

NOTE D'ORIENTATION : IMPLICATIONS DES INCENDIES DE FORÊT SUR LA SANTÉ MENTALE ET LE SOUTIEN PSYCHOSOCIAL

Juillet 2026

RÉDIGÉ PAR : Shona Whitton, conseillère en santé mentale et soutien psychosocial (SMSPS), et Augustin Lambert, stagiaire en SMSPS dans les situations d'urgence.

Ce document présente une vue d'ensemble des conséquences psychosociales des feux de forêt et expose les principaux éléments à prendre en compte pour la mise en place de programmes SMSPS.

Cette note d'orientation s'adresse aux entités du Mouvement de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge susceptibles d'intervenir face à des feux de forêt dans leur pays ou leur région. Elle comprend des conseils sur :

- Les réactions et comportements courants lors des feux de forêt
- L'intégration des considérations relatives à la SMSPS dans les interventions en cas de catastrophe
- Les liens vers les ressources pertinentes existantes

FAITS CONCERNANT LES INCENDIES DE FORÊT

Les feux de forêt représentaient 3 % de l'ensemble des catastrophes, avec 238 incidents recensés entre 2000 et 2019 (UNDRR, 2020). Dans les années à venir, ce pourcentage devrait augmenter, avec des événements plus fréquents et plus intenses en raison du changement climatique. Les conséquences directes des feux de forêt sur la santé mentale et le bien-être sont importantes et durables. Les décès et les blessures liés aux incendies, qu'ils soient dus à l'inhalation de fumée ou à des brûlures, peuvent être traumatisants pour les personnes touchées ou qui ont été témoins de ces décès ou blessures.

Lors de catastrophes, notamment les feux de forêt, il est fréquent d'avoir des difficultés à accéder à des informations précises et pertinentes. La désinformation et les fausses informations, en particulier sur les réseaux sociaux, ainsi qu'un excès ou un manque d'informations précises et pertinentes, peuvent amplifier la peur et la détresse et compliquer la prise de décision. Il est important que les bénévoles et le personnel disposent d'informations claires, pertinentes et précises sur le danger et les mesures locales mises en place. Les bénévoles et le personnel doivent recevoir régulièrement des informations actualisées et fondées sur des faits, qu'ils pourront partager avec les personnes qu'ils accompagnent dans le cadre de leur travail.

RÉACTIONS ET COMPORTEMENTS COURANTS APRÈS DES INCENDIES DE FORÊT

(Conseils adaptés de la Croix-Rouge australienne)

Il est normal que les personnes expriment des sentiments marqués de peur et de détresse, qui influenceront leurs réactions et leur comportement avant, pendant et après les feux de forêt. Cela peut



constituer une réaction utile, car elle les alerte sur les changements qu'elles devront peut-être apporter à leur comportement pour se protéger et protéger leurs proches. Cependant, les effets des feux de forêt sur la santé mentale et le bien-être psychosocial peuvent également être graves et durables (Bryant, et al. 2017).

Parmi les réactions courantes pendant et après les situations d'urgence, on peut citer :

- La crainte pour sa propre sécurité et celle des autres (y compris les animaux de compagnie)
- La peur et l'incertitude quant à l'avenir
- Détresse et tristesse liées aux pertes personnelles, notamment la perte de son logement et de ses biens
- La crainte d'être déplacé et de perdre son environnement familial
- Une détresse liée à la perturbation de la routine quotidienne associée à la perte de lieux familiers.
- Un sentiment d'engourdissement et d'impuissance dû au manque de contrôle
- Revivre les moments effrayants précédant la catastrophe ou pendant l'évacuation
- Sentiments de chagrin liés à la perte de lieux familiers, de souvenirs, etc.
- Sentiments d'inquiétude, de dépassement ou d'anxiété face à l'avenir, notamment concernant la perte de moyens de subsistance et de revenus

Parmi les réactions spécifiques observées après des feux de forêt, on peut citer :

