

Aujourd'hui on parle de la distinction entre Entraide et Pair- Aidance

1. Qu'est-ce que la pair-aidance ?

La pair-aidance désigne un type d'entraide spécifique, où une personne ayant **vécu une expérience particulière** (souvent difficile, comme un trouble de santé mentale, une dépendance, un handicap...) **offre son soutien à une autre personne vivant une situation similaire**. La personne qui aide (le pair-aidant) met à profit son vécu pour **accompagner et encourager** l'autre dans son parcours.

Pourquoi en parler ?

De nombreux professionnels ne savent pas précisément à quoi correspond la pair-aidance et **comment elle peut être intégrée dans les établissements et services**.

Un critère clé du référentiel HAS

La pair-aidance est directement en lien avec le critère 1.8.5 du référentiel de la HAS, qui met en avant l'importance de l'accompagnement par les pairs dans les parcours de soin et de vie.

2. Qu'est-ce que l'entraide ?

! ATTENTION À NE PAS CONFONDRE ENTRAIDE ET PAIR-AIDANCE !

L'entraide fait référence à une situation où des individus s'apportent **mutuellement un soutien, une aide ou une assistance**. Elle peut se produire de manière informelle ou organisée, et elle n'exige pas nécessairement que les participants partagent la même expérience ou un même statut. **L'entraide repose sur un principe d'égalité et de solidarité, où chacun aide et reçoit de l'aide selon ses besoins et ses capacités.**

Différence clé :

La pair-aidance c'est la possibilité pour une personne accompagnée de **bénéficier du soutien** d'un tiers ayant vécu **une situation similaire et ayant acquis un savoir expérientiel**.

TANDIS QUE

L'entraide désigne un **échange réciproque de services ou de soutien entre individus**, basé sur la **solidarité et l'assistance spontanée**, sans nécessairement impliquer une expertise ou un vécu commun.

3. **Pour aller plus loin...**

La HAS propose une **note de cadrage détaillée** sur le sujet, validée le 14/01/2025, avec des repères utiles pour les professionnels du secteur.

➡ https://autonomii.fr/wp-content/uploads/2026/03/HAS_1741788401.pdf

Est également à disposition un **document rédigé en FALC** de Stéphanie DEROUBAIX pour distinguer l'entraide et la pair-aidance.

➡ https://autonomii.fr/wp-content/uploads/2026/03/L_entraide_la_pair_aidance_1743453230.pdf