet, le dispositif repose sur la **contribution centrale et proactive du réseau des sentinelles** pour venir en aide aux indépendant·e·s fragilisé·e·s.

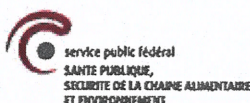
Si le projet vous intéresse, vous pouvez prendre contact avec l'ASBL « Un pass dans l'impasse » par téléphone au **081/777.870** ou par mail à [alert@un-pass.be](mailto:alert@un-pass.be)

Nous vous signalons aussi que l'Université de Liège et la KULeuven font également partie de ce projet. Chacune de ces deux Universités se sont proposées pour étudier différents aspects de notre dispositif de soutien pour les indépendants. Ces deux études porteront sur ces différentes thématiques :

- Indépendant
- La sentinelle et le psychologue
- Coûts et bénéfices

En tant qu'acteur de ce projet, vous pourriez être recontactés prochainement afin de participer à une enquête en ligne.

**Nous vous remercions de votre attention et espérons pouvoir vous compter très bientôt comme nouvelle sentinelle de notre Dispositif de soutien pour les indépendant·e·s en détresse !**





### Een verkenner worden:

- *Voor wie?*  
Voor iedereen die **contact heeft met een zelfstandig publiek**
- *Waarom?*  
Met als doel zelfstandigen in nood **op te sporen** om het risico op het ontwikkelen van een psychische stoornis en het risico op zelfmoord te verkleinen
- *Hoe doe je dat?*  
Door een **alarm** te activeren op een onlineformulier (JotForm), zal de verkenner als een **tussencontact** werken tussen de zelfstandige in nood en een psychologische zorg aangepast aan zijn behoeften en locatie.

### Praktische zaken :

Deelname aan een **gratis bewustmakingssessie van een halve dag** via videoconferentie die het volgende mogelijk maakt :

- **Het herkennen van een zelfstandige in nood ;**
- **Een alarm activeren om het project te beginnen ;**
- **Over psychologische nood te leren en hoe ermee om te gaan.**

Deze bewustmakingssessies kunnen per structuur/afdeling worden georganiseerd met een **maximum van 15 personen** per sessie.

Uw deelname is van essentieel belang om van deze vernieuwende aanpak een succes te maken. Het systeem berust immers op de **centrale en proactieve bijdrage van het netwerk van verkenners** om de kwetsbare zelfstandigen te helpen.

Als u belangstelling hebt voor het project, kunt u contact opnemen met de VZW "Un pass dans l'impasse", per telefoon op **081/777.870** of per e-mail op [alert@un-pass.be](mailto:alert@un-pass.be)

Wij vermelden ook u dat de Universiteit van Luik en de KULeuven ook deel uitmaken van dit project. Beide Universiteiten hebben zich voorgesteld om verschillende aspecten van ons steunsysteem van zelfstandigen in nood te bestuderen. Deze twee studies zullen deze verschillende thema's betreffen :

- De zelfstandige
- De Verkenner en de psycholoog
- De kosten en winsten

Als deelnemer aan dit project zoudt u mogelijk binnenkort gecontacteerd kunnen worden om aan een online-enquête deel te nemen.

**Wij danken u voor uw aandacht en hopen u spoedig te mogen rekenen tot een nieuwe verkenner van ons Steuninstrument voor Zelfstandigen in Nood!**

