



FAIRE LE TOUR DE LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES EN PROMOTION DE LA SANTÉ... EN 180 MINUTES (OU PRESQUE)



**Promotion
Santé**
Bourgogne
Franche-Comté





Pour nous citer

Vassieux Laetitia. Faire le tour de la santé mentale des jeunes en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque).
Dijon : Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté, 2025, 60 p. (Dossier documentaire Service sanitaire). DOI : 10.5281/zenodo.19369668



L'instauration d'un service sanitaire pour tous les étudiants en santé (médecine, pharmacie, odontologie, maïeutique, soins infirmiers et masseur-kinésithérapeute) s'inscrit dans le cadre de la Stratégie nationale de santé dont le premier axe est de mettre en place une politique de prévention et de promotion de la santé. Il vise à former tous les futurs professionnels de santé aux enjeux de la prévention primaire par la participation à la réalisation d'actions concrètes de prévention auprès de publics identifiés comme prioritaires.

Ce dossier documentaire accompagne le dispositif du service sanitaire en Bourgogne-Franche-Comté. Il vient en complément au dossier documentaire "Faire le tour de la promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)".

Le dossier documentaire est structuré en 7 grands chapitres :

- **UN GLOSSAIRE** présentant des définitions sourcées de concepts entrant dans la problématique de la santé mentale, sous l'angle de la promotion de la santé. Les définitions sont parfois accompagnées d'illustrations.
- La seconde partie traite des **REPRÉSENTATIONS** de la santé mentale et de la STIGMATISATION visant les personnes.
- La troisième partie mentionne des **POLITIQUES ET/OU PROGRAMMES DE SANTÉ** nationaux.
- La quatrième partie concerne l'**ÉPIDÉMIOLOGIE** en matière de santé mentale en population générale et chez les jeunes.
- La cinquième partie porte sur les **DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE**. Des publications permettent d'illustrer en quoi certains facteurs qu'ils soient individuels, sociaux et économiques ou encore sociétaux agissent sur la santé mentale des jeunes.
- La sixième partie **AGIR EN SANTÉ MENTALE** propose des référentiels et guides d'aide à l'action, des stratégies d'intervention et des exemples d'actions, et des outils pédagogiques pour intervenir auprès de vos publics.
- Et enfin une liste de **RESSOURCES DE RÉFÉRENCE** complète ce document.

Les références bibliographiques sont présentées par ordre ante-chronologique ; les références d'outils pédagogiques le sont par type. Les pages internet citées ont été consultées pour la dernière fois le 4 septembre 2025.

Bonne lecture,

Laetitia Vassieux

Table des matières

COMMENT AVONS-NOUS SÉLECTIONNÉ LES RESSOURCES DOCUMENTAIRES ?.....	6
DE QUOI PARLONS-NOUS ? DÉFINITIONS	7
Autour de la santé mentale	8
Santé mentale.....	8
Bien-être	9
Stigmatisation	10
Discrimination.....	10
En méthodologie de projet	12
Action de santé.....	12
Outil pédagogique ou d'intervention.....	14
Posture professionnelle	14
Concepts clés et leviers d'intervention en promotion de la santé.....	15
Santé.....	15
Promotion de la santé	16
Éducation pour la santé.....	18
Prévention	19
Déterminants sociaux de la santé	20
Compétences psychosociales.....	22
Empowerment.....	24
Littératie en santé mentale	24
Participation.....	26
DÉPASSER NOS REPRÉSENTATIONS POUR LUTTER CONTRE LA STIGMATISATION	27
« IL N'Y A PAS DE SANTÉ SANS SANTÉ MENTALE » : PROGRAMMES ET POLITIQUES DE SANTÉ MENTALE.....	29
LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES	30
Les enfants	31
Les jeunes et les étudiants	32
LES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE	35
Des exemples pour comprendre.....	35
AGIR EN SANTÉ MENTALE	37
Les institutions et les acteurs de la santé mentale.....	37

Référentiels et guides pour agir en santé mentale	38
Stratégies d'intervention et exemples d'actions.....	44
Outils pédagogiques pour intervenir	48
DES RESSOURCES DE RÉFÉRENCES COMPLÉMENTAIRES	55
PROMOTION SANTÉ BFC ACCOMPAGNE LE SERVICE SANITAIRE.....	57
Une rubrique dédiée sur le site internet.....	57
Une collection de dossiers documentaires « faire le tour de la promotion de la santé ... en 180 minutes »	57

COMMENT AVONS-NOUS SÉLECTIONNÉ LES RESSOURCES DOCUMENTAIRES ?

Ce dossier documentaire ne prétend pas à l'exhaustivité, il vise à proposer les documents essentiels, et pour certains incontournables, pour mener à bien une action en promotion de la santé mentale.

Les sources interrogées sont principalement les bases de données bibliographiques et pédagogiques Bib-Bop (<https://www.bib-bop.org>), et les publications repérées par les documentalistes de Promotion Santé BFC et mentionnées dans le bulletin «la Veille du jour» (<https://x2i23.mjt.lu/wgt/x2i23/x4lx/form?c=a0e3aa60>).

La sélection des documents répond à des critères de :

- **DISPONIBILITÉ** : les documents sont disponibles au Centre de documentation de Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté ou en ligne, gratuitement
- **ACCESSIBILITÉ** : les documents sont écrits en français ; ils sont accessibles en ligne ou, pour les outils pédagogiques, dans les antennes départementales de Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté
- **FIABILITÉ** : les documents sont produits par des experts en promotion de la santé et/ou sur la thématique de la santé mentale
- **VALIDITÉ** : les documents retenus sont récents ou sont toujours d'actualité.



DE QUOI PARLONS-NOUS ? DÉFINITIONS

Cette première partie propose des définitions sourcées de concepts importants entrant dans la thématique de la **SANTÉ MENTALE** sous l'angle de la **PROMOTION DE LA SANTÉ**.

Les définitions sont quelquefois complétées par des ressources graphiques, et sont regroupées en trois catégories :

- La santé mentale
- La méthodologie de projet en promotion de la santé
- Les concepts et leviers en promotion de la santé

CONCEPTS AUTOUR DE LA SANTÉ MENTALE	CONCEPTS EN MÉTHODOLOGIE DE PROJET	CONCEPTS AUTOUR DE LA PROMOTION DE LA SANTÉ
<i>Santé mentale</i>	<i>Action de santé</i>	<i>Santé</i>
<i>Bien-être</i>	<i>Outil pédagogique</i>	<i>Promotion de la santé</i>
<i>Stigmatisation</i>	<i>Posture professionnelle</i>	<i>Education pour la santé</i>
<i>Discrimination</i>		<i>Prévention</i>
		<i>Déterminants sociaux de la santé</i>
		<i>Compétences psychosociales</i>
		<i>Empowerment</i>
		<i>Littératie en santé mentale</i>
		<i>Participation</i>

Les définitions ne suivent pas d'ordre particulier, si ce n'est une certaine logique de lecture.

D'autres définitions se trouvent sur le site du Réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé Bourgogne-Franche-Comté (Rrapps), dans la rubrique « Glossaire » (<https://www.rrapps-bfc.org/glossaire>).

●● Autour de la santé mentale

●●● SANTÉ MENTALE

« La santé mentale est définie comme un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. »

Plan d'action pour la santé mentale 2013-2020. Genève : Organisation mondiale de la santé, 2013, p. 42. En ligne : https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/89969/9789242506020_fre.pdf?sequence=1

« La santé mentale ne se résume pas à une absence de troubles psychologiques. Elle comprend le bien-être, l'optimisme, la satisfaction, la confiance en soi, ou encore la capacité relationnelle. Elle est influencée par une interaction complexe de nombreux facteurs tels que les relations sociales, les événements de la vie, des facteurs génétiques, le revenu, la formation, l'emploi, le logement, l'accès aux services, les violences, les discriminations, ou encore l'environnement dans lequel on vit. Un ensemble de facteurs déterminants qui sont donc internes et externes à la personne ! De plus ces déterminants interagissent et s'influencent entre eux ».

On peut les classer en 3 grandes catégories :



La santé mentale, c'est pas que dans la tête ! Les déterminants de la santé mentale [Page internet]. Genève : Minds Promotion de la santé mentale Genève, 2022. En ligne : <https://minds-ge.ch/la-sante-mentale-cest-pas-que-dans-la-tete/>

●●● BIEN-ÊTRE

« La Charte du Bien-être de l'Organisation mondiale de la santé, issue de la 10ème Conférence mondiale sur la promotion de la santé organisée à Genève les 13 et 15 décembre 2021, s'appuie sur l'héritage de la Charte d'Ottawa et des précédentes conférences mondiales sur la promotion de la santé.

C'est à partir des sociétés du bien-être que tous les membres des générations actuelles et futures pourront s'épanouir sur une planète en bonne santé, quel que soit l'endroit où ils vivent. De telles sociétés appliquent des politiques audacieuses et des approches porteuses de changements qui sont étayées par :

- Une conception positive de la santé qui intègre le bien-être physique, mental, spirituel et social.
- Les principes de droits humains, de justice sociale et environnementale, de solidarité, d'équité entre les genres et entre les générations, et de paix.
- Un engagement à l'appui d'un développement durable sobre en carbone qui serait fondé sur la réciprocité et le respect entre les êtres humains et qui ferait la paix avec la Nature.
- De nouveaux indicateurs de réussite, en dehors du seul produit intérieur brut, qui tiennent compte du bien-être humain et planétaire et qui conduisent à de nouvelles priorités en matière de dépenses publiques.
- Une promotion de la santé centrée sur l'autonomisation, l'inclusion, l'équité et une participation significative.

[...] La mise en place de sociétés du bien-être nécessite une action coordonnée dans cinq domaines :

- Considérer, respecter et mettre en valeur la terre et ses écosystèmes
- Concevoir une économie équitable au service du développement humain à l'intérieur des frontières écologiques planétaires et locales
- Élaborer des politiques publiques saines pour le bien commun
- Faire en sorte que chacun bénéficie d'une couverture sanitaire universelle
- Aborder les répercussions de la transformation numérique

[...] Le bien-être est un choix politique. Il est le fruit des politiques, des institutions, des économies et des écosystèmes dans lesquels les gens vivent. Le bien-être passe obligatoirement par une démarche qui fait intervenir la société dans sa globalité et suppose une action à tous les niveaux et de l'ensemble des parties prenantes et des secteurs, depuis les communautés et les organisations jusqu'aux pouvoirs publics régionaux et nationaux. »

Charte de Genève pour le bien-être. Genève : OMS, 2021, 6 p.
En ligne : https://cdn.who.int/media/docs/default-source/health-promotion/aaff_health_is_everywhere_geneva_charter_well-being_fr.pdf?sfvrsn=f55dec7_21&download=true

●●● STIGMATISATION

« La stigmatisation liée à la santé est un processus social à travers lequel se construisent ou se renforcent des représentations sociales négatives à l'égard de certains groupes d'individus étiquetés sur la base de problèmes de santé jugés évitables ou sous leur contrôle.

Des comportements, des habitudes de vie, des conditions de vie ou d'autres caractéristiques personnelles se trouvent accolés à une évaluation morale renvoyant à de « bonnes » ou de « mauvaises » maladies, de « bons » ou de « mauvais » malades. Ces personnes sont considérées comme responsables et blâmées pour le risque à leur santé et, le cas échéant, pour le risque auquel elles exposent d'autres personnes. Les personnes visées voient leur identité altérée et, à l'extrême, réduite à ce problème de santé ou à cette caractéristique. Qu'elle soit effective, anticipée ou perçue, la stigmatisation jette l'opprobre sur les personnes et les groupes ; elle conduit à leur disqualification sociale ou l'exacerbe. Les conséquences de l'atteinte à l'identité et de la disqualification sociale sont variables sur le plan de la forme et de l'intensité. Elles peuvent, par exemple, affecter la personne dans sa propre représentation d'elle-même (perte d'estime de soi), la rendre plus vulnérable à des problèmes de santé, limiter son accès à des soins et services ou conduire à un traitement différent et injustifié (discrimination à l'emploi, au logement, etc.). »

Dimension éthique de la stigmatisation en santé publique : outil d'aide à la réflexion. Désy Michel, Filiatrault France. Québec : Institut national de santé publique du Québec, 2018, 42 p. En ligne : https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2344_dimension_ethique_stigmatisation_outil_aide_reflexion_2018.pdf

●●● DISCRIMINATION

« Nombre d'entre nous utilisons « inégalités » et « discriminations » comme synonymes, alors que le mot « discrimination » a un sens juridique plus précis. On peut parler d'inégalité quand une personne ou un groupe détient des ressources, exerce des pratiques ou a accès à des biens et services socialement hiérarchisés. Par exemple, habiter dans un logement spacieux ou dans un logement trop exigu est une inégalité.

Une discrimination est, quant à elle, une différence de traitement interdite par la loi selon un certain nombre de critères (par exemple, l'âge, le sexe, l'origine, l'état de santé, l'orientation sexuelle, les opinions politiques, etc.). Ces critères ont été précisés par la loi du 27 mai 2008. On n'en compte pas moins de 25 aujourd'hui. Certains peuvent se recouper, comme « l'appartenance à une prétendue race », « l'appartenance à une religion » ou « l'apparence physique ».

