Plan stratégique pour la promotion de la santé et la prévention auprès des enfants et des jeunes

Actions prioritaires 2026-2030

Synthèse

La promotion de la santé et la prévention auprès des enfants et des jeunes (PSPEJ) regroupent l'ensemble des actions visant à soutenir le développement harmonieux, le bien-être et la santé globale des enfants et des jeunes, dès la période périnatale jusqu'au début de la vie adulte, soit de -9 mois jusqu'à 25 ans.

Afin de garantir aux jeunes générations et à leurs familles une offre cohérente et harmonisée dans la continuité, de la période prénatale à l'âge adulte, dans tous les lieux de vie des enfants et des jeunes, au niveau communal, régional et cantonal, le Conseil d'Etat vaudois s'est doté d'une stratégie globale pour la période 2026-2030. Ce dispositif bénéficie d'un pilotage politique renforcé assuré conjointement par le Département de la jeunesse, de l'environnement et de la sécurité (DJES), le Département de l'enseignement et de la formation professionnelle (DEF) et le Département de la santé et de l'action sociale (DSAS).

Ce document présente une synthèse du plan stratégique cantonal en matière de promotion de la santé et de prévention auprès des enfants et des jeunes. Il fixe les axes prioritaires, et les objectifs à atteindre pour la période 2026-2030 afin de garantir une action cohérente, coordonnée et durable au service du bien-être et de la santé des jeunes générations vaudoises.

À travers ce plan stratégique, le Conseil d'État souhaite permettre à tous les enfants et les jeunes de devenir les principaux artisans de leur santé, en leur offrant des outils adaptés ainsi que des environnements favorables au développement de compétences psychosociales afin qu'ils puissent faire face de manière efficace et appropriée aux situations du quotidien. Le renforcement de ces compétences contribue à leur bien-être physique, mental, affectif et social, et leur donne les ressources nécessaires pour relever les défis de la vie avec confiance et autonomie.

Ce plan s'appuie sur plusieurs études[1] menées par le Canton et ses partenaires, qui montrent l'évolution des besoins des jeunes et des parents. Parmi elles figurent notamment les enquêtes sur les victimisations et la délinquance (Unisanté, 2022) et sur la santé et le bien-être des 11-15 ans en Suisse (HBSC, Addiction Suisse, 2023) ainsi que l'analyse des besoins des enfants, des jeunes et des parents 2025. Cette dernière étude, réalisée en 2025 auprès de 6 000 personnes par la Commission de coordination de la politique de l'enfance et de la jeunesse, met notamment en évidence l'impact des crises climatiques, sanitaires et géopolitiques sur les conditions de vie et les préoccupations des familles. Les enjeux prioritaires identifiés concernent les violences entre pairs, le suicide, la santé mentale ainsi que les risques liés aux écrans et aux réseaux sociaux. L'enquête relève également une baisse de confiance des jeunes dans l'avenir et souligne que la gestion des écrans est devenue un défi majeur pour les parents comme pour les adolescent·e·s.

La politique de promotion de la santé et de prévention auprès des enfants et des jeunes se déploie déjà via de multiples actions et programmes qui font partie intégrante de la présente stratégie. Ils peuvent être résumés ainsi : soutien à la parentalité et à l'encouragement précoce ; santé mentale et bien-être ; promotion de la santé physique et environnementale ; climat scolaire, cohésion sociale et vivre ensemble ; citoyenneté ; environnement social et vulnérabilités ; santé sexuelle ; prévention des violences, du harcèlement et des discriminations ; prévention des conduites addictives ; vaccination et maladies transmissibles. Les quatre axes prioritaires suivants s'inscrivent dans ce dispositif.

Priorités d'action pour les années 2026 à 2030

Le Conseil d'État a choisi de mettre un accent particulier sur quatre axes pour les années 2026 à 2030. Le cinquième axe relève de l'organisation et du pilotage.