- La crainte que les feux de forêt ne se propagent pas ou que de nouveaux incendies ne se déclarent pas
- Les éléments rappelant les feux de forêt, notamment la fumée, l'odeur de brûlé, les paysages ou bâtiments calcinés, ainsi que les conditions météorologiques associées au risque d'incendie, peuvent accroître la détresse et les sentiments d'anxiété
- Des sentiments d'anxiété et d'hypervigilance liés à des évacuations répétées ou potentielles

Les effets physiques et cognitifs courants, ainsi que les comportements, comprennent :

- Augmentation des sautes d'humeur, accompagnées d'irritabilité et de crises de colère
- Modifications du sommeil et de l'appétit
- Manque d'intérêt pour les activités quotidiennes
- Problèmes de santé physique accrus



- Difficultés de concentration ou de mémoire
- Problèmes cognitifs affectant la vie quotidienne et le bien-être
- Augmentation des cancers du poumon et du cœur chez les personnes âgées

Parmi les comportements spécifiques observés après les feux de forêt, on peut citer :

- Retrait social ou évitement de tout ce qui rappelle l'incendie
- Un état d'hypervigilance face à la fumée et aux signes de danger associés à l'incendie
- Comportements d'évitement vis-à-vis des lieux ou des informations rappelant l'incendie

INTÉGRATION DES CONSIDÉRATIONS RELATIVES À LA SANTÉ SMSPS DANS LES INTERVENTIONS EN CAS DE CATASTROPHE

Dans la mesure du possible, les activités liées à la SMSPS doivent être intégrées aux interventions en cas de catastrophe. Ces activités varieront en fonction du contexte local, du type de situation d'urgence et des répercussions de la catastrophe. Des évaluations et suivis continus permettront de déterminer quelles activités SMSPS sont les plus appropriées à un moment donné. Vous trouverez ci-dessous quelques mesures minimales recommandées pour l'intégration des aspects SMSPS dans les interventions en cas de catastrophe.

Mesures minimales à l'intention des équipes d'intervention en cas de catastrophe ou d'urgence :

- Diffuser des messages clés de psychoéducation sur les réactions courantes liées à la santé mentale et au bien-être pendant et après les feux de forêt, leur durée, ainsi que le moment et le lieu où solliciter une aide supplémentaire.
- Veillez à ce que les intervenants de première ligne soient informés des messages de sensibilisation adaptés à la catastrophe afin qu'ils puissent fournir des informations correctes à la population. Cela peut contribuer à apaiser les esprits, à renforcer le sentiment de sécurité et la confiance envers les équipes d'intervention, et à en r l'efficacité.
- Préparer des filières d'orientation lors de l'évacuation des personnes souffrant de troubles mentaux et des personnes en situation de handicap physique.
- Former les intervenants de première ligne et les responsables communautaires aux compétences de base en matière de soutien psychosocial, notamment à la gestion des comportements difficiles et agressifs.
- Intégrer des questions d'évaluation SMSPS aux évaluations en cours, en veillant à adopter une communication adaptée à l'âge, conformément aux normes de protection des enfants et des personnes âgées.



Mesures minimales pour les équipes SMSPS :

- Plaider en faveur de l'intégration des activités liées à la SMSPS et de l'accès aux soins pour les personnes souffrant de troubles mentaux.
- Aider les équipes d'intervention d'urgence à intégrer des messages clés sur les répercussions des catastrophes sur la santé mentale et le bien-être.
- Aider les équipes d'intervention d'urgence à intégrer des questions d'évaluation relatives à la SMSPS dans leurs évaluations courantes.
- Aider les équipes d'intervention d'urgence à analyser les résultats des évaluations et à planifier les activités SMSPS, selon les besoins.
- Aider les équipes d'intervention d'urgence à élaborer, adapter et diffuser des supports d'information, d'éducation et de communication clairs, pertinents et précis, portant à la fois sur la santé physique et mentale.
- En collaboration avec votre service des ressources humaines, assurez-vous que les mesures de soutien destinées au personnel et aux bénévoles sont bien mises en œuvre ; si ce n'est pas le cas, plaidez auprès de votre service des ressources humaines pour qu'il mette en place un dispositif de soutien, y compris le soutien par les pairs.
- Dispenser une formation de base aux premiers secours psychologiques et à la communication bienveillante à l'intention des bénévoles, des professionnels de santé et des intervenants communautaires.
- Mettre à jour la cartographie des orientations et les parcours d'orientation.
- Aider à gérer les réactions complexes et graves.