À ces discriminations « directes », on ajoute parfois la notion de « discriminations indirectes ». Ces dernières sont la conséquence de règles qui s'appliquent à tous de la même façon : elles ne sont donc pas illégales, mais elles discriminent dans la pratique. »

*Maurin Louis, Mémy Marie-Paule. Définir et mesurer les discriminations. Note de l'Observatoire 2022 ; 7 : p. 2
En ligne : https://www.inegalites.fr/IMG/pdf/mesurer_les_discriminations_note_n7_observatoire_des_inegalites.pdf*

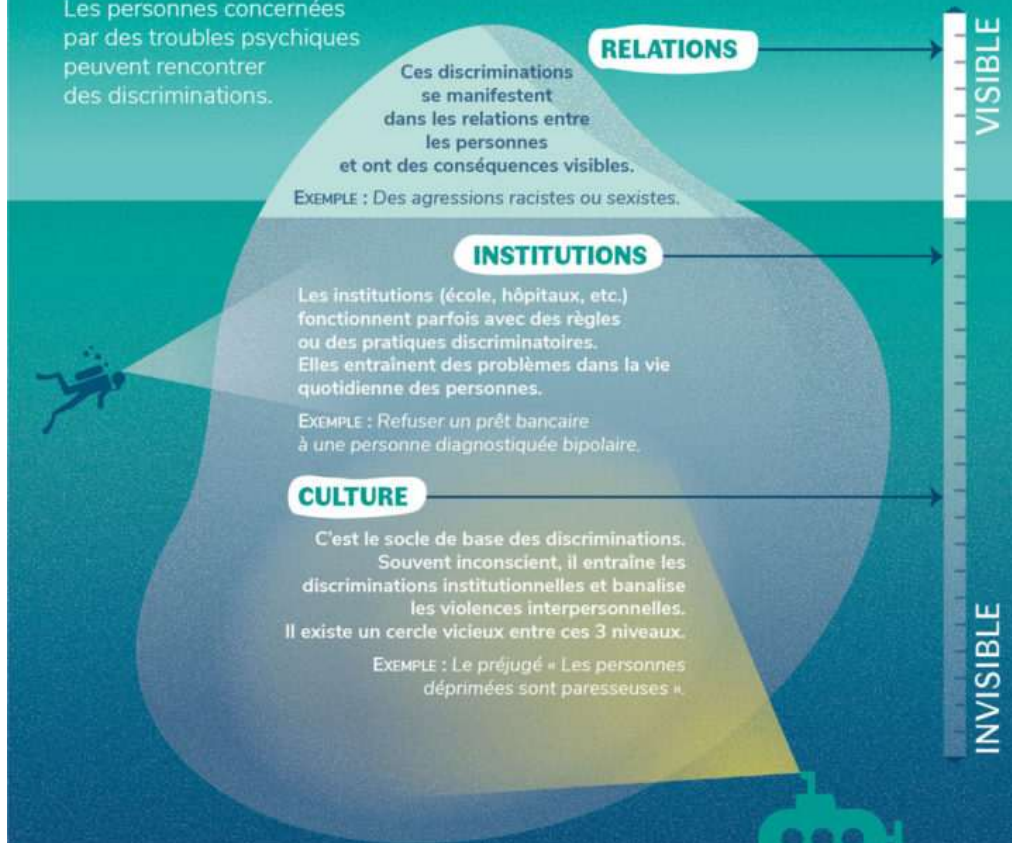


L'iceberg des discriminations

Santé mentale et discriminations

Les discriminations ont un impact sur la santé mentale des personnes qu'elles touchent.

Les personnes concernées par des troubles psychiques peuvent rencontrer des discriminations.



LA DISCRIMINATION, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Une discrimination est l'action de traiter de manière défavorable une personne, en fonction d'un critère (sexe, âge, handicap, origine, etc.) et dans une situation précise (accès à un emploi, un service, un logement, etc.).*

* En France, la loi reconnaît plus de 25 critères de discrimination. Défavoriser une personne en raison de ses origines, son sexe, son âge, son handicap, ses opinions... est interdit par la loi et les conventions internationales auxquelles adhère la France. www.defenseurdesdroits.fr

Infographie Psycom réalisée à l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) 2020

Inspiration : *Sea Change : Navigating Oppression*, The Icarus Project • Conception graphique : Etat d'Esprit-Stratis • Copyright : Psycom 2020

En savoir plus sur ses droits : www.defenseurdesdroits.fr

psycom



L'iceberg des discriminations. Psycom, 2020. En ligne : <https://www.psycom.org/comprendre/la-stigmatisation-et-les-discriminations/>

●● En méthodologie de projet

●●● ACTION DE SANTÉ

« Toute pratique visant le maintien, l'amélioration ou le recouvrement de la santé (éducation sanitaire, prévention des risques, soins de santé...) est fondée sur un choix de définition de la santé. Ce choix oriente la nature des pratiques, influence les méthodes et stratégies qu'elles emploient, ainsi que les publics qu'elles visent et les acteurs impliqués. Lorsque la santé est définie en termes biophysiques, elle s'évalue uniquement par des mesures objectives (ou objectivées) du même type, principalement en terme de normalité ou de risque, et exclut les aspects de bien-être, ou la capacité d'action. Dans ce cas, les objectifs des actions de santé sont aussi définis dans les mêmes termes, ainsi que leurs indicateurs d'effets et d'efficacité, et la santé y est surtout l'affaire des professionnels de santé et de soins.

Lorsque la santé est perçue à la fois comme un état et comme une dynamique, une « capacité à... », elle s'évalue aussi en termes de pouvoir de mobilisation, de capacité d'action et d'interaction avec autrui, de prise de conscience... Dans ce cas, l'action de santé ne se limite pas à la gestion ou l'apprentissage des risques de maladie ou d'accidents et des dangers, des comportements protecteurs ou préventifs. Elle s'étend à d'autres éléments comme les interactions sociales, le bien-être, le rôle et le pouvoir sur sa propre santé, la conscience des déterminants de santé, la réflexion sur la place et la priorité de la santé dans la vie... L'action de santé devient alors le rôle conjoint des professionnels de la santé et des éducateurs. »

Éducation pour la santé des jeunes : concepts, modèles, évolution. In : Arwidson Pierre, Bury Jacques, Choquet Marie. Éducation pour la santé des jeunes : démarches et méthodes. Paris : Inserm, 2001, pp. 16.

En ligne : https://medias.vie-publique.fr/data_storage_s3/rapport/pdf/054000288.pdf

« La programmation des actions de santé est une démarche qui cherche à résoudre les problèmes de santé publique définis comme prioritaires dans la phase de diagnostic de santé d'une population. C'est sur ce choix que se fonde le choix des stratégies, la définition des objectifs, le plan opérationnel des activités et l'évaluation pragmatique/professionnelle des résultats, du processus, des ressources, de la participation de la communauté, du partenariat et de l'équipe. »

Baumann M, Deschamps JP, Cao MM. La programmation des actions et des évaluations pragmatiques/professionnelles dans le cadre des actions humanitaires. Santé publique 1998 ; 10(1) : 71-86



Démarche projet⁵



Colard Manon, Masrouby Maurine, Millot Isabelle, et al. Le kit anti-couacs pour les pros : promotion de la santé et nutrition. Dijon : Ireps Bourgogne-Franche-Comté, ARS Bourgogne-Franche-Comté, 2020. Chapitre Agir en promotion de la santé : ce qu'il faut savoir avant de se lancer, n.p.

En ligne : <https://rapps->

bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2020/REFPRO_JUIN_2020_WEB.pdf

●●● OUTIL PÉDAGOGIQUE OU D'INTERVENTION

« Les outils d'intervention en éducation pour la santé sont des ressources à la disposition de l'intervenant, pour le travail sur des savoirs, savoir-faire et savoir-être dans le champ de la santé. L'utilisation de ces outils implique l'interaction entre l'intervenant et le destinataire et s'inscrit dans une logique de promotion de la santé. »

Lemonnier Fabienne, Bottéro Julie, Vincent Isabelle, Ferron Christine. Outils d'intervention en éducation pour la santé : critères de qualité. Saint-Denis : Inpes, 2005, p. 18.

« Il n'existe pas d'outil universel. Un outil pédagogique, c'est simplement un support associé à une démarche et élaboré dans le but d'aider ou d'accompagner "un" public à comprendre, à apprendre ou à travailler...C'est donc un outil au service de la pédagogie, c'est-à-dire - plus modestement - au service de ceux qui apprennent ou de ceux qui les aident à apprendre (formateurs, enseignants, tuteurs, parents, collègues...). Non, un outil, ça ne se diffuse pas auprès du public, mais ça s'utilise avec « un » public, car il y existe autant d'outils que de publics. De plus, il n'existe pas d'outil universel (qui n'a jamais utilisé un marteau à la place d'un maillet ?) et la panoplie du formateur (la fameuse "boîte à outils") ne peut se réduire à un seul outil pédagogique (le marteau sans les clous n'a pas grande efficacité !). »

Remettons les pendules à l'heure [Page internet]. Paris : Solidarité laïque, s.d. En ligne : <https://www.solidarite-laique.org/pro/documents-pedagogiques/quest-ce-quun-outil-pedagogique>

●●● POSTURE PROFESSIONNELLE

« On pourra définir la posture comme une manière d'être dans la relation à autrui, dans un contexte et à un moment donné. Les termes de posture et d'attitude sont parfois utilisés indifféremment. Notons tout de même que l'attitude indique plutôt ce que l'on en pense, notre état d'esprit vis-à-vis de certaines démarches éducatives. La posture, elle, intégrerait en plus la traduction de cette attitude en termes de comportement, de pratiques éducatives. »

Coste Alice. La posture éducative en éducation pour la santé : apports de la psychologie humaniste. Lyon : Ireps Auvergne-Rhône-Alpes ; 2019, 6 p. En ligne : <https://ireps-ara.org/portail/portail.asp?idz=1314>



●● CONCEPTS CLÉS ET LEVIERS D'INTERVENTION EN PROMOTION DE LA SANTÉ

●●● SANTÉ

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

Préambule à la Constitution de l'Organisation mondiale de la Santé, tel qu'adopté par la Conférence internationale sur la Santé, New York, 19-22 juin 1946; signé le 22 juillet 1946 par les représentants de 61 Etats. 1946; (Actes officiels de l'Organisation mondiale de la Santé, n° 2, p. 100) et entré en vigueur le 7 avril 1948. En ligne : <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/FR/constitution-fr.pdf?ua=1>



La santé c'est aussi [Affiche]. Bruxelles : Cultures et santé, 2012. En ligne : <https://www.cultures-sante.be/wp-content/uploads/2023/11/ps-affiche-la-sante-cest-aussi.pdf>

●●● PROMOTION DE LA SANTÉ

« La promotion de la santé est le processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé, et d'améliorer celle-ci. Cette démarche relève d'un concept définissant la « santé » comme la mesure dans laquelle un groupe ou un individu peut d'une part, réaliser ses ambitions et satisfaire ses besoins et, d'autre part, évoluer avec le milieu ou s'adapter à celui-ci. La santé est donc perçue comme une ressource de la vie quotidienne, et non comme le but de la vie ; il s'agit d'un concept positif mettant en valeur les ressources sociales et individuelles, ainsi que les capacités physiques. Ainsi donc, la promotion de la santé ne relève pas seulement du secteur sanitaire : elle dépasse les modes de vie sains pour viser le bien-être.