---

[1] Analyse des besoins des enfants, des jeunes et des parents 2025, Commission de coordination de la Politique de l'enfance et de la jeunesse, Canton de Vaud
Victimisation et délinquance chez les jeunes du canton de Vaud en 2022 : phénomènes de harcèlement-intimidation entre élèves et de harcèlement sexuel. Lausanne, Unisanté
Violences et comportements abusifs au sein des jeunes couples dans le canton de Vaud en 2022. Lausanne, Unisanté
Santé et bien-être des 11 à 15 ans en Suisse – Situation en 2022, évolution dans le temps et corrélats – Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), Lausanne : Addiction Suisse

Axe 1 : Soutien à la parentalité

Ambition

Garantir à chaque enfant les conditions d'un développement harmonieux sur le plan moteur, linguistique, social, cognitif, psychique et affectif, de la grossesse à l'entrée à l'école, en renforçant les compétences parentales et en promouvant des comportements de santé durables, en particulier auprès des populations en situation de vulnérabilité ou à besoins particuliers.

Objectif 1 : Renforcer les compétences parentales à chaque étape du développement de l'enfant

Accompagner les parents dans leur rôle éducatif et affectif est essentiel pour favoriser un développement sain et équilibré des enfants et leur épanouissement physique, cognitif, émotionnel et social. La mobilisation coordonnée des professionnel·le·s de santé, des structures d'accueil, ainsi que des secteurs du social et de l'éducation est essentielle. En favorisant des habitudes de vie favorables à la santé – une alimentation équilibrée, une activité physique régulière, une gestion raisonnée des écrans et un soutien au bien-être mental – , l'objectif est de prévenir des pathologies chroniques et de réduire les inégalités sociales et de santé.

Objectif 2 : Favoriser un accès équitable à une socialisation précoce et à des environnements propices à un développement harmonieux de l'enfant

Dès les premières années de vie, il est essentiel que chaque enfant puisse bénéficier d'opportunités de socialisation favorisant le développement de ses compétences sociales et comportementales. En participant à des activités collectives, en fréquentant des structures d'accueil ou des espaces éducatifs ou de socialisation, les enfants apprennent à interagir, à gérer leurs émotions, à coopérer et à résoudre les conflits, tout en développant confiance en soi et empathie. L'accès à ces environnements stimulants et bienveillants favorise également un développement cognitif équilibré. Les enfants y expérimentent et apprennent à leur rythme, ce qui stimule leur curiosité et leurs capacités d'apprentissage, tout en posant les bases de la réussite scolaire. Une communication adaptée de la part des actrices et acteurs du terrain auprès des familles encourage l'accès à ces espaces dès le plus jeune âge dans le but d'en assurer un accès équitable pour toutes et tous.

Mesures concrètes

Le Canton lancera à l'automne 2026 une nouvelle plateforme numérique d'information et d'accompagnement destinée aux parents d'enfants âgés de 0 à 4 ans. Conçue par l'association Ciao, elle permettra d'obtenir gratuitement des réponses de professionnel·le·s, d'échanger avec d'autres parents via un forum et d'accéder à un répertoire de ressources utiles.

Axe 2 : Écrans et réseaux sociaux

Ambition

Développer les compétences des jeunes en travaillant sur une culture numérique citoyenne. Favoriser les bonnes pratiques et un usage équilibré et responsable des écrans et des réseaux sociaux afin de préserver la santé mentale, le bien-être et les relations sociales des enfants et des jeunes.

Objectif 1 : Encourager un usage équilibré, réfléchi et responsable des écrans et renforcer l'esprit critique et l'éducation aux médias et au numérique

Il s'agit de promouvoir une utilisation responsable des écrans et des réseaux sociaux, en tenant compte des enjeux de développement et de bien-être. Les parents jouent un rôle clé pour encadrer et réguler ces usages. Un accès accompagné à des contenus de qualité et une gestion raisonnée du temps d'écran améliorent le sommeil, la concentration et l'autorégulation des enfants et des jeunes, tout en renforçant leur autonomie et leur esprit critique face aux informations.

Cette démarche réduit les risques liés aux usages numériques (données personnelles, contenus inappropriés, cyberharcèlement), encourage les interactions hors ligne et favorise un environnement numérique plus sûr et respectueux.

Objectif 2 : Créer un environnement numérique plus sécurisé et bienveillant pour les enfants et les jeunes

Cet objectif vise à réduire le cyberharcèlement, limiter l'exposition à des contenus inappropriés et prévenir les comportements à risque. Il valorise le développement de compétences numériques et propose un accompagnement adapté, et de la régulation pour protéger les enfants et les jeunes.

