

En partenariat avec



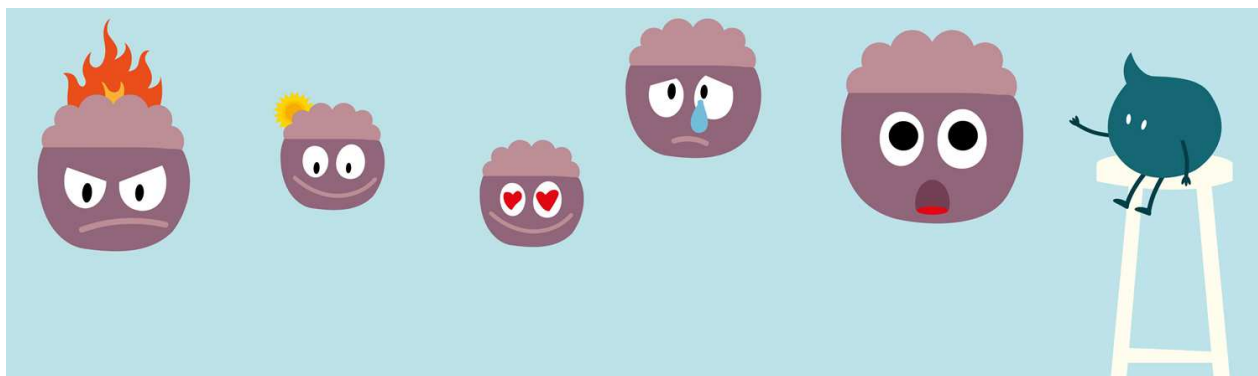
**Plateforme intercommunale sur le soutien aux activités de la jeunesse  
PICSAJ n° 8**

**Promotion de la santé psychique des jeunes  
Valoriser le rôle et les actions des communes  
Connaître les ressources à disposition**

*COMPTE RENDU DU 12 FEVRIER 2020*

A l'occasion de cette 8<sup>e</sup> édition des rencontres annuelles PICSAJ, organisée par le délégué cantonal à l'enfance et à la jeunesse (Service de protection de la jeunesse), en collaboration avec le service Jainunprojet.ch du Centre vaudois d'aide à la jeunesse, 40 participants issus des communes vaudoises ont pu échanger sur les possibilités concrètes de promotion de la santé psychique des jeunes au niveau communal, ainsi que sur les ressources à disposition pour le faire.

Cette édition a été organisée en partenariat avec *Santépsy* (campagne pour la promotion de la santé mentale dans les cantons latins, [www.santepsy.ch](http://www.santepsy.ch)) et la Direction générale la santé publique.



## Promotion de la santé psychique chez les jeunes: de quoi parle-t-on ?

Pour poser le cadre des échanges entre les participants, plusieurs experts ont présenté à tour de rôle un bref état de la situation actuelle et défini les principaux concepts.

### La santé psychique des jeunes : état des lieux

*Mme Alexia Fournier Fall, coordinatrice de la campagne SantéPsy, Commission de Prévention et de Promotion de la santé du Groupement des Services de Santé Publique.*

En s'appuyant sur différentes études, Mme Fournier Fall relève que globalement 80-90% des jeunes de plus de 11 ans mais aussi de plus 15 ans se disent satisfaits voire très satisfaits de leur vie et s'estiment en bonne santé.

Néanmoins, près de la moitié des jeunes sont souvent, voire très souvent, stressés. Les principales causes de stress sont liées à la performance scolaire et à l'avenir professionnel. De manière plus inquiétante, entre 10 et 20% des jeunes se sentent perturbés par des problèmes psychiques. S'il est relativement normal d'éprouver du stress dans son parcours de vie, il ne faut pas que cela soit trop fréquent ni trop intense. Il existe des facteurs de protection pour en atténuer le volume et l'impact :

- Les ressources personnelles: estime de soi positive, habileté pour gérer le stress et résoudre les problèmes, sentiment d'efficacité personnelle positif, aptitude à nouer des relations, réussite scolaire et implication dans une activité de loisirs de son choix
- Le soutien social: de la part des parents, des ami-e-s, des enseignant-e-s
- Des environnements favorables au sein de la famille, de l'école et de la communauté.