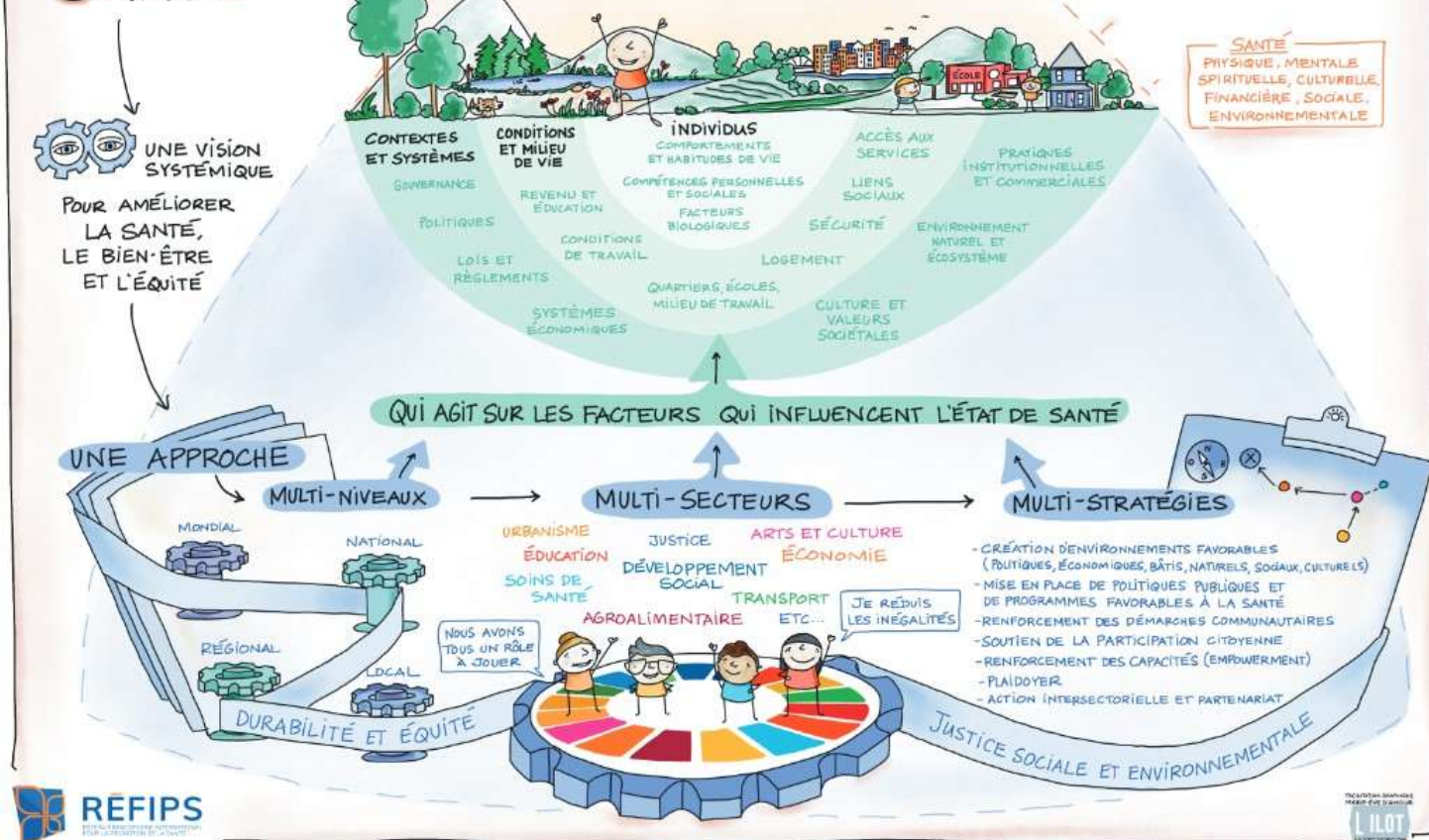
La Charte d'Ottawa définit cinq domaines d'action prioritaires :

- Élaborer une politique publique saine
- Créer des milieux favorables
- Renforcer l'action communautaire
- Acquérir des aptitudes individuelles
- Réorienter les services de santé »

Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé. Genève : Organisation mondiale de la santé, 1986, 5 p. En ligne : <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/health-promotion/population-health/ottawa-charter-health-promotion-international-conference-on-health-promotion/chartre.pdf>



LA PROMOTION DE LA SANTÉ



La promotion de la santé : une vision systémique pour améliorer la santé, le bien-être et l'équité. Montréal : Refips, 2024. En ligne : https://refips.org/wp-content/uploads/2024/10/Infographie-PS_Finale-1.pdf

●●● ÉDUCATION POUR LA SANTÉ

« L'éducation pour la santé comprend la création délibérée de possibilités d'apprendre grâce à une forme de communication visant à améliorer les compétences en matière de santé, ce qui comprend l'amélioration des connaissances et la transmission d'aptitudes utiles dans la vie, qui favorisent la santé des individus et des communautés.

L'éducation pour la santé concerne non seulement la communication d'informations, mais également le développement de la motivation, des compétences et de la confiance en soi nécessaires pour agir en vue d'améliorer sa santé.

L'éducation pour la santé comprend la communication d'informations concernant les conditions sociales, économiques et environnementales de base qui ont des effets sur la santé, ainsi que sur les différents facteurs de risque et comportements à risque, et sur l'utilisation du système de santé.

En conséquence, l'éducation pour la santé peut consister à communiquer des informations et à transmettre des aptitudes, ce qui démontre la faisabilité politique et les possibilités organisationnelles de différentes formes d'action visant à agir sur les déterminants sociaux, économiques et environnementaux de la santé. »

Nutbeam Don. Glossaire de la promotion de la santé. Genève : Organisation mondiale de la santé, 1999, p. 6.

En ligne : https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67245/WHO_HPR_HEP_98.1_fre.pdf

« L'éducation pour la santé n'est pas synonyme d'information pour la santé. Une bonne information est certes un aspect fondamental de l'éducation pour la santé mais celle-ci doit aussi s'attaquer aux autres facteurs qui infléchissent le comportement vis-à-vis de la santé comme les ressources disponibles, l'efficacité du leadership communautaire, le soutien social apporté par la famille et le degré d'aptitude à agir par soi-même. C'est pourquoi l'éducation pour la santé se sert de diverses méthodes pour aider les gens à appréhender la situation dans laquelle ils se trouvent et à choisir les mesures propres à améliorer leur santé. L'éducation pour la santé ne remplit pleinement sa fonction que si elle encourage les gens à participer et à choisir eux-mêmes. Ainsi, ce n'est pas faire de l'éducation pour la santé que dire simplement d'adopter un comportement favorable à la santé. »

L'éducation pour la santé : manuel d'éducation pour la santé dans l'optique des soins de santé primaire. Genève : Organisation mondiale de la santé, 1990, p. 23.

En ligne :

http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/36961/9242542253_fre.pdf?sequence=1&isAllowed=y



●●● PRÉVENTION

« La notion de prévention décrit l'ensemble des actions, des attitudes et des comportements qui tendent à éviter la survenue des maladies ou de traumatisme ou à maintenir et à améliorer la santé. Il s'agit donc d'un concept potentiellement très vaste, dont les limites ne font pas l'objet d'un consensus général. [...]. Une première approche de la prévention distingue les moments de l'intervention préventive :

- La prévention primaire intervient avant l'apparition de la maladie pour empêcher sa survenue ;
- La prévention secondaire est mise en oeuvre lorsque la survenue de la maladie n'a pu être empêchée : elle permet de gagner du temps sur l'évolution de celle-ci et de rendre le soin plus efficace car plus précoce ;
- La prévention tertiaire enfin intervient après la survenue de la maladie et des soins ; elle tend à réduire les conséquences de la maladie.
- Ces trois dimensions se rapportent à la maladie, sans faire explicitement référence à la santé, et c'est donc par rapport à la maladie que sont définies les modalités de la prévention.

[...]

L'approche en termes de prévention « globale » ou « positive », plus récente, permet d'autres distinctions, selon la population concernée ou la méthode utilisée, sans se référer à un risque précis ou à une maladie quelconque et conduit à opérer des reclassements... [...] On peut ainsi distinguer au sein de la prévention trois sous-ensembles, selon la population ciblée par l'action de prévention :

La prévention universelle dirigée vers l'ensemble de la population, quel que soit son état de santé. Elle tend à permettre par l'instauration d'un environnement culturel favorable, à chacun de maintenir, conserver ou améliorer sa santé ;

La prévention orientée qui porte sur les sujets à risque et tente d'éviter la survenue de la maladie dont ils sont menacés ;

La prévention ciblée est appliquée aux malades, en les aidant à gérer leur traitement de façon à en améliorer le résultat.

La prévention universelle correspond à la notion de promotion de la santé. Elle utilise les différentes méthodes de l'éducation pour la santé. [...] Elle vise le sujet, s'appuie sur sa participation active et n'est pas orientée vers un risque spécifique. »

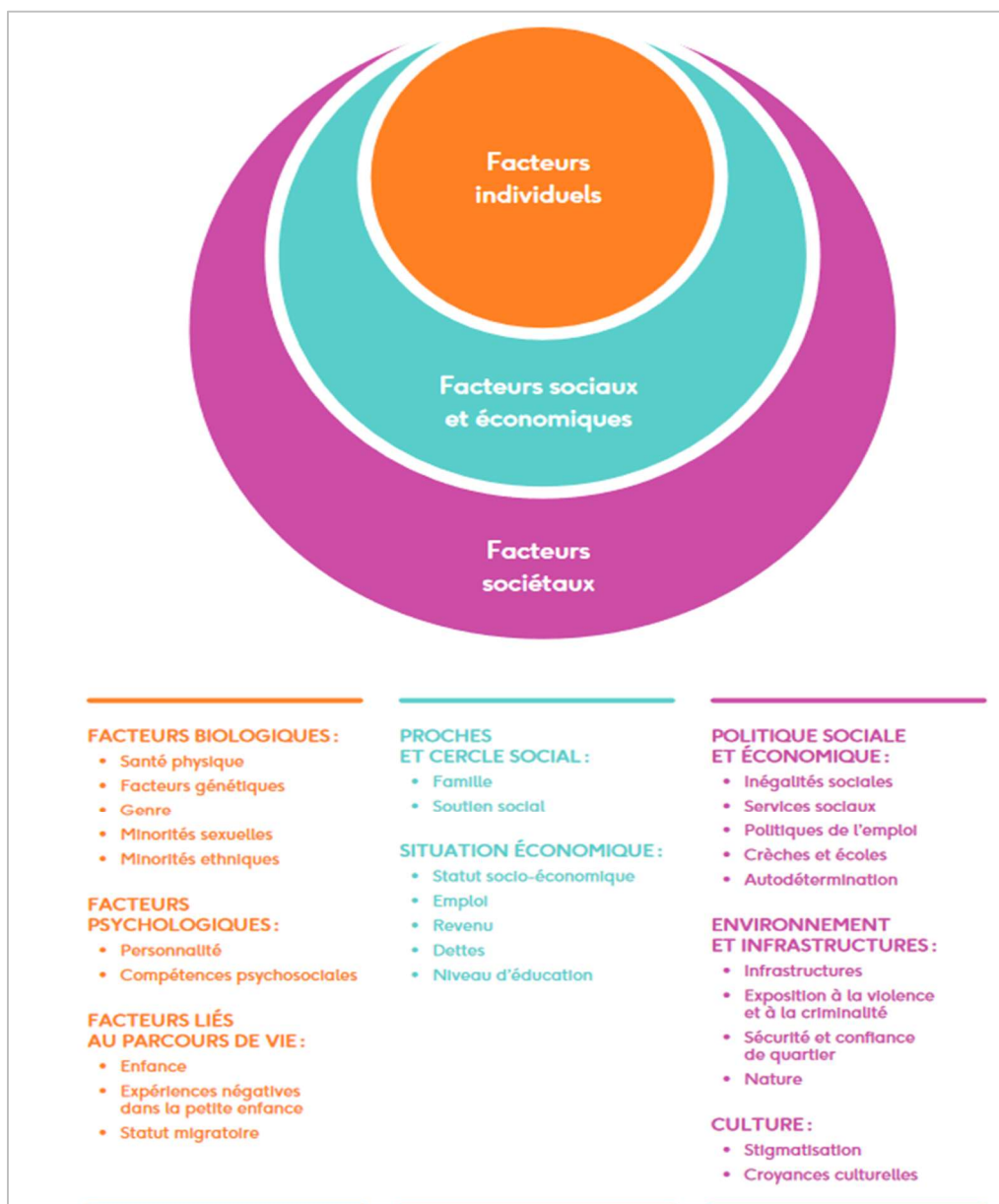
San Marco Jean-Louis, Lamoureux Philippe. Prévention et promotion de la santé. In : Traité de santé publique. Bourdillon François, Brucker Gilles, Tabuteau. Didier (eds). Paris : Flammarion, 2004, p. 126 (Médecine-Sciences)

●●● DÉTERMINANTS SOCIAUX DE LA SANTÉ

« Il s'agit de facteurs individuels, sociaux, économiques et environnementaux que l'on peut associer à un problème de santé particulier ou encore à un état de santé global. Les déterminants ne sont pas toujours des causes directes. Une illustration simple permet d'établir la distinction. Le fait de vivre en milieu défavorisé, par exemple, constitue un important déterminant de la santé, c'est là un fait reconnu. Toutefois, on ne saurait considérer la pauvreté comme la cause systématique d'un piètre état de santé. Il faudrait alors conclure que toutes les personnes défavorisées sont en mauvaise santé, ce qui n'est pas le cas. D'autres déterminants interviennent selon les circonstances, soit pour amoindrir l'effet de la pauvreté, soit pour le décupler. Ainsi, le manque de ressources, économiques et sociales, accroît le risque d'être en mauvaise santé. »

La santé et ses déterminants : mieux comprendre pour mieux agir. In : Pigeon Marjolaine. Montréal : Ministère de la santé et des services sociaux – Direction des communications, 2012, p. 7. En ligne : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf>





Les déterminants de la santé mentale : synthèse de la littérature scientifique. Genève : Minds - Promotion de la santé mentale à Genève, 2021. En ligne : <https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2021/04/Les-d%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale.pdf>

●●● COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

"Les [compétences psychosociales] constituent [...] un ensemble cohérent et interrelié de capacités psychologiques (cognitives, émotionnelles et sociales), impliquant des connaissances, des processus intrapsychiques et des comportements spécifiques, qui permettent d'augmenter l'autonomisation et le pouvoir d'agir (empowerment), de maintenir un état de bien-être psychique, de favoriser un fonctionnement individuel optimal et de développer des interactions constructives."