CONSIDÉRATIONS RELATIVES À LA COMMUNICATION

Il est extrêmement important de communiquer de manière claire et bienveillante lorsque vous rendez visite et discutez avec des personnes touchées par les feux de forêt. Le personnel et les bénévoles doivent être bien informés sur la catastrophe afin d'être en confiance quant aux messages qu'ils transmettent, et ils doivent être formés aux premiers secours psychologiques, à la communication bienveillante et à l'écoute active.

Chaque crise est une expérience personnelle, et les réactions varient en fonction des expériences passées; ce qu'une personne touchée exprime peut donc différer de ce qu'elle ressent réellement.



Lors de vos interactions, tenez compte des besoins de chaque personne et de chaque groupe, notamment :

- L'âge, car les enfants ont besoin que les choses leur soient expliquées dans un langage plus simple ;
- Le genre : par exemple, les femmes peuvent préférer parler à des femmes et les hommes à des hommes.
- La culture, par exemple, qui influence la manière dont les personnes abordent les questions de santé mentale et de bien-être, leur comportement, ainsi que la façon dont elles choisissent d'accéder aux prestataires de services et d'interagir avec eux
- La religion, par exemple lorsque les personnes ont besoin de prier ou en ce qui concerne ce qu'elles peuvent manger ;
- Les besoins et les capacités, qui peuvent influencer sur le lieu et la manière dont l'aide peut être obtenue.

Veiller à ce que ces considérations soient prises en compte dans le processus d'évacuation afin de sensibiliser les équipes d'intervention en cas de catastrophe.

Expressions psychosociales clés traduisant l'intérêt et l'empathie :

- Je comprends vos inquiétudes...
- Tu as le droit d'être (triste, en colère)...
- Je comprends ce que vous dites...
- Je comprends que vous soyez inquiet...
- Dans cette situation, votre réaction est tout à fait compréhensible...
- Peut-être pourrions-nous discuter des solutions possibles...
- Ce que nous pouvons vous proposer, c'est...
- Je m'inquiète pour vous...
- Avec votre accord, nous aimerions...

Expressions à éviter :

- Tout ira bien...
- Le plus important, c'est que tu sois en vie...
- Évitez le mot « victime » ; préférez « survivant »
- Utiliser le mot « traumatisé » ; préférez « personne affectée » ou « personne à risque »



COORDINATION DES ACTIONS ET ÉVALUATION EN MATIÈRE DE SMSPS

La mise en œuvre efficace des programmes de SMSPS nécessite une coordination étroite entre tous les volets de l'intervention d'urgence. Il est recommandé aux équipes SMSPS de veiller à se coordonner avec les parties prenantes au sein de leur Société nationale ainsi qu'avec les partenaires externes. Lors des interventions en cas de catastrophe, il est important de collaborer avec les équipes de communication afin que les messages destinés au public intègrent les considérations relatives à la santé mentale et au soutien psychologique. En ce qui concerne l'évaluation des besoins en matière de SMSPS, il est essentiel d'évaluer ces besoins afin d'orienter la planification des activités potentielles dans ce domaine. Il convient de se coordonner avec les équipes d'intervention en cas de catastrophe pour intégrer des questions relatives à la santé mentale et au soutien psychosocial dans l'évaluation générale et, si possible, de rejoindre les équipes d'évaluation ou de mener une évaluation approfondie dans ce domaine. Cette collaboration peut s'étendre à d'autres départements au sein de la Société nationale, aux Sociétés nationales partenaires, à la FICR, au CICR et à des parties prenantes externes.

Voici quelques suggestions de questions d'évaluation pouvant être utilisées pour déterminer les besoins et les capacités en matière de SMSPS.