Ainsi, en complément de la famille, de l'école et de l'action de l'Etat, Mme Fournier Fall relève que la commune peut être un des acteurs importants de la promotion de la santé psychique des jeunes:

- En offrant des espaces où les jeunes peuvent tisser des liens sociaux
- En soutenant les familles, notamment les plus vulnérables
- En favorisant le vivre ensemble
- En offrant des lieux d'écoute pour les jeunes qui en ont besoin
- En soutenant les activités de loisirs adressées aux jeunes
- Par des mesures favorisant l'intégration des jeunes issus de la migration ou des jeunes plus vulnérables
- Par un soutien aux établissements scolaires qui œuvrent pour un climat scolaire positif
- En proposant/soutenant des activités qui permettent aux jeunes de développer une bonne estime de soi et les valorisent

### Principales préoccupations des jeunes en matière de santé

*Présentation dans la pièce jointe de Mme Marjory Winkler, directrice de Ciao.ch*

Ciao.ch est un site d'informations, d'aide et d'échanges pour les jeunes de 11 à 20 ans de Suisse romande. Ce service, anonyme et gratuit, vise la promotion de la santé et la prévention des comportements à risque. Il propose 5 services sur 12 thèmes (chiffres 2019) :

- Pages d'information : 500 articles / 3.2 mio de pages vues
- Questions réponses : 50 répondant-e-s spécialistes / 3970 questions répondues
- Forum : 1480 sujets lancés / 4180 réponses
- Outils interactifs : 20 quiz, autotests et jeux
- Adresses « près de chez toi » : 500 adresses

Mme Winkler relève que les préoccupations des adolescents sont assez stables dans le temps et tournent essentiellement autour des questions liées à la sexualité et aux relations interpersonnelles (amitiés et couple). Elle indique que les questions liées à l'estime de soi sont moins nombreuses mais une estime de soi positive constitue un facteur de protection (confiance en soi) très important face au risque de développement de problématiques de santé psychique (anxiété, troubles alimentaires, consommations abusives).

## Récentes évolutions des mesures socio-éducatives en milieu scolaire

M. Kim Carrasco, responsable de l'Unité de pilotage de la prévention au sein du Service de protection de la jeunesse présente brièvement le concept cantonal d'école à visée inclusive (concept 360) qui a pour ambition d'apporter des réponses à la prise en charge de la diversité des besoins des élèves, en complément et avec les parents, en particulier dans le domaine socio-éducatif. Il informe notamment des lignes directrices prévues pour le dispositif socio-éducatif avec la mise en place d'éducateurs sociaux rattachés à des institutions qui interviendront dans le milieu scolaire.

### Exemples de pratiques dans les communes

#### Appui de *minds* à la Ville d'Onex

*Présentation en pièce jointe de Mme Anne-Marie Trabichet, directrice de l'association minds.*

Active dans le canton de Genève depuis sa création en 2018, l'association *minds* a pour *mission la promotion* de la santé mentale. Partenaire de la campagne *Santépsy*, *minds* vise à renforcer les ressources individuelles et collectives en mobilisant les acteurs concernés, dont les communes. Mme Trabichet indique que l'appui apporté vise à créer le lien entre les messages de promotion de la santé psychique et les ressources existantes dans une commune.

Le soutien de *minds* porte sur :

- La conception des messages et supports (sélection des ressources et des messages, production et impression des supports)
- La diffusion par la commune sur le territoire et auprès des professionnels relais.

Pour illustrer concrètement cette démarche, Mme Trabichet présente le soutien apporté à la Ville d'Onex. Ce travail a permis de mettre en évidence les ressources onésiennes en matière de promotion de la santé psychique de la population : cours bien-être, activités seniors, activités parents-enfants, activités ados, lieu d'écoute, antenne sages-femmes, café communautaire, piscine municipale, parcours vita, restaurant social et activités d'entraide.

#### Moudon : des graffitis géants pour la prévention du harcèlement

*Présentation en pièce jointe de Mme Colline Gay-Crosier, et de M. Etienne Kaeslin, travailleurs sociaux de proximité de la commune de Moudon.*

Suite à une journée de prévention contre le harcèlement à l'Établissement secondaire de Moudon, Lucens et environs, une classe, avec l'appui d'un groupe de professionnels en milieu scolaire (enseignants) et extrascolaires (travailleur social de proximité, illustrateur), en collaboration notamment avec la gendarmerie, a lancé un projet de graffiti géant. Cette démarche a démarré par des ateliers participatifs qui ont permis de définir les messages de prévention et les contours artistiques et sécuritaires du projet.

Au final, les graffitis géants bien visibles dans l'espace public (sur la passerelle menant à l'établissement scolaire) ont permis de faire passer un message de prévention par des jeunes pour leurs pairs.

## Echanges d'idées entre communes

Sur la base des définitions, des statistiques et des exemples pratiques présentés dans la première partie, les participants sont invités à échanger sur leurs expériences autour de trois questions (les différentes réponses ont été synthétisées).

### 1. Quelles activités/mesures pour les enfants et les jeunes déjà soutenues ou mises en place par votre commune contribuent à la promotion de la santé psychique des jeunes ?