Lamboy Béatrice, Arwidson Pierre, du Roscoät Enguerrand, et al. Les compétences psychosociales : un référentiel pour un déploiement auprès des enfants et des jeunes. Synthèse de l'état des connaissances scientifiques et théoriques réalisé en 2021. Saint-Maurice : Santé publique France, 2022, p. 12. En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/les-competences-psychosociales-un-referentiel-pour-un-deploiement-aupres-des-enfants-et-des-jeunes.-synthese-de-l-etat-des-connaissances-scientif>

"[Les compétences psychosociales sont] la capacité d'une personne à répondre avec efficacité aux exigences et aux épreuves de la vie quotidienne. C'est l'aptitude d'une personne à maintenir un état de bien-être mental, en adoptant un comportement approprié et positif à l'occasion des relations entretenues avec les autres, sa propre culture et son environnement."

Weisen Rhona Birell, Orley John, Evans Vivienne, Lee Jeff, Sprunger Ben, Pellaux Daniel. Life skills education for children and adolescents in school. Introduction and guidelines to facilitate the development and implementation of life skills programmes. Genève : OMS, 1994, 53 p. En ligne : https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63552/who_mnh_psf_93.7a_rev.2.pdf?sequence=1&isallowe



LES COMPÉTENCES PSYCHOSOCIALES

(Classification 4 « CPS OMS probantes »)

Avoir conscience de ses émotions et de son stress

- Comprendre les émotions et le stress
- Identifier ses émotions et son stress

Réguler ses émotions

- Exprimer ses émotions de façon positive
- Gérer ses émotions

Gérer son stress

- Réguler son stress au quotidien
- Capacité à faire face en situation d'adversité

COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES

COMPÉTENCES COGNITIVES

Avoir conscience de soi

- Connaissance de soi
- Savoir penser de façon critique
- Capacité d'auto-évaluation positive
- Capacité d'attention à soi (ou pleine conscience)

Capacité de maîtrise de soi

- Capacité à gérer ses impulsions
- Capacité à atteindre ses buts

Prendre des décisions constructives

- Capacité à faire des choix responsables
- Capacité à résoudre des problèmes de façon créative

COMPÉTENCES SOCIALES

Développer des relations constructives

- Développer des liens sociaux
- Développer des attitudes et comportements prosociaux

Communiquer de façon constructive

- Capacité d'écoute empathique
- Communication efficace

Résoudre des difficultés

- Savoir demander de l'aide
- Capacité d'assertivité et de refus
- Résoudre des conflits de façon constructive

Theurel Anne. Promouvoir la santé mentale des étudiants. Référentiel d'intervention. Dijon : Promotion Santé BFC, 2024, p. 23. En ligne : https://promotion-sante-bfc.org/publication?field_type_de_publication_tid=635



●●● EMPOWERMENT

« Processus par lequel une personne accroît son pouvoir sur les décisions et les actions qui influent sur sa santé. L'empowerment, qui peut être un processus social, culturel, psychologique ou politique, permet aux individus et aux groupes sociaux d'exprimer leurs besoins et leurs préoccupations, d'élaborer des stratégies de participation à la prise de décisions et d'intervenir sur les plans politiques, social et culturel pour combler leurs besoins. »

Compétences essentielles en santé publique au Canada. Québec : Agence de la santé publique au Canada, 2008, p. 11 (Amélioration des compétences en santé publique). En ligne : <https://www.phac-aspc.gc.ca/php-ppsp/ccph-cesp/pdfs/cc-manual-fra090407.pdf>

●●● LITTÉRATIE EN SANTÉ MENTALE

La littératie en santé mentale se définit comme les connaissances et compétences qui déterminent la motivation et la capacité des individus à maintenir une bonne santé mentale. Une plus haute littératie entraîne une meilleure santé mentale.

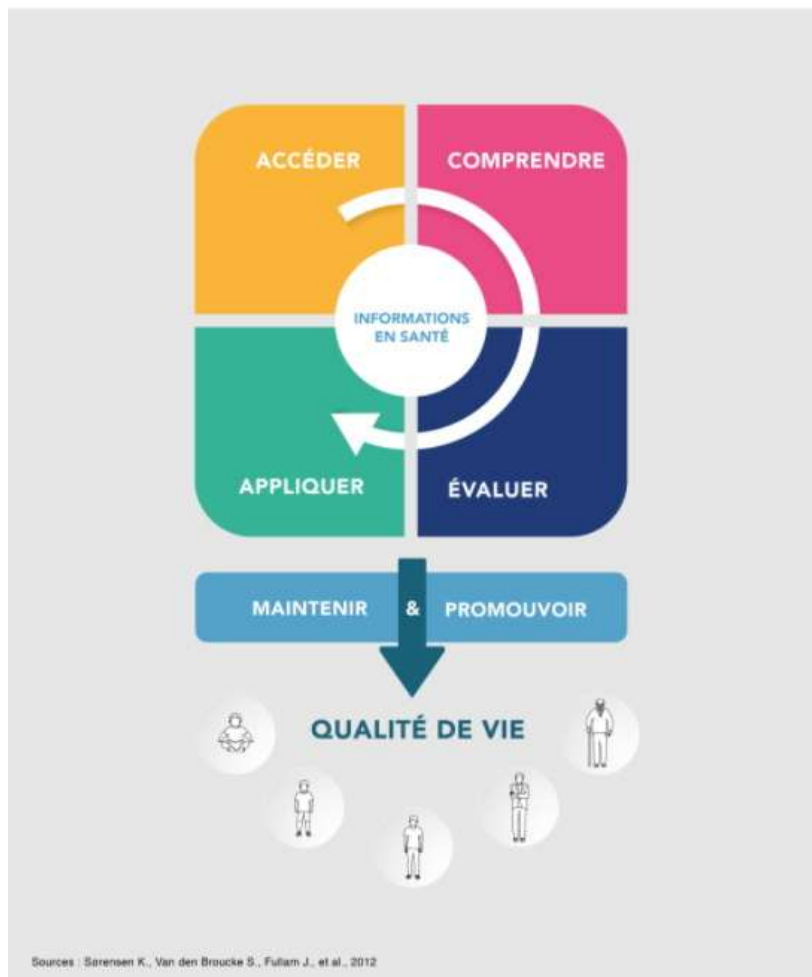
Patel V, Lund C, Hatherill S, Plagerson S, Corrigall J, Funk M, et al. Mental disorders : equity and social determinants. Equity Soc Determinants Public health Programme. 2010;115:134.

La littératie en santé mentale fait référence à la capacité d'accéder aux informations en santé mentale, de les comprendre, de savoir en évaluer la validité et de les appliquer pour son bien-être ou pour la bonne santé de son entourage.

Sørensen K, Van den Broucke S, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, et al. health literacy and public health: a systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health. 2012;12(1):1-13.



LA LITTÉRATIE EN SANTÉ



2019

Concepts : un point sur la littératie [Page internet]. Paris : PromoSanté Ile-de-France, s.d.
En ligne : <https://www.promosante-idf.fr/dossier/litteratie/concepts>

●●● PARTICIPATION

« Une approche participative préconise une implication active du public aux processus décisionnels, le public concerné dépendant du sujet abordé. Il peut regrouper des citoyens lambda, les parties prenantes d'un projet ou d'une politique en particulier, des experts et même des membres du gouvernement ou des entreprises privées. En règle générale, les processus décisionnels peuvent être perçus comme un cycle en trois étapes comprenant la planification, la mise en oeuvre et l'évaluation ; l'approche participative peut être utilisée dans toutes ces étapes ou pour certaines d'entre elles.

On distingue différents niveaux de participation selon que l'objectif est : la transmission d'informations (unidirectionnelle) ; la consultation (bidirectionnelle, mais la partie consultante délimite la question) ; la participation active, fondée sur un partenariat dans lequel les citoyens, les parties prenantes, les experts et/ou les politiciens participent activement à un débat. Toutes les parties impliquées peuvent délimiter la question dans une plus ou moins grande mesure.

[...] La participation aux processus participatifs développe également les capacités du public en l'(in)formant et en créant des réseaux de personnes qui peuvent continuer à aborder les questions politiques lorsqu'elles évoluent. Toutefois, le public n'est pas le seul qui ait besoin d'apprendre. Le meilleur moyen pour les décideurs de savoir comment améliorer leurs 'produits et services' est de recevoir un feed-back direct des usagers. Plutôt que d'agir d'abord, puis de corriger, il est plus efficace que les utilisateurs finaux soient impliqués d'emblée dans la conception et la planification. »

Slocum Nikk, Elliott Janice, Heesterbeek Sara, Lukensmeyer Carolyn L. Méthodes participatives : un guide pour l'utilisateur. Bruxelles : Fondation Roi Baudoin, 2006, 204 p. En ligne : https://www.notre-environnement.gouv.fr/IMG/pdf/doc_fondatioaf0b.pdf



DÉPASSER NOS REPRÉSENTATIONS POUR LUTTER CONTRE LA STIGMATISATION

THE CONVERSATION
L'expertise universitaire, l'exigence journalistique

M'bailara Katia, Folliguet Marysette, Munuera Caroline

Troubles mentaux : quand la stigmatisation d'aujourd'hui reflète les conceptions d'hier [Page web]

The Conversation, 2022

En ligne : <https://theconversation.com/troubles-mentaux-quand-la-stigmatisation-daujourd'hui-reflete-les-conceptions-dhier-192540>

Cet article propose une rétrospective de l'histoire française des troubles mentaux afin de comprendre à quel point des représentations, parfois millénaires, imprègnent encore nos conceptions « modernes ».



Chevance Astrid

En finir avec les idées fausses sur la psychiatrie et la santé mentale

Ivry-sur-Seine : Editions de l'Atelier, 2022, 280 p.

Cet ouvrage collectif déconstruit 70 idées reçues sur la psychiatrie et la santé mentale : la santé mentale comme une mode, le rejet et l'exclusion des personnes souffrant de troubles psychiques, l'emploi de termes de la santé mentale dans le langage courant à connotation péjorative, la banalisation des troubles psychiques, les a priori sur le suicide, les explications réductrices sur la maladie, les psys, les psychotropes, les psychothérapies, les droits des patients hospitalisés.



De Rynck Patrick, Debauche Geneviève

Tous fous ?! Parler autrement de la santé mentale

Bruxelles : Fondation Roi Baudoin, 2017, 51 p.

En ligne : <https://media.kbs-frb.be/fr/media/7506/20170510PP.pdf>

Ce document montre comment la société dans son ensemble communique au sujet des personnes avec un trouble psychique et quels impacts les mots et images employés ont sur les personnes avec une vulnérabilité mentale et leurs familles. L'objectif de cette publication est de soutenir le développement d'une communication nuancée et non stigmatisante autour des troubles psychiques. Pour cela elle propose des outils basés sur les cadres utilisés en Belgique pour évoquer les troubles psychiques.



Mindframe [Site internet]

Everymind, Australian Government

En ligne : <https://mindframeimages.org.au/>

Mindframe publie des conseils pour une communication responsable en matière de santé mentale. Le site se destine aux professionnels des médias, aux professionnels de la communication et acteurs de la santé. Le site comprend des ressources éducatives, des formations, et des exemples de bonnes pratiques, une banque d'images pour aider à créer des représentations respectueuses, visant à réduire la stigmatisation et à encourager un dialogue sain et bienveillant autour de la santé mentale et du suicide.



« IL N'Y A PAS DE SANTÉ SANS SANTÉ MENTALE » : PROGRAMMES ET POLITIQUES DE SANTÉ MENTALE



Parlons santé mentale ! [Page internet]

Gouvernement, 2025

En ligne : <https://www.info.gouv.fr/grand-dossier/parlons-sante-mentale>

« Parlons santé mentale ! ». Plus qu'un slogan, cette formule est une ambition pour notre société, qui a fait de la santé mentale la grande cause nationale 2025.



Santé mentale et psychiatrie : mise en œuvre de la feuille de route. Etat d'avancement au 1er mai 2025

Paris : Ministère chargé de la santé et de l'accès aux soins, 2025, 154 p.

En ligne : https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/bilan_feuille_de_route.pdf

Ce document s'attache à distinguer les actions déjà réalisées les années antérieures et retracées dans les précédents bilans, des actions réalisées au cours de l'année 2024, voire, pour certaines, engagées sur les premiers mois de l'année 2025 ; à préciser et illustrer, chaque fois que possible, la déclinaison effective de ces mesures dans les territoires ; et à objectiver l'état d'avancement de ces mesures, en termes d'impact et de process, par des indicateurs, lorsqu'ils sont disponibles.



Stratégie nationale de prévention du suicide. Feuille de route

Paris : Ministère du travail, de la santé et des solidarités, 2024, 12p.

En ligne : https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/2024-02-02_plaquette_strategie_nationale_de_prevention_du_suicide.pdf

Après un rappel des dernières données statistiques concernant le suicide en France et en Europe, ce document présente un ensemble d'actions intégrées de prévention du suicide à mettre œuvre de façon coordonnée dans les territoires.