La prévention passe par la sensibilisation des adultes, en particulier des parents, afin de favoriser un usage raisonné du numérique. Leur implication est essentielle pour encadrer les usages et établir des repères clairs, propices à la diminution du harcèlement et des violences entre pairs.

La prévention par les pairs renforce l'autonomie des jeunes et la diffusion des messages de prévention. Elle réduit les effets négatifs des réseaux sociaux (angoisse, pression sociale, sentiment d'exclusion) tout en valorisant leurs aspects positifs.

Mesures concrètes

Depuis le début de l'année, le guide *Vivre avec les écrans*, d'Action Innocence, disponible en douze langues, est largement distribué dans les écoles, les communes, les structures d'accueil extrascolaire, les hôpitaux, les bibliothèques et les ludothèques. Cette démarche s'accompagne de nouveaux modules de formation destinés aux professionnel·le·s de l'accueil de jour afin de les sensibiliser aux enjeux liés à l'utilisation des écrans et des réseaux sociaux.

Axe 3 : Bien-être et santé mentale

Ambition

Créer un environnement propice à l'épanouissement de chacun·e en mettant l'accent sur le renforcement des compétences psychosociales (CPS), la sensibilisation positive, le lien social et l'accès aux ressources nécessaires tout au long de la vie.

Objectif 1 : Favoriser des climats de confiance, d'écoute et de soutien propices à l'expression des difficultés et à l'accès à l'aide

Favoriser des environnements de confiance et d'écoute permet aux enfants et aux jeunes d'exprimer leurs difficultés et de demander de l'aide sans crainte de jugement. Cela facilite le repérage précoce du mal-être et une prise en charge adaptée.

En brisant les tabous autour de la santé mentale et en normalisant l'expression des émotions, cet objectif réduit la stigmatisation et renforce l'estime de soi. Des espaces de parole sécurisés et la formation des adultes soutiennent cette dynamique. En mobilisant les ressources existantes et l'ensemble des acteurs (jeunes, familles et professionnel·le·s), le but est d'améliorer le bien-être psychologique, de diminuer l'anxiété et les troubles dépressifs, et de rendre les dispositifs de soutien plus accessibles et visibles.

Objectif 2 : Renforcer les compétences psycho-sociales des enfants et jeunes pour favoriser la résilience, la confiance en soi et la gestion des émotions et du stress

Les compétences psycho-sociales, telles que la gestion des émotions, du stress, la communication et la résolution de conflits, permettent de mieux faire face aux défis du quotidien et de s'adapter à des situations complexes. Développées dès le plus jeune âge, elles favorisent un développement plus serein et équilibré. Elles améliorent le bien-être psychologique et l'estime de soi, réduisent les symptômes anxieux ou dépressifs et préviennent certains comportements à risque, tout en limitant les situations de harcèlement et de violence entre pairs grâce à des relations plus respectueuses.

L'implication des adultes, parents et professionnel·le·s, est essentielle pour accompagner et transmettre ces compétences.

Objectif 3 : Renforcer les dispositifs de prévention du harcèlement-intimidation, du harcèlement sexuel et des violences, dans tous les milieux de vie

Prévenir le harcèlement-intimidation, le harcèlement sexuel et les violences dans tous les milieux de vie est essentiel au développement des enfants et des jeunes. Cela repose sur des dispositifs coordonnés, adaptés aux contextes (école, famille, loisirs, numérique), intégrant sensibilisation, repérage précoce et suivi des signalements. Ces actions impliquent les jeunes et les professionnel·le·s, dont la formation à la prévention des violences, notamment au cyberharcèlement, est indispensable pour renforcer la réactivité. Elles permettent de créer des environnements de confiance, sécurisés et respectueux. Elles contribuent également à réduire les violences entre pairs, à renforcer l'estime de soi, à diminuer l'anxiété et à favoriser le bien-être et la construction des jeunes dans un cadre protecteur.

Objectif 4 : Favoriser l'esprit critique sur les représentations et stéréotypes de genre, également en termes de rôle dans la société, et promouvoir l'égalité des genres

Thématiser et sensibiliser aux stéréotypes de genre dès le plus jeune âge favorise le bien-être, le respect mutuel et l'égalité entre les filles et les garçons. Cette sensibilisation développe l'esprit critique face aux représentations sociales et permet de construire une identité plus libre et respectueuse. Elle contribue à prévenir les discriminations,

le sexisme, le harcèlement sexuel et les violences, en promouvant des relations fondées sur l'écoute, l'empathie et l'équité. Elle renforce aussi l'estime de soi et favorise des environnements plus inclusifs et équilibrés.