La discussion permet de relever que de nombreuses communes ont déjà mis en place des activités et mesures pour contribuer à la promotion de la santé psychique des jeunes, comme :

- des places de jeux ;
- des locaux de jeunesse ;
- des terrains de sport ;
- des activités sportives pour les 6-12 ans ;
- des terrains multisports ouverts 24/24 ;
- l'ouverture des salles de sport avec libre accès pour les jeunes (plusieurs fois par semaine) ;
- des cours parascolaires variés ;
- l'engagement d'un travailleur social de proximité pour plusieurs « petites » communes ;
- des animateurs, éducateurs, conseillers école-famille, permanences sociales ;
- un réseau collectif entre villes : deux infirmières indépendantes permettant de créer du lien et d'orienter les jeunes vers divers médecins et psychiatres ;
- des projets participatifs pour et avec des jeunes ;
- le label « commune en santé » qui permet de faire un inventaire précis des ressources à disposition et de cibler là où il y en a peu ;
- des après-midis « tricot » ou autres types d'activités favorisant les échanges intergénérationnels entre des personnes âgées et des jeunes ;
- les séances du conseil d'établissement auxquelles des jeunes peuvent être invités à participer pour identifier leurs besoins ;
- la mise en place d'un conseil des élèves qui se rencontre et échange régulièrement et fait des propositions pour améliorer la vie scolaire.

Toutefois, dans les faits, certaines communes n'ont pas les ressources pour soutenir ou contribuer à la promotion de la santé psychique des jeunes. Dès lors, elles renvoient auprès des communes environnantes qui ont mis en place des activités ou mesures dans ce domaine. Le travail au niveau régional est une option à ne pas négliger pour promouvoir la santé psychique des jeunes, en complément ou dans le cadre des mesures cantonales.

### 2. Quelles mesures complémentaires votre commune pourrait-elle mettre en place pour promouvoir la santé psychique des jeunes ?

La plupart des groupes de participants ont relevé l'idée de réaliser un inventaire des actions et ressources existantes au niveau d'une commune ou d'une région, dans le domaine de la promotion de la santé psychique des jeunes. En outre, il est ressorti que les espaces de dialogue entre jeunes et autorités contribuent à un environnement favorable pour la santé psychique des jeunes, par exemple via des démarches participatives où les jeunes sont associés, de même que des actions plus communautaires favorisant les relations intergénérationnelles.

Voici quelques autres exemples de mesures complémentaires que les communes pourraient mettre en place :

- créer un local pour les jeunes avec une animatrice/un animateur (p.ex. abri PC) ;
- mutualiser les ressources entre les communes et collaborer ;
- aller à la rencontre des jeunes ;
- accompagner les parents ;
- reconstruire des « rituels » ;
- créer des occasions de dialogues et de rencontres intergénérationnelles ;
- soutenir les camps de vacances qui permettent la prise d'autonomie progressive des enfants dans un cadre sécurisé ;
- faire intervenir les travailleurs sociaux de proximité et éducateurs sociaux sur le temps scolaire, afin de renforcer le lien avec les jeunes et l'orientation vers des institutions socio-sanitaires le cas échéant ;
- offrir un lieu d'échanges entre les jeunes, avec éventuellement l'appui d'un travailleur social de proximité ;
- label « Commune en santé » : permet de faire l'inventaire des ressources déjà existantes.

## Conclusion

De nombreuses communes sont déjà très actives dans le domaine de la promotion de la santé psychique des jeunes :

- de manière indirecte, en créant un environnement de vie favorable au développement de compétences (mise en place de démarches participatives, soutien aux groupes de jeunes et à leurs projets à but social, sportif et culturel, etc.) et de rencontres (en aménageant des espaces publics, des locaux avec un encadrement professionnel ou en gestion accompagnée)
- de manière directe, en organisant des actions de prévention universelle sur une problématique rencontrée par les jeunes dans le domaine de la santé et de l'estime de soi (dîner quizz, campagne d'affichage, etc.) ou en engageant un travailleur social pour soutenir et orienter les jeunes les plus vulnérables vers les structures socio-sanitaires.

## Possibilités de soutien des communes

- **Label « Commune en santé »** qui permet d'inventorier toutes les mesures de promotion de la santé existant sur un territoire communal et de se faire conseiller gratuitement pour agir davantage en faveur de la santé des habitants.

<https://www.labelcommunesante.ch>

- **Fonds de Promotion Santé Suisse** pour soutenir des projets, notamment dans le domaine de la promotion de la santé psychique des jeunes.

<https://promotionsante.ch> → Soutien de projets → Programmes d'action cantonaux

- **Aides financières** de la Politique cantonale de l'enfance et de la jeunesse

[www.vd.ch](http://www.vd.ch) → Population → Enfance, jeunesse et famille

- **Soutien méthodologique** gratuit de Jaiunprojet.ch (CVAJ) à la mise en place d'expériences participatives, d'analyse des besoins et de dîner quizz.

[www.jaiunprojet.ch](http://www.jaiunprojet.ch)

Renens, le 2 juin 2020