Comité stratégique de la santé mentale et de la psychiatrie

Feuille de route en santé mentale et psychiatrie

Paris : Ministère des solidarités et de la santé, 2018, 31 p.

En ligne : https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/180628_-_dossier_de_presse_-_comite_strategie_sante_mentale.pdf

Cette feuille de route fournit quelques chiffres sur la santé mentale et les troubles psychiques. Elle présente ensuite les trois axes prioritaires : Promouvoir le bien être mental, prévenir et repérer précocement la souffrance psychique et prévenir le suicide ; garantir des parcours de soins coordonnés et soutenus par une offre en psychiatrie accessible, diversifiée et de qualité ; Améliorer les conditions de vie et d'inclusion sociale et la citoyenneté des personnes en situation de handicap psychique. Enfin elle décline ces trois axes en 37 actions à mettre en œuvre.



LA SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES

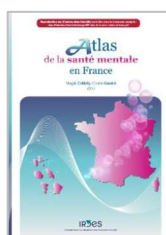


Atlas santé mentale [Site internet]

Paris : Irdes, Drees, Atlassanté, sd

En ligne : <https://santementale.atlasante.fr/#c=home>

Cet atlas numérique constitue une base de données territorialisée en santé mentale. L'utilisateur peut afficher et éditer des cartes à la demande, et exporter les données rassemblant des informations relatives à la santé mentale dans les territoires de France métropolitaine et les départements et régions d'outre-mer, jusqu'au niveau de la commune, en fonction des données disponibles. L'atlas propose environ 350 indicateurs, construits à partir de plus de dix bases de données, qui peuvent être mobilisés pour élaborer et faire le suivi des diagnostics territoriaux partagés ou des projets territoriaux en santé mentale. L'atlas est organisé sous forme de rubriques thématiques qui présentent le contexte territorial, l'offre de santé mentale, et différentes entrées populationnelles : adultes, enfants et adolescents, personnes âgées et personnes vulnérables.



Coldefy Magali, Gandre Coralie

Atlas de la santé mentale en France

Paris : Irdes, 2020, 160 p.

En ligne : <https://www.irdes.fr/recherche/ouvrages/007-atlas-de-la-sante-mentale-en-france.pdf>

Cet ouvrage, basé sur un large panel de données, dresse le portrait de l'offre de soins en santé mentale et de prise en charge des populations, particulièrement les plus vulnérables. Richement illustré par des cartes et graphiques, l'atlas est structuré en cinq parties ; la première traite de l'offre de soins et services en santé mentale dans les territoires, tandis que les quatre suivantes s'intéressent au recours aux soins et à la prise en charge de différentes populations : enfants et adolescents, adultes de 18 à 64 ans, personnes âgées, et enfin, population pénitentiaire.



Fourcade Nathalie, Von Lennep Franck, Chan Chee Christine, et al.

Suicide. Connaître et prévenir : dimensions nationales, locales et associatives

Paris : Observatoire national du suicide, Drees, 2016, 479 p.

En ligne : https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2021-01/ons2016_mel_220216.pdf

Dans ce deuxième rapport sur le suicide, l'Observatoire s'attache à mettre en lumière les données et les actions de prévention, menées à un niveau national comme local, par les pouvoirs publics et les associations. Il fait aussi le point sur les connaissances récentes concernant le rôle joué par les facteurs de risque et de protection du suicide. Il propose, enfin, les dernières statistiques disponibles et un suivi des recommandations énoncées dans le premier rapport. Celles-ci sont complétées par de nouvelles perspectives et pistes de réflexion.



●● LES ENFANTS



De Gastines Clotilde

La santé mentale des tout-petits avance à petits pas

Education santé 2023 ; 405 : 3-6

En ligne : <https://educationsante.be/content/uploads/2023/12/es-405-br.pdf>

Le 18 octobre dernier, UNICEF Belgique organisait une journée dédiée à la santé mentale des enfants et des jeunes devenue, suite à la crise Covid, un enjeu politique. L'occasion de faire le point sur les efforts de ces dernières années pour promouvoir la santé psychique et le chemin qu'il reste à parcourir, notamment pour les plus vulnérables : les enfants de moins de 30 mois.



Près d'un enfant sur six a eu besoin de soins de santé mentale entre mars 2020 et juillet 2021

Etudes et résultats 2023 ; 1271 : 8

En ligne : <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/sites/default/files/2023-06/ER1271.pdf>

Cette étude porte sur les difficultés psychosociales des enfants et adolescents au premier semestre 2021. Elle apporte un éclairage sur les disparités sociales qui accompagnent ces difficultés, sur leur retentissement dans la vie quotidienne des jeunes et sur les recours aux soins pour motifs psychologiques au cours de la crise Covid. Cette étude a été réalisée à partir du troisième volet de l'enquête Épidémiologie et Conditions de vie liées au Covid-19 (EpiCov). Des modules spécifiques ont été ajoutés dans ce troisième volet pour mesurer la santé mentale des adultes, les difficultés psychosociales des enfants âgés de 3 à 17 ans et les recours aux soins pour motifs psychologiques de ces deux populations.



Quand les enfants vont mal : comment les aider ?

Paris : HCFEA, 2023, 171 p.

En ligne : https://www.hcfea.fr/IMG/pdf/hcfea_sme_rapport_13032023.pdf

Le rapport souligne le déséquilibre entre la forte hausse des besoins en pédopsychiatrie et une offre de soins insuffisante, avec des conséquences pour les enfants et leurs familles. Il propose des pistes de réforme, analyse la hausse des prescriptions de psychotropes chez les mineurs et rappelle les recommandations des autorités de santé. Enfin, il met en avant les approches psychothérapeutiques, éducatives et inclusives, ainsi que la prévention et l'intervention sociale.



Hédon Claire, Delemar Éric

Santé mentale des enfants : le droit au bien-être

Défenseur des droits, Défenseur des enfants, 2021, 80p.

En ligne : https://www.defenseurdesdroits.fr/sites/default/files/2023-07/ddd_rapport-annuel-enfants_2021_20211028.pdf

La Défenseure des droits et le Défenseur des enfants alertent sur l'insuffisance de la prise en charge de la santé mentale des enfants, freinée par le manque de professionnels, de structures adaptées et par des prises en charge fragmentées. Ils appellent à en faire une priorité des politiques publiques et formulent 29 recommandations, portant notamment sur l'accueil des jeunes enfants, le soutien à la parentalité, le renforcement de la PMI et la lutte contre le harcèlement scolaire.

●● LES JEUNES ET LES ÉTUDIANTS



Santé mentale des jeunes : L'état d'urgence

Sciences Humaines 2025, 379, pp. 42–71

En ligne : <https://shs.cairn.info/magazine-sciences-humaines-2025-5?lang=fr>

Crises d'angoisse, automutilations, tentatives de suicide... : la détresse psychique des adolescents français ne cesse de s'amplifier depuis 2017. Selon Santé publique France, un lycéen sur quatre a eu des pensées suicidaires ; une lycéenne sur trois. En cause ? Un monde anxiogène, une pression scolaire accrue, des relations sociales fragilisées, des usages numériques chronophages. La pandémie de covid, en 2020, a joué un rôle de catalyseur, en isolant brutalement les jeunes. Comment agir, prévenir et soigner la souffrance des jeunes, alors même que la pédopsychiatrie est en crise ? À partir de quel moment le mal-être doit-il être médicalisé ? Quelles sont les approches les plus efficaces ?



Santé mentale des jeunes. Rapport du panel citoyen composé de 20 jeunes âgés de 12 à 18 ans

Paris : Conseil économique social et environnemental, 2025, 69 p.

En ligne : <https://www.lecese.fr/sites/default/files/documents/Sante-mentale-jeunes-rapport-des-jeunes.pdf>

Le dispositif de participation citoyenne sur la santé mentale des jeunes : 20 jeunes âgés de 12 à 18 ans, venant de tous les types de territoires (urbain, péri-urbain, rural) ont travaillé pendant 6 jours pour identifier des facteurs qui peuvent influencer la santé mentale des jeunes, définir leurs besoins réels en matière de santé mentale et faire émerger des pistes de solutions qui dépassent la dimension médicale. Le CESE a noué un partenariat avec un collectif d'associations, la « Dynamique pour les droits des enfants », afin notamment de constituer le panel de jeunes et d'assurer la co-animation du dispositif.





Léon Christophe, Godeau Emmanuelle, Spilka Stanislas, et al.

La santé mentale et le bien-être des collégiens et lycéens en France hexagonale – Résultats de l'enquête EnCLASS 2022

Saint-Maurice : Santé publique France, 2024, 17 p.

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale/depression-et-anxiete/documents/enquetes-etudes/la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-collegiens-et-lyceens-en-france-hexagonale-resultats-de-l-enquete-enclass-2022>

Santé publique France publie les résultats sur la santé mentale de l'enquête nationale en collèges et en lycées chez les adolescents sur la santé et les substances (EnCLASS), menée par l'École des hautes études en santé publique (EHESP) et l'Observatoire français des drogues et des tendances addictives (OFDT), en partenariat avec l'Éducation nationale. Les données, recueillies en 2022 auprès de 9 337 élèves du secondaire, montrent des résultats contrastés. Si la grande majorité des élèves interrogés expriment une satisfaction vis-à-vis de leur vie actuelle et se perçoivent en bonne santé, seule la moitié présentent un bon niveau de bien-être mental. On observe une part non négligeable de jeunes présentant un risque de dépression et déclarant un sentiment de solitude, des plaintes psychologiques et/ou somatiques ou des pensées suicidaires.



Hendriks Karine, Gazon Virginie, Bronsard Guillaume (et al.)

Santé mentale des jeunes. Répondre à l'urgence. Dossier

L'Ecole des parents 2023 ; HS 5 ; 66 p.

En ligne : <https://www.cairn.info/revue-l-ecole-des-parents-2023-HS5.htm>

Depuis la crise sanitaire, la santé mentale des enfants et adolescents s'est fortement dégradée, tandis que la pédopsychiatrie souffre d'un manque de moyens. Ce hors-série fait le point sur la situation, donne la parole aux professionnels, qui tentent de réinventer leurs pratiques, aux associations, qui multiplient les initiatives pour mieux répondre à la détresse de ces jeunes, et à tous ceux qui se mobilisent pour faire face à ce qui est devenu un véritable enjeu de santé publique.



Shankland Rebecca, Gayet Clémence, Richeux Nadine

La santé mentale des étudiants. Approches innovantes pour la prévention et l'accompagnement : un état des lieux

Issy-les-Moulineaux : Elsevier Masson, 2022, 244 p.

Cet ouvrage présente un état des lieux de la santé mentale des étudiants dans l'enseignement supérieur, et des recherches sur des approches innovantes sur la promotion de la santé mentale des étudiants, notamment dans les pays francophones. Les données disponibles sur la santé mentale des étudiants, les facteurs de risque et les facteurs de protection puis les dispositifs existants pour les accompagner font l'objet d'un premier chapitre. Les interventions de psychologie positive, celles fondées sur la pleine conscience, l'approche d'acceptation et d'engagement, le tutorat d'accompagnement et la promotion de l'insertion professionnelle composent les chapitres suivants.



Morgny Cynthia, Chalmeton Pierre, Khati Inès, et al.

Parcours de jeunes suicidaires et suicidants : impact des actions et dispositifs de prévention du suicide

Paris : FNORS, 2022, 4 p.

En ligne : <https://www.orsbfc.org/wp-content/uploads/2022/09/Parcours-de-jeunes-suicidaires-et-suicidants.pdf>

Cette étude qualitative part d'expériences concrètes et du vécu de 28 jeunes de 15 à 25 ans ayant exprimé des idées suicidaires, des projets de suicide ou ayant effectué des tentatives de suicide. À partir d'entretiens semi-directifs réalisés auprès des jeunes, cette étude a examiné les ressources d'aide et actions de prévention dont les jeunes ont bénéficié, et comment celles-ci ont répondu (ou non) à leurs besoins. Les jeunes ont été rencontrés à partir de structures de soins, de prévention, du secteur social et, dans une moindre mesure, des groupes d'entraide sur internet et des relations interpersonnelles. [Résumé d'après auteurs]



Braconnier Alain, Pommereau Xavier, Lachance Jocelyn, et al.

Adolescence : de la dépressivité à la dépression. Dossier

Santé mentale 2022 ; 269 : 20-79

Le processus de l'adolescence est marqué par des adieux à l'enfance qui rendent tous les jeunes "déprimables". Cependant, la menace dépressive est beaucoup plus fréquente à cet âge que la dépression proprement dite. L'enjeu est alors de distinguer développement "normal" et risque d'organisation pathologique. Addictions, scarifications, phobies scolaires, questionnements autour du genre... comment accompagner ces adolescents hypermodernes ?



LES DÉTERMINANTS DE LA SANTÉ MENTALE



Pereira Andrea, Dubath Caroline, Trabichet Anne-Marie

Les déterminants de la santé mentale : Synthèse de la littérature scientifique.