L'implication de chacune et chacun dans la déconstruction des préjugés favorise l'émergence de comportements plus respectueux et contribue à réduire les inégalités liées au genre, notamment dans les choix de carrière. Elle permet de promouvoir une société dans laquelle les opportunités et les rôles ne sont plus déterminés par le genre, mais par les aspirations et les compétences de chacun·e.

Mesures concrètes

Le renforcement des actions en santé mentale, en particulier en matière de prévention du suicide, constitue une priorité. La formation des professionnel·le·s sera étoffée afin d'améliorer l'identification et l'accompagnement des jeunes en situation de vulnérabilité. Par ailleurs, des ateliers portant sur le bien-être et la santé mentale positive seront proposés aux jeunes ainsi qu'aux personnes responsables de l'encadrement des apprenti·e·s.

Axe 4 : Vie relationnelle, affective et sexuelle

Ambition

Promouvoir l'épanouissement des enfants et jeunes en développant des relations saines, respectueuses et égalitaires et permettre à chaque jeune d'avoir une vie intime épanouie et sûre.

Objectif 1 : Développer et renforcer une culture du consentement et du respect mutuel, inclusive et positive, à même de promouvoir des relations saines et respectueuses

Instaurer une culture du consentement et du respect mutuel constitue un socle essentiel pour construire des relations saines et épanouissantes entre enfants, adolescent·e·s et jeunes adultes. Faire du respect de soi et des autres une norme partagée dans toutes les interactions du quotidien - amicales, amoureuses ou sexuelles - favorise des environnements où chacun et chacune se sent écouté·e, reconnu·e et en sécurité, tant sur le plan émotionnel que physique. Cette démarche aide les jeunes à comprendre leurs droits et leurs limites, à affirmer leur volonté et à reconnaître les situations non consenties. Elle renforce la confiance en soi et favorise des relations fondées sur le dialogue, l'empathie et la réciprocité, tout en contribuant à prévenir les violences sexuelles et le harcèlement. Portée collectivement, en impliquant les jeunes et en assurant une continuité entre les différents lieux de vie (école, famille, espaces communautaires), elle permet d'ancrer durablement une culture du respect mutuel.

Objectif 2 : Prévenir les comportements violents et non respectueux entre pairs

Dès le plus jeune âge, il s'agit d'accompagner les enfants et les jeunes dans la compréhension des limites, du respect mutuel et de la bienveillance, afin de créer des environnements sécurisants où chacune et chacun peut s'exprimer et être reconnu·e. Cette approche renforce la capacité à identifier et à gérer les comportements inappropriés (insultes, exclusions, violences verbales, physiques ou sexuelles), tout en favorisant la confiance en soi et des relations saines et respectueuses fondées sur la protection mutuelle. La prévention des violences entre pairs dans tous les milieux de vie des enfants et des jeunes — école, espaces de loisirs, institutions – est essentielle.

Mesures concrètes

De nouvelles mesures sont mises en place pour promouvoir une vie relationnelle, affective et sexuelle respectueuse. Elles prévoient notamment le développement de l'offre d'éducation sexuelle au post-obligatoire pour les élèves de 1ère année dans les gymnases et écoles professionnelles, le renforcement de la prévention des violences dans les relations amoureuses chez les jeunes à travers le programme *As de cœur*, ainsi que la formation continue des professionnel·le·s concerné·e·s.

Axe 5 : Organisation et pilotage

Le cinquième axe a pour ambition de mettre en place une organisation du dispositif capable de garantir le déploiement, l'efficience et l'impact de la stratégie de promotion de la santé et de prévention auprès des enfants et des jeunes. Pour ce faire, il s'agira de préciser les rôles et responsabilités des professionnel·le·s qui agissent dans le champ de la famille, de la formation et d'autres milieux de vie des enfants et des jeunes, de disposer de structures de pilotage et de coordination transversales (efficience et économicité), et d'établir une entité d'évaluation des besoins en matière de santé des enfants et des jeunes, afin de prendre des décisions basées sur les faits et d'analyser leurs impacts.