

L'OFFRE DE CONSULTATION

SafeZone.ch propose des consultations en ligne professionnelles. Qu'il s'agisse de tests d'auto-évaluation pour s'orienter, de questions concrètes ou de demandes d'aide, il y a la possibilité de rester anonyme et de décider quelles informations révéler. Les services offerts par SafeZone.ch sont gratuits. Ils reposent sur une longue expérience et des informations faciles à comprendre. Des expert-e-s qualifié-e-s aident à trouver des solutions et à identifier les prochaines étapes.

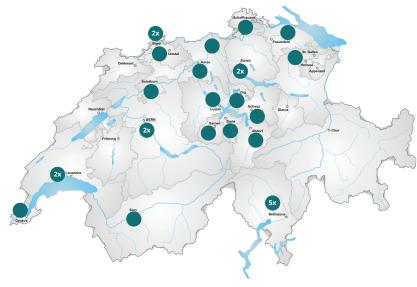


Les 6 piliers de l'assurance qualité

Formation continue en consultation en ligne

- 2 Intervision en ligne au moyen de chats de groupe
- Coaching par des conseillers/-ères en ligne expérimentés
- Concept d'urgence en cas de situation de crise
- Evaluation de l'atteinte des objectifs et de l'utilisation de l'offre
- Normes élevées de protection et de sécurité des données

Consultations assurées par des services spécialisés de toute la Suisse



Evaluation



Résultats de l'évaluation



SafeZone.ch complète l'offre d'aide dans le domaine des addictions

SafeZone.ch permet d'atteindre des groupes cibles qui n'ont jamais eu recours à une consultation

> L'assurance qualité garantit le caractère professionnel de l'aide en ligne dans le domaine des addictions

Consultation en ligne sur les addictions

SAFEZONE.CH EN CHIFFRES - 2020

L'offre de consultation de SafeZone.ch est utilisée six fois par jour en moyenne (env. trois nouvelles demandes et trois demandes de suivi par jour). L'auto-test a été complété environ 5 500 fois en 2020 ; les questions et réponses publiques ont été consultées 45 500 fois. En 2020, le nombre de consultations réalisées a augmenté de 50 % par rapport à 2019. Une augmentation en lien avec la crise du coronavirus : la situation des personnes souffrant déjà de problèmes d'addiction s'est probablement aggravée pendant le confinement (en particulier l'addiction à l'alcool, au cannabis, au tabac et aux jeux en ligne). D'autre part, les offres en ligne ont été davantage utilisées du fait de la restriction des contacts.

de demandes de femmes

0.2%

11.3%

d'hommes

de demandes

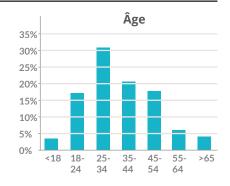
Consultations par mail: 681 personnes ont demandé

de l'aide par ce biais en 2019 (avec 1869 contacts). Environ 70% des personnes qui demandent des conseils décrivent des problèmes concrets, 13% recherchent des informations et 14% recherchent une aide ultérieure.

Autre 11.5% **Proches** Personnes 38.2% touchées par une 50.3% . addiction

Personnes cherchant de l'aide:

Les situations problématiques les plus courantes liées à un comportement addictif sont des problèmes émotionnels, des difficultés relationnelles et des problèmes de santé mentale.



2012

L'OFSP lance une étude de faisabilité; consultation des services spécialisés dans les addictions

Les services spécialisés sont prêts à participer, le projet pilote commence

2013

2014

SafeZone.ch est en ligne avec les offres de consultation en allemand et en italien Le projet pilote entre avec succès en fonctionnement régulier

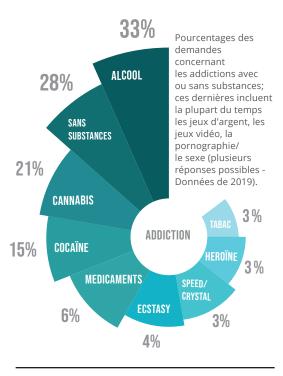
2016

2017

L'offre de consultation est aussi disponible en français

Relance de la plateforme SafeZone

2021



150 000 visites web

1600

inscriptions

personnes

qui ont eu recours à une consultation (mail ou chat)

expert-e-s

de différents domaines des addictions

services spécialisés

mettent à disposition leurs collaborateurs/-trices

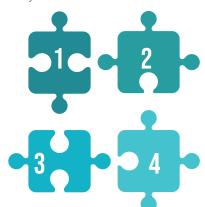
cantons

soutiennent la consultation en ligne

langues

disponibles pour la consultation en ligne

Avantages de SafeZone.ch et de la consultation en ligne: Les consultations sont gratuites et dispensées par des expert-e-s qualifiés. L'utilisateur/-trice choisit le lieu, l'horaire et la forme de consultation qui lui convient. Le partage avec des personnes vivant des situations similaires est également possible en tout



1. Effet désinhibiteur

L'anonymat et l'accès facilité à la consultation favorisent l'ouverture, le sentiment de protection et la disponibilité à aborder des questions délicates

2. Activation des ressources

L'autonomie dans l'organisation de la consultation favorise la disponibilité au changement

3. Effet de bilan

La rédaction de la demande permet de réduire la pression, de mettre de l'ordre dans ses pensées et ses émotions et favorise l'auto-réflexion

4. Efficacité du transfert

L'accessibilité en tout temps aux échanges de la consultation permet de les utiliser aussi à d'autres moments

Eichenberg / Kühne (2014)