Genève : Minds, 2021, 56 p.

En ligne : <https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2021/04/Les-d%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale.pdf>

Cette publication synthétise une revue de la littérature scientifique sur les déterminants de la santé mentale. La première partie est consacrée à la définition des concepts clés. La seconde partie expose les modèles existants puis présente une vue structurée de tous les facteurs identifiés dans la synthèse de la littérature organisée selon 3 niveaux : les facteurs individuels ; les facteurs sociaux et économiques ; les facteurs sociétaux. La troisième partie contextualise les éléments dans le contexte genevois.

●● DES EXEMPLES POUR COMPRENDRE



Pierre-Eric Sutter, Chamberlin Sylvie, Messmer Léonie

Éco-anxiété en France. Etat des lieux, seuils de préoccupation clinique, variables déterminantes

Paris : Ademe, 2025, 84 p.

En ligne : <https://librairie.ademe.fr/societe-et-politiques-publiques/8137-eco-anxiete-en-france.html#>

L'Observatoire de l'Eco-anxiété (OBSECA), porté par Econoïa, en partenariat avec l'ADEME et avec le soutien d'E5t, publie la première étude sur l'impact de l'éco-anxiété sur la santé mentale des Français, donnant à voir les catégories les plus exposées. Cette étude est la première en France à diagnostiquer les symptômes d'éco-anxiété menaçant la santé mentale, grâce à un outil de mesure construit scientifiquement, réalisée auprès d'un échantillon représentatif de 998 Français âgés de 15 à 64 ans, du 26 août au 4 septembre 2024, en recourant à la méthode par quota. L'étude dresse enfin des pistes pour prendre en charge l'éco-anxiété.



Bigler Christine, Pita Yamila, Amacker Michèle

Santé psychique des jeunes femmes

Berne : Promotion Santé suisse, 2024, 7 p.

En ligne : https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2024-05/Feuille%20d%E2%80%99information_102_2024-05_Sant%C3%A9%20psychique%20des%20jeunes%20femmes.pdf

La santé psychique des adolescents et des jeunes adultes fait l'objet d'une attention croissante dans les débats publics partout dans le monde, notamment en raison de ses profondes répercussions sur les individus et la société tout entière. Le genre joue un rôle



central dans le bien-être psychique, sachant que celui-ci est moins bon chez les jeunes femmes que chez les jeunes hommes



Perona Mathieu, Senik Claudia

Le bien-être en France. Rapport 2022

Paris : Editions du Cepremap, 2023, 129 p.

En ligne : <https://www.cepreamap.fr/depot/2023/04/Le-Bien-etre-en-France-%E2%80%93-Rapport-2022.pdf>

Ce 3^e rapport annuel dresse un bilan du bien-être et des émotions des Français en 2022. Il souligne une forte inquiétude liée à l'inflation, la guerre en Ukraine et le dérèglement climatique, qui renforce un pessimisme déjà ancré. Le rapport analyse aussi l'impact durable du télétravail et la montée des préoccupations environnementales.



Velter Annie, Lydie Nathalie, Gremy Isabelle, et al.

Stigmatisation des minorités sexuelles : un déterminant clef de leur état de santé (Journée internationale de lutte contre l'homophobie, la transphobie et la biphobie, 17 mai)

Bulletin épidémiologique hebdomadaire 2021 ; 6-7 : 95-129

En ligne : http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2021/6-7/pdf/2021_6-7.pdf

Ce numéro spécial offre pour la première fois un panorama de la santé mentale des personnes lesbiennes, bisexuelles et gays (LBG) en France au prisme des expériences de stigmatisation auxquelles elles sont confrontées. Les résultats présentés interrogent les liens entre stigmatisation et santé mentale.



« T'as pas d'amis, tu sers à rien » : être jeune et isolé en 2017. Une étude exclusive de la Fondation de France

Paris : Fondation de France, 2017, 11p.

En ligne : <https://www.fondationdefrance.org/images/pdf/dp-solitude-des-jeunes.pdf>

L'étude de la Fondation de France vise à déterminer le profil des jeunes en situation d'isolement objectif ; comprendre les événements de vie de ces jeunes isolés qui ont mené à la rupture du lien social ; appréhender l'engrenage (à la fois causes et conséquences) qui favorise l'isolement des jeunes.



AGIR EN SANTÉ MENTALE

●● LES INSTITUTIONS ET LES ACTEURS DE LA SANTÉ MENTALE



Le dictionnaire des lieux [Page internet]

Paris : Psycom, sd

En ligne : <https://www.psycom.org/sorienter/le-dictionnaire-des-lieux/>

Centre d'action médico-sociale précoce, Centre médico-psycho-pédagogique, Centre médico-psychologique.... Il existe une grande variété de termes techniques pour désigner les dispositifs de soins, d'accompagnement et d'entraide en santé mentale. Afin de faciliter votre compréhension, Psycom propose un lexique en ligne appelé le Dictionnaire des lieux. Il offre une liste non exhaustive des termes employés pour identifier les différentes ressources disponibles dans le cadre d'un parcours de rétablissement.



La liste des acteurs incontournables : Mettre en œuvre un projet de parcours en psychiatrie et santé mentale – Fiche n°5

Paris : ANAP, 2016

En ligne : <http://affairesjuridiques.aphp.fr/wp-content/uploads/2017/03/Fiche-5-La-liste-des-acteurs-incontournables.pdf>

Ce document synthétique présente les différents acteurs intervenant autour de la personne vivant avec des troubles psychiques : acteurs institutionnels, opérateurs, structures associatives et usagers, organisme d'étude et de recherche.



●● RÉFÉRENTIELS ET GUIDES POUR AGIR EN SANTÉ MENTALE



Intervenir en santé mentale

Dijon : Pass' Santé pro, à paraître fin 2025

En ligne : <https://www.pass-santepro.org/modules-pedagogiques>

Ce module d'autoformation vous propose :

- de définir la santé mentale et d'intégrer les trois dimensions du bien-être à sa réflexion sur la santé mentale
- d'adopter une vision positive de la santé mentale
- de (re)connaître les leviers d'intervention efficaces en santé mentale des jeunes



Sow Mouctar, Roberge Marie-Claude.

Prévention du suicide en contexte scolaire : agir dans une perspective de santé publique

Québec : Gouvernement du Québec, 2025, 43 p.

En ligne : <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/3670-prevention-suicide-scolaire-perspective-sante-publique.pdf>

La présente synthèse de connaissances identifie les types d'actions de promotion de la santé et de prévention en contexte scolaire contribuant à prévenir le suicide des élèves du primaire et du secondaire. Elle s'appuie sur une recension de la littérature internationale.



Bec Emilie

Eco-anxiété : des pistes pour agir. Enfants, ados et jeunes adultes. Dossier de connaissances

Montpellier : CREA-ORS Occitanie, DRAPPS Occitanie, 2023, 88 p.

En ligne : <https://creaiors-occitanie.fr/wp-content/uploads/2023/11/202311DC-ecoanxiete.pdf>

Ce dossier de connaissances propose des pistes d'actions à mettre en place pour faire face à l'éco-anxiété chez les enfants et les jeunes. La première partie est consacrée au développement des compétences psychosociales qui représente un levier important pour gérer les émotions difficiles et les exploiter pour agir. La deuxième partie présente l'importance de l'éducation au développement durable, autre levier essentiel pour diffuser des connaissances, impulser des changements de comportements et permettre à chacun d'être acteur au quotidien de la transformation et de la mise en œuvre des objectifs de développement durable. La troisième partie valorise un panel d'initiatives inspirantes impulsées par les jeunes.





Brun-Mandon Elodie, Conrat Fanny

Prendre [soin] de nos étudiants. Guide pratique des collectivités pour agir

Montpellier : AVUF, 2023, 51 p.

En ligne : <https://www.avuf.fr/wp-content/uploads/2024/01/Guide-Sante-AVUF-2024.pdf>

Ce guide vise à renforcer la capacité d'actions en promotion de la santé des communes mais aussi de leurs partenaires. La première partie aborde la légitimité et la pertinence de l'action des élus pour la santé des étudiants et les particularités de la population étudiante. La seconde traite de la cohérence des démarches en mettant l'accent sur le Contrat Local de santé et des méthodes d'intervention de promotion de la santé à privilégier. La troisième partie fait un panorama des nombreux partenaires et met l'accent sur la concertation. La dernière partie propose des fiches présentant des exemples d'actions, événements et dispositifs mis en place dans les territoires par des collectivités, universités et leurs partenaires.



Sow Mouctar, Bergeron-Gaudin Marie-Eve, Roberge Marie-Claude

Prévenir le suicide en réduisant les expériences négatives dans l'enfance et leurs conséquences : quelles pistes d'actions ? Synthèse des connaissances

Québec : INSPQ, 2023, 51 p.

En ligne : <https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/2023-11/3423-prevenir-suicide-experiences-negatives-enfance.pdf>

Cette synthèse des connaissances analyse les caractéristiques et l'efficacité d'interventions mises en place à l'extérieur des milieux cliniques au regard de la réduction des expériences négatives dans l'enfance et de leurs conséquences et discute les résultats obtenus au regard de la prévention du suicide. Préalablement à l'analyse des interventions, un cadre conceptuel explicite les mécanismes par lesquels les expériences négatives dans l'enfance influencent le risque de suicide. Les interventions recensées sont regroupées en cinq catégories. L'analyse donne une vue d'ensemble d'interventions mises en place à différents niveaux et susceptibles de réduire la survenue et les conséquences des expériences négatives dans l'enfance, et ainsi de contribuer à prévenir le suicide. Elle met en évidence des exemples d'interventions porteuses à envisager selon différentes cibles et en précise les caractéristiques. L'analyse souligne également l'importance d'articuler, au sein des programmes implantés dans les milieux de vie, des actions universelles et des actions qui ciblent des groupes vulnérables.



Theurel Anne

Promouvoir la santé mentale des étudiants. Référentiel d'intervention

Dijon : Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté, 2023, 76 p.

En ligne : <https://rapps-bfc.org/sites/default/files/publications/fichiers/2023/2023-ReferentielSanteMentale.pdf>

Ce référentiel offre aux réseaux de l'enseignement supérieur des balises communes pour les soutenir dans une véritable approche systémique de la santé mentale. Il vise à accompagner chaque étudiant·e vers l'atteinte de son plein potentiel et à faire des établissements d'enseignement supérieur des lieux propices au développement d'une santé mentale positive. Les axes d'intervention retenus visent à agir sur divers déterminants de la santé mentale par une approche systémique. Il propose des actions de promotion, de prévention, d'aide et d'accompagnement inscrites dans un continuum. Ce référentiel comprend une explication des notions clés rattachées au concept de santé mentale et des facteurs influençant la santé mentale, un état des lieux de la santé mentale des étudiants dans l'enseignement supérieur, ainsi que la description d'actions prometteuses de prévention/promotion de la santé mentale étudiante.



Voide Crettenand Gilberte

Promouvoir la santé psychique des jeunes de 16 à 25 ans : accompagner les transitions vers l'âge adulte. Cahier de référence pour les professionnel.le.s

Genève : SantéPsy.ch, 2023, 90 p.

En ligne : https://santepsy.ch/wp-content/uploads/2023/11/santepsy_cahier_16-25ans..pdf

Ce document, consacré aux 16-25 ans, a comme objectif prioritaire de soutenir les compétences des professionnels de la formation, de la santé et du social afin d'accompagner au mieux les jeunes dans le passage vers l'âge adulte. Il met un focus prioritaire sur la compréhension des questions liées à la transition que vivent les jeunes entre 16 et 25 ans entre l'adolescence et l'âge adulte et à leurs liens avec la santé psychique. Il propose aussi des pistes d'action pour accompagner cette transition dans une optique de promotion de santé. [Résumé éditeur]



Dubath Viviane

Promouvoir la santé psychique des enfants de 0 à 4 ans. Cahier de référence pour les professionnel.le.s

Genève : Santépsy.ch, 2022, 86 p.

En ligne : https://santepsy.ch/wp-content/uploads/2023/06/santepsy_2022_cahierref0-4..pdf

Ce cahier de référence s'adresse aux professionnels de la petite enfance et a pour objectif de promouvoir la santé mentale durant la petite enfance en s'informant sur ses enjeux, ses défis et ses pistes d'intervention. Il est composé de trois parties. La première partie fait le point sur l'état actuel des connaissances et les concepts de référence concernant les



processus de développement de la santé mentale entre zéro et quatre ans. La seconde partie permet de comprendre les liens directs entre les pratiques éducatives, les conditions de vie et le développement psychique du jeune enfant. La troisième partie est consacrée à la mise en pratique des savoirs à l'aide des outils, des ressources et des compétences disponibles.



Voide Crettenand Gilberte, Schaller Maëlle

Promouvoir la santé psychique des adolescent.e.s à l'école et dans l'espace social. Cahier de référence pour les professionnel.le.s

Genève : SantéPsy.ch, 2023, 114 p.

