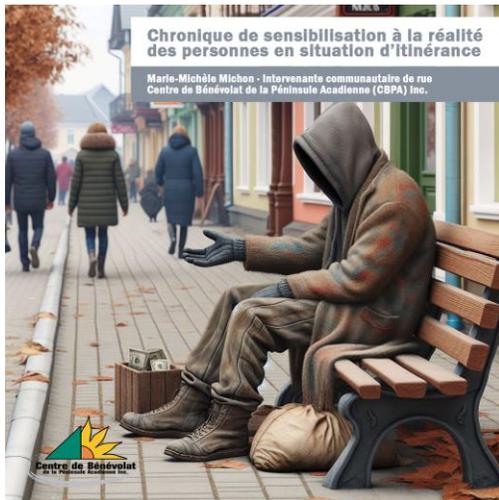


## Comment aider une personne en situation d'itinérance durant l'été



L'itinérance ne prend pas de vacances. L'été vient aussi avec son lot de défis pour les personnes en situation d'itinérance : chaleur accablante, déshydratation, manque d'eau potable, coups de soleil et épuisement. Ces personnes doivent souvent marcher de longues distances sans accès à des points d'eau ou à un endroit ombragé pour se reposer.

La communauté fait preuve d'une grande générosité pendant l'hiver, mais il est tout aussi important de rester solidaire durant l'été. Chacun de nous peut poser de petits gestes qui font une grande différence : offrir une bouteille d'eau, un chapeau, une gourde réutilisable, de la crème solaire, des collations non périssables ou même du matériel de camping. Ce sont tous des besoins concrets en période estivale.

S'informer sur les ressources locales (refuges, centres de jour, douches publiques, banques alimentaires, services sociaux) permet aussi d'orienter une personne vers des services appropriés. Il n'est pas toujours nécessaire de dépenser pour aider.

Un geste simple mais essentiel est de reconnaître l'humanité de la personne devant soi. Un regard bienveillant, un sourire, un bonjour, une petite conversation respectueuse : ce sont des gestes gratuits qui peuvent briser l'isolement et redonner un peu d'espoir.

Si vous êtes témoin d'une situation inquiétante — comme un coup de chaleur ou une personne en détresse — il est parfaitement légitime d'appeler les secours. Être attentif, c'est déjà poser une action concrète.

Enfin, pour ceux qui préfèrent aider de manière indirecte, il est toujours possible de soutenir les organismes qui accompagnent ces personnes : en faisant un don, en devenant bénévole ou simplement en partageant de l'information sur les ressources disponibles.

Chaque geste compte. Vous n'avez pas besoin d'être un intervenant pour faire une différence. En tant que citoyen, vous pouvez contribuer à bâtir une communauté plus solidaire, respectueuse et inclusive.