For Pour une évaluation rapide (généralement sur dossier) :

- Dans quelle mesure les conséquences de la catastrophe ont-elles affecté la capacité des communautés à faire face à la situation après (compte tenu du contexte antérieur à la catastrophe) ?
 - Quels sont les facteurs de stress et/ou les événements traumatisants antérieurs ou existants ?
 - Existence de la pauvreté, des conflits, des risques climatiques, des inégalités et de la discrimination, etc.
 - Niveau d'autonomie des communautés.
- Existe-t-il des ressources suffisantes et adaptées en matière de SMSPS pour répondre à la demande d'aide « » dans ce domaine ?
 - Des interventions en matière de SMSPS sont-elles mises en œuvre ou prévues en nombre suffisant (par n'importe quel acteur, au niveau local, national ou international) ?
 - Le service national concerné dispose-t-il des capacités nécessaires ?

Pour une première évaluation :

- Quelle est la gravité de l'impact de la catastrophe sur la santé mentale des personnes et leur capacité à faire face ?
 - Depuis l'événement, quels changements avez-vous remarqués chez vous-même et chez les autres ?
 - Connaissez-vous quelqu'un qui souffre ou risque de souffrir de troubles de santé mentale ou de difficultés psychosociales, et savez-vous comment réagir ?
 - Au sein de la communauté, comment la santé mentale est-elle perçue, les gens se soutiennent-ils mutuellement (comment ?) et quelles sont les ressources disponibles ?



RÉFÉRENCES

- [UNDRR, 2020. The human cost of disasters: an overview of the last 20 years \(2000-2019\)](#)
- [Bryant et al. \(2017\) Longitudinal study of changing psychological outcomes following the Victorian Black Saturday bushfires. Australian & New Zealand Journal of Psychiatry. vol 52\(6\)](#)
- [Australian Red Cross, 2022, Recovery basics: looking after yourself during and after disasters](#)
- [Australian Red Cross, 2022, Recovery basics: the impact of disasters on communities and individuals](#)
- [Australian Red Cross, 2022. Recovery basics: working in recovery](#)

MATÉRIELS DE SUPPORT

Prendre soin du personnel et des volontaires

- [Prendre soin du personnel et des volontaires \(video\), IFRC Psychosocial Centre](#)
- [Prendre soin des volontaires: Outils de soutien psychosocial, IFRC Psychosocial Centre](#)
- [Guidelines for Caring for Staff and Volunteers in Crises \(Anglais\), IFRC](#)

Psychosocial Centre Integration SMPS

- [An engagement tool for introducing MHPSS \(Anglais\), Working Group 1 of the MHPSS Roadmap](#)
- [Key messages to support the integration of MHPSS across 4 specific sectors \(Anglais\), Working Group 1 of the MHPSS Roadmap](#)

Soutien psychosocial de base et Premiers Secours Psychologiques

- [Mapping of basic psychosocial support courses \(Anglais\), Working Group 1 of the MHPSS Roadmap](#)
- [Brève introduction aux premiers secours psychologiques, IFRC Psychosocial Centre](#)

Aide aux sinistrés

- [Recovery Basics - During and After Disaster, Australian Red Cross](#)
- [Preparing to return home following a bushfire evacuation, Australian Red Cross](#)

La communication avec les communautés après une situation d'urgence

- [Communication in Recovery, Australian Red Cross](#)

Évaluation de la santé mentale et du bien-être SMSPS

- [Rapid Assessment for Psychosocial Support and Violence Prevention, International Federation of Red Cross and Canadian Red Cross](#)
- [Lessons learnt: MHPSS Assessments, Working Group 4 of the MHPSS Roadmap](#)
- [Assessment Monitoring Tools and Preparedness Plan for MHPSS, Working Group 1 of the MHPSS Roadmap](#)
- [Questions d'évaluation préliminaire et rapide pour la SMSPS, Working Group 1 of the MHPSS Roadmap](#)
- [Webinaire : Évaluations en matière de santé mentale et de soutien psychosocial \(SMSPS\)](#)
- [Boîte à outils de l'évaluation multisectorielle en santé mentale et soutien psychosocial, IASC MHPSS Reference Group](#)