En ligne : https://santepsy.ch/wp-content/uploads/2023/05/santepsy_cahier_12-16ans_web_def.-1.pdf

Ce document propose un cadre de référence pour promouvoir la santé psychique des adolescent.e.s, en particulier à l'école. Il vise à mieux comprendre les enjeux de l'adolescence, à soutenir les enseignant.e.s dans leurs actions, et à inspirer des projets concrets. Fondé sur des apports théoriques, des expériences menées en Suisse et des contributions d'experts et de jeunes, il met en avant des leviers et pistes d'action pratiques.



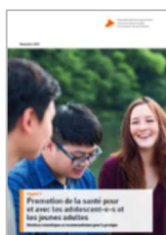
Amstad Fabienne, Unterweger Gisela, Sibert Anja, et al.

Promotion de la santé pour et avec les enfants : résultats scientifiques et recommandations pour la pratique

Berne : Promotion santé Suisse, 2022, 125 p.

En ligne : https://gesundheitsfoerderung.ch/sites/default/files/2022-11/Rapport_008_PSCH_2022-11_-_Promotion%20de%20la%20sant%C3%A9%20pour%20et%20avec%20les%20enfants.pdf

Ce rapport démontre l'importance de s'engager en faveur de la santé des enfants. En s'appuyant sur des connaissances scientifiques, il montre pourquoi les thèmes de l'activité physique, de l'alimentation et de la santé psychique sont des piliers essentiels à la santé des enfants. Il est structuré en 8 chapitres : le concept de cadre de vie ; les principes généraux et les méthodes pour promouvoir la santé des enfants ; l'égalité des chances et les vulnérabilités ; l'efficacité des interventions précoces ; la promotion de l'activité physique régulière ; la promotion d'une alimentation équilibrée ; la promotion de la santé psychique ; les interactions entre l'alimentation, l'activité physique et la santé psychique. Les auteurs proposent en outre différentes recommandations ainsi que des interventions et approches qui ont fait leurs preuves.



Amstad Fabienne, Suris Joan-Carles, Barrense-Dias Yara, et al.

Promotion de la santé pour et avec les adolescent-e-s et les jeunes adultes : résultats scientifiques et recommandations pour la pratique

Berne : Promotion santé Suisse, 2022, 120 p.

En ligne : [https://promotionsante.ch/sites/default/files/2022-11/Rapport_009_PSCH_2022-11 -](https://promotionsante.ch/sites/default/files/2022-11/Rapport_009_PSCH_2022-11_-_Promotion%20de%20la%20sant%C3%A9%20pour%20et%20avec%20les%20adolescent-e-s%20et%20les%20jeunes%20adultes.pdf)

[_Promotion%20de%20la%20sant%C3%A9%20pour%20et%20avec%20les%20adolescent-e-s%20et%20les%20jeunes%20adultes.pdf](https://promotionsante.ch/sites/default/files/2022-11/Rapport_009_PSCH_2022-11_-_Promotion%20de%20la%20sant%C3%A9%20pour%20et%20avec%20les%20adolescent-e-s%20et%20les%20jeunes%20adultes.pdf)

Ce rapport démontre l'importance de s'engager en faveur de la santé des adolescents et des jeunes adultes. En s'appuyant sur des connaissances scientifiques, il montre pourquoi les thèmes de l'activité physique, de l'alimentation et de la santé psychique sont des piliers essentiels à la santé des adolescents. Il est structuré en 8 chapitres : la phase de vie de l'adolescence ; les principes généraux et les méthodes pour promouvoir la santé des adolescent-e-s et jeunes adultes ; l'égalité des chances et les vulnérabilités ; l'usage des médias numériques ; la promotion de l'activité physique régulière ; la promotion d'une alimentation équilibrée ; la promotion de la santé psychique ; les interactions entre l'alimentation, l'activité physique et la santé psychique. Les auteurs proposent en outre différentes recommandations ainsi que des interventions et approches qui ont fait leurs preuves.



Pastant Fanny, Gac Maureen, Roelandt Jean-Luc

Conseils locaux de santé mentale (CLSM). Comment favoriser l'engagement des élu-es et des équipes municipales ?

Hellemmes : Centre national de ressources et d'appui aux Conseils locaux de santé mentale, 2022, 23 p.

En ligne : http://clsm-ccoms.org/wp-content/uploads/2022/01/5-CCOMS-Guide_e%CC%81lus.pdf

Ce guide propose des pistes et des recommandations pour favoriser l'engagement des élus et des équipes municipales au sein des Conseils locaux de santé mentale (CLSM).



Pastant Fanny, Gac Maureen, Roelandt Jean-Luc

Conseils locaux de santé mentale (CLSM). Comment favoriser l'engagement des usagères et usagers des services de santé mentale ?

Hellemmes : Centre national de ressources et d'appui aux Conseils locaux de santé mentale, 2022, 31 p.

En ligne : http://clsm-ccoms.org/wp-content/uploads/2022/01/7-CCOMS-Guide_usagers.pdf

Ce guide propose des recommandations, présente des expériences et des pistes de réussites afin de favoriser l'engagement des usagères et usagers des services de santé mentale. Il s'adresse aux élus locaux, aux représentants du secteur de la psychiatrie, aux usagers, aux aidants, aux professionnels de terrain.





Bazinet Jeanne, Gohier Chantal, Pinsonneault Danielle (et al.)

Guide de soutien pour intervenir auprès d'un enfant de 5 à 13 ans à risque suicidaire

Québec : Ministère de la santé et des services sociaux du Québec, 2021, 82 p.

En ligne : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-825-03W.pdf>

Ce guide s'inscrit dans une dynamique de transfert de connaissance autour d'un projet visant à outiller ceux qui interviennent auprès d'enfants de 5 à 13 ans à risque suicidaire. Il vise à outiller les intervenants qui accompagnent les enfants à risque suicidaire et leur entourage. Il fournit des balises pour soutenir le jugement clinique. Il se veut suffisamment général pour favoriser son utilisation dans une diversité de milieux de pratique et par une diversité de professionnels, mais également suffisamment concret pour soutenir les interventions. Il propose un processus clinique pour soutenir l'intervention auprès d'enfants à risque suicidaire et de leur entourage. Ce processus clinique se décline en trois dimensions transversales à l'intervention et en cinq étapes évolutives et flexibles qui doivent être adaptées au caractère unique de chaque situation. Il nécessite en tout temps une étroite collaboration avec l'enfant, son entourage et les autres professionnels de la santé et des services sociaux ou du milieu scolaire impliqués auprès d'eux.



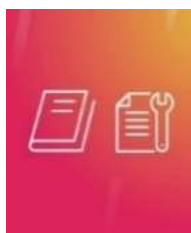
Delebarre Coraline, Friboulet David, Hefez Serge

La santé psychique chez les LGBT+. Guide pratique à destination des acteurs de prévention

Paris : Sidaction, 2019, 27 p.

En ligne : https://www.dilcrah.gouv.fr/files/2024-01/guide_la_sante_psychique_chez_les_lgbt_web_0.pdf

Ce guide s'adresse aux acteurs de la prévention et vise à leur permettre d'adapter leur posture face au mal-être exprimé par les personnes LGBT+, afin de mieux les orienter.



Mettre en œuvre un projet de parcours en psychiatrie et santé mentale - Méthodes et outils pour les territoires [Page internet]

Paris : Anap, 2016

En ligne : <http://affairesjuridiques.aphp.fr/textes/mettre-en-oeuvre-un-projet-de-parcours-en-psychiatrie-et-sante-mentale-methodes-et-outils-pour-les-territoires-anap-decembre-2016/>

L'article 69 de la loi de modernisation de notre système de santé introduit le concept de parcours comme fondement de l'organisation de la psychiatrie et la santé mentale. L'ANAP propose avec ce document une méthode et des outils qui permettront aux nombreux acteurs concernés (ARS, conseils départementaux, acteurs institutionnels et libéraux des champs sanitaires médico-social et social ainsi que les usagers et leurs aidants) de s'engager dans une construction collective des parcours en psychiatrie et santé mentale.

●● STRATÉGIES D'INTERVENTION ET EXEMPLES D'ACTIONS



Baggio Stéphanie

Evaluation STOP SUICIDE – Ateliers pour la prévention du suicide des jeunes

Berne : Promotion santé Suisse, 2023, 7 p.

En ligne : https://promotionsante.ch/sites/default/files/2023-09/Feuille_d_information_090_2023-09_Evaluation_Stop_Suicide.pdf

L'association STOP SUICIDE s'engage à travers différentes actions pour la prévention du suicide et la promotion de la santé psychique, notamment grâce à ses ateliers innovants qui consistent en un programme de prévention brève à destination des jeunes d'âge scolaire. Ses buts principaux sont de sensibiliser aux thématiques liées au suicide et de faire connaître les ressources d'aide disponibles. L'atelier couvre des sujets divers allant des informations générales sur les comportements suicidaires à la détection des facteurs de risque et des signes de détresse psychologique, ainsi qu'une présentation des différentes ressources d'aide disponibles. Une évaluation des ateliers a été réalisée et les principaux résultats sont les suivants : les ateliers ont permis de promouvoir l'utilisation des ressources d'aide, ont été perçus comme utiles et agréables par les jeunes, ont amélioré les capacités d'adaptation en termes de planification, c'est-à-dire les mesures à prendre pour faire face à un problème et enfin, les ateliers ont également été bénéfiques en termes de réduction de la détresse psychologique et des pensées suicidaires des jeunes. [Résumé auteur]



Soutenir le bien-être des jeunes par l'approche des compétences psychosociales. Carnet à destination des intervenants éducatifs

Bruxelles : Cultures & santé asbl, 2023, 32 p.

En ligne : <https://cm-mc.bynder.com/m/2e5c2b12909c26d/original/Carnet-sur-les-competences-psycho-sociales.pdf>

Ce document est destiné aux intervenants éducatifs c'est-à-dire tout professionnel et volontaire intervenant auprès des jeunes, dans les milieux scolaires, extrascolaires, associatifs ou institutionnels. Il porte sur les actions à mener avec les jeunes pour les soutenir, les accompagner et promouvoir leur santé mentale grâce au renforcement des compétences psychosociales. Le document propose une partie théorique sur la santé mentale, les facteurs qui l'influencent, les compétences psychosociales et leurs bénéfices. Dans une seconde partie plus pratique, centrée sur le renforcement des compétences psychosociales, les auteurs mentionnent des ressources, des outils et des références utiles pour mener des projets. Les illustrations du document en facilitent sa lecture et son appropriation.





Cobbaut Nathalie, Lualaba Lekede Anoutcha, et al.

Recréer du collectif : gage de santé mentale et sociale. Dossier annuel

Bruxelles : Question santé asbl, Bxl santé, 2023

En ligne : https://questionsante.org/wp-content/uploads/2023/02/dossierannuelbxlsante_2023_vf.pdf

En réaction aux impacts de la crise et des confinements liés à la pandémie de Covid-19 sur les individus et la société, l'asbl Question Santé s'est donnée pour thématique transversale de recréer du collectif, du lien entre les individus, au sein des services et des associations et entre les citoyens et le monde politique. A travers trois grandes interviews relatives à ces trois sphères d'intérêt et des articles qui donnent des exemples de reconstruction du lien, ce dossier appréhende les enjeux qui traversent cette nécessité de réinventer la collectivité, là où l'individualisme, la désagrégation des communs et l'absence d'une vision politique partagée empêchent de faire société.



Montagni Ilaria

Littératie en santé mentale : de quoi s'agit-il et pourquoi la promouvoir ?

Questions de santé publique 2023 ; 49 : 4

En ligne : https://iresp.net/wp-content/uploads/2023/05/Web_QSP46_IReSP_46_2023046_WEB2.pdf

Ce numéro recense les études, programmes, interventions, outils pédagogiques... pro-littératie en santé mentale. Des outils numériques comme la carte numérique "Ta santé à la carte" financé par Bordeaux Métropole ou la vidéo interactive "Qu'aurais-tu fait à ma place ?", réalisée par Marine Quérroué, concernant la dépression et le risque suicidaire, illustrent ce numéro.



Sagni Andrea

Lyon : Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes, 2023, 78 p.

Faire le lien entre santé mentale et environnement en promotion de la santé

En ligne : https://www.promotion-sante-ara.org/app/uploads/2024/09/bipp_sante_envir_ecran_pages.pdf

Ce document interactif offre un recueil d'actions qui font le lien entre santé mentale et environnement en promotion de la santé. Vous y trouverez les actions repérées en Auvergne-Rhône-Alpes dans le cadre de la démarche « Bonnes idées et pratiques prometteuses ». Les actions ont été choisies à partir des critères sélectionnés par un comité régional multipartenarial composé de chercheurs et de professionnels de terrain. Cela afin d'inspirer, orienter et appuyer les acteurs de la promotion de la santé dans la mise en œuvre de leurs projets. Une fiche de capitalisation est associée à chaque action jugée particulièrement prometteuse et innovante par le comité régional afin d'en préciser les leviers d'efficacité.



Du Roscoat Enguerrand, Broussouloux Sandrine, Walter Michel, et al.

Prévenir le suicide. Connaissances et interventions. Dossier

La Santé en action 2019 ; 450 : 4-37

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/content/download/541026/3939824?version=1>

Il existe des interventions efficaces pour prévenir le suicide, cela a été démontré par la littérature scientifique. Ce constat a amené les pouvoirs publics et les intervenants dans le champ de la santé publique à intégrer cette démarche de prévention qui a fait ses preuves. Ce dossier analyse ces interventions probantes au travers de programmes concrets. Une trentaine d'experts et d'intervenants de terrain y ont contribué.



Dossier ressources. Santé mentale et isolement social : quelles interactions et réponses territorialisées ?

Paris : Fabrique territoires santé, 2018, 54 p.

En ligne : https://www.fabrique-territoires-sante.org/wp-content/uploads/2022/08/Dossier_Isolement-social.pdf

Après un état des lieux sur la thématique de l'isolement social et la santé mentale, ce dossier issu d'un appel à contributions de Fabrique territoires santé, présente des actions locales mises en œuvre (dont 13 ont fait l'objet d'une Inspir'action). Trois stratégies complémentaires ont été identifiées : renforcer le réseau social, faciliter l'accès aux soins, agir sur l'environnement et l'aménagement urbain. Une dimension transversale à ces stratégies est mise en avant : la coordination d'un réseau de partenaires. Une synthèse et des pistes de réflexion sont proposées en conclusion.



Sitbon Audrey

Psychologie positive : revue de littérature sur les interventions efficaces

La Santé en action 2017 ; 440 : 6-7

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/psychologie-positive-revue-de-litterature-sur-les-interventions-efficaces>

Le fondement de la psychologie positive est d'améliorer son bien-être et de s'épanouir en développant des émotions positives, en s'engageant dans le présent, en donnant du sens à sa vie, en réussissant quelque chose et en développant des relations positives avec les autres. Une revue de littérature de Santé publique France indique que les interventions en psychologie positive sont susceptibles d'améliorer le bien-être et de contribuer à réduire les symptômes dépressifs ; elle parvient aux mêmes conclusions que les synthèses antérieures. Si l'amplitude de l'amélioration est souvent modeste, l'impact favorable peut être significatif à l'échelle d'une population.





Du Roscoät Enguerrand, Arcella-Giroux Pilar

Promouvoir la santé mentale de la population. Dossier

La Santé en action 2017 ; 439 : 8-46

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-en-action-mars-2017-n-439-promouvoir-la-sante-mentale-de-la-population>

Ce dossier dresse un état des connaissances et présente un certain nombre d'interventions qui vont dans le sens d'une approche globale de la santé mentale ; cette dernière n'est plus limitée au seul champ de la psychiatrie ; elle engage la responsabilité et l'implication d'une diversité d'acteurs et de milieux, ce qui nécessite l'intégration de nouveaux concepts et logiques.



Jouet Emmanuelle, Gratien Virginia, Svandra Philippe (et al.)

L'empowerment en santé mentale. Dossier

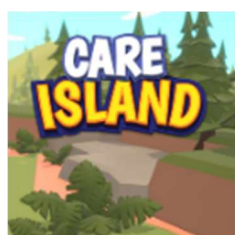
Santé mentale 2016 ; 212 : 23-79

L'empowerment est un processus par lequel l'individu acquiert du « pouvoir d'agir ». Pour l'usager en santé mentale, il reste particulièrement difficile de s'engager dans cette démarche de citoyenneté et d'autonomie. Du côté des soignant, il s'agit, dans une perspective de rétablissement de repenser leur modèle de soin. Portées par cette dynamique, des équipes pionnières élaborent des outils pour soutenir concrètement l'empowerment.

●● OUTILS PÉDAGOGIQUES POUR INTERVENIR

Certains outils pédagogiques sont disponibles dans les antennes départementales de Promotion Santé BFC (voir les coordonnées ici : <https://www.promotion-sante-bfc.org/contacts>). Les chargés de projet et d'ingénierie en promotion de la santé et les documentalistes peuvent vous accompagner à l'utilisation de ces outils. Sont-ils adaptés au type d'intervention envisagé, au public, aux objectifs visés dans l'action ?

D'autres outils sont accessibles en ligne uniquement... Et ce sera à vous alors de vous poser la question de leur pertinence.



Care Island [Application]

Dijon : Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté, 2025

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/projets/care-island>

Care Island est un jeu mobile destiné aux adolescent.es de 14 à 18 ans pour les aider à prendre soin de leur santé mentale de manière ludique et engageante. Le jeu s'appuie sur des techniques validées en psychologie pour renforcer le bien-être psychologique et les compétences psychosociales. Utilisable en autonomie par les jeunes, Care Island peut aussi servir de support d'échange, d'atelier de prévention ou d'outil thérapeutique complémentaire pour les professionnel.les de la santé, du social et de l'éducation.



Santé mentale et activité physique : je bouge pour ma santé mentale

Paris : Ministère des Sports, de la Jeunesse et de la Vie associative ; Ministère chargé de la Santé et de l'Accès aux soins ; Maison Sport-Santé PEPS

2025, 11 p.

En ligne : <https://www.sports.gouv.fr/guide-sante-mentale-et-activite-physique-9811>

Dans le cadre du renforcement de la politique publique en faveur de la santé pour tous, le guide « Santé mentale et activité physique » a été élaboré pour promouvoir les bienfaits de l'activité physique et sportive (APS) pour la santé mentale. Il présente les principaux troubles en santé mentale et les bienfaits corporels et psychiques de l'activité physique. Des conseils sont également dispensés pour que chacun puisse mieux intégrer l'activité physique dans son quotidien.



WeCare

Dijon : Promotion santé BFC, 2024

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/projets/wecare>

L'application propose une approche numérique complète pour aider les jeunes adultes à prendre soin de leur santé mentale. Elle intègre des fonctionnalités interactives et éducatives conçues pour renforcer les compétences en gestion du stress et des émotions, communication. Le parcours est personnalisable grâce à des activités variées chaque jour (visionnage de vidéos éducatives, exercices de relaxation ou quizz d'évaluation des habitudes de vie). Des récompenses sont intégrées pour maintenir la motivation et encourager à s'impliquer dans son bien-être mental. WeCare utilise les dernières avancées



technologiques pour offrir une expérience utilisateur intuitive et enrichissante Cette application est gratuite et disponible sur Google play et l'App store.



Nightline : les outils

Lyon : Nightline France, 2024

En ligne : <https://www.nightline.fr/kit-de-vie>

Nightline est une association sur la santé mentale des jeunes. Le site internet propose un kit de vie composées de fiches explicatives et de mini-jeux d'outils pour prendre soin de soi et/ou de ses ami-e-s.. Le kit de vie accompagne les jeunes pour atteindre un mieux-être.



Les troussees éducatives de La bande des 7

Québec : Santé mentale Québec, 2023

En ligne : <https://santementaleca.com/services/la-bande-des-7/les-troussees-educatives-de-la-bande-des-7/>

Les troussees éducatives du projet "La bande des 7" permettent d'aborder la santé mentale avec des enfants de 4 à 5 ans. Ces 7 troussees sont thématiques : créer des liens, se ressourcer, ressentir, agir, s'accepter, découvrir et choisir. Les activités fournies dans ces troussees permettent aux tout-petits de s'amuser tout en apprenant à se découvrir eux-mêmes pour développer une santé mentale positive. Chacune des troussees se concentre sur une astuce, les activités y étant réparties en 3 catégories : "Moi, mon groupe et ma classe", "Ma garderie" et "Mon école" et guidées par une mascotte différente selon les thématiques.

@ antennes départementales 21, 25, 58, 71, 89, NFC



Kit pédagogique "Levons les tabous sur la santé mentale" pour les 10-18 ans

Paris : Unicef, 2023

En ligne : <https://my.unicef.fr/article/le-conseil-unicef-des-jeunes-se-mobilise-sur-la-sante-mentale/>

Ce kit pédagogique sur la santé mentale a trois objectifs : informer les jeunes sur la santé mentale en présentant sa définition et en explorant les différents mal-être et troubles psychiques qui existent ; faire prendre conscience de l'importance de leurs émotions et de leur état psychique, tout en les aidant à déconstruire les stéréotypes et préjugés relatifs à la santé mentale et donner quelques clés pour apprendre à prendre soin de sa santé mentale en repérant des signes de mal-être et en sachant que des solutions sont possibles.

@ antennes départementales 21, 25, 70, 89



Le jardin du dedans

Paris : Psycom, 2022

En ligne : <https://www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/le-jardin-du-dedans/>

Ce kit pédagogique, conçu pour les enfants de 8 à 11 ans, aborde la santé mentale à travers une histoire en 12 planches illustrées présentées en kamishibai. Il permet de sensibiliser les enfants à la notion de santé mentale (ce que c'est, ce qui la compose, comment y prêter attention, ce qui peut aider quand ça ne va pas), d'ouvrir le débat pour lever les tabous (oser dire quand on ne se sent pas bien, à qui en parler, dépasser les idées reçues) et d'accompagner les adultes dans l'animation de ces échanges délicats avec les enfants.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 58



ETUCARE. Et toi, tu prends soin de toi ? [Mallette pédagogique]

Dijon : Promotion Santé Bourgogne Franche-Comté, ARS Bourgogne - Franche-Comté, 2021

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/projets/etucare>

ETUCARE est un programme numérique de promotion de la santé mentale à destination des étudiant.es. Basé sur les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) et la psychologie positive, il permet aux étudiant.es de renforcer leurs ressources psychologiques et individuelles pour faire face aux difficultés de la vie étudiante et améliorer leur bien-être psychologique. Il s'articule autour de 8 modules pour :

- s'informer à travers des témoignages d'étudiants, des chiffres clés, des ressources interactives, des vidéos etc...
- se comprendre en répondant à des questionnaires d'autoévaluation, en s'appuyant sur des outils pour prendre conscience de ses comportements au quotidien ;
- agir en mettant en œuvre les stratégies pratiques proposées et en identifiant les structures d'aide et d'écoute psychologique près de chez eux.



Cahier engagé. Santé mentale

Paris : CRIPS Ile-de-France, 2021

En ligne : <https://www.lecrips-idf.net/sites/default/files/2023-02/crips-cahier-engage-sante-mentale-2021.pdf>

Cet outil sur la santé mentale est destiné aux jeunes de moins de 30 ans et les aidera à la fois à mieux se comprendre et à pouvoir accompagner leur entourage en cas de besoin. Construit comme un cahier de vacances, il est structuré en trois parties, comme les trois trimestres d'une année scolaire. La première partie aborde la compréhension de la santé mentale et de la psychologie positive et de ce qui peut les impacter. La deuxième partie s'intéresse aux émotions et aux forces, qui sont le cœur des concepts qu'il est important que les jeunes s'approprient. Une dernière partie invite les jeunes à agir pour eux et pour les autres. Des exercices et des jeux y sont proposés, ainsi qu'un « guide de survie en milieu



hostile » pour les aider à identifier les lieux ressources en cas de questions ou de problématiques relatives à la santé mentale.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 70



Adap.t – Activités pédagogiques pour favoriser la santé mentale des jeunes

Québec : Association canadienne pour la santé mentale Montréal, 2020

En ligne : <https://acsmmontreal.qc.ca/adapt/>

Cet outil s'adresse aux jeunes d'âge scolaire (12-15 ans). Il a pour objectif d'outiller les professionnels intervenants auprès des jeunes, les enseignants et les parents pour qu'ils apprennent à aborder et normaliser la santé mentale ainsi que les émotions vécues (inquiétudes, anxiété, incertitude...), qu'ils mettent à profit ou développer des stratégies de gestion de la santé mentale, en particulier leur résilience et leurs compétences sociales, et qu'ils démystifient la demande d'aide. Ce programme se compose de 5 modules : la santé mentale, la gestion du stress, l'estime de soi, les émotions, et la maîtrise de son discours intérieur.

@ antennes départementales 21, 25



Le kit Cosmos mental [Vidéo]

Paris : Psycom, 2020

En ligne : <https://www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/kit-cosmos-mental/>

Le Cosmos mental® est un clip pédagogique qui illustre de façon imagée le concept de santé mentale à travers la métaphore du cosmos, reflétant sa complexité et son évolution tout au long de la vie. Conçu d'abord pour les 15-25 ans, il s'adresse en réalité à tout public souhaitant mieux comprendre la santé mentale ou en parler avec d'autres.

Il favorise une parole libre et inclusive pour rappeler que la santé mentale concerne tout le monde ; montrer la diversité des facteurs qui l'influencent ; identifier ressources et obstacles, individuels et collectifs, pour en prendre soin ; aider chacun·e à évaluer son propre « thermostat » de santé mentale. Un mode d'emploi accompagne le clip pour faciliter son usage en animation.



Sauver le monde sans s'effondrer. Manuel du bien-être pour les jeunes militant.e.s

Paris : Amnesty International, 2020

En ligne : https://amnistie.ca/sites/default/files/2021-04/Manuel_bien-etre_jeunes.pdf

L'objectif de ce livret est de soutenir les jeunes militant.e.s afin de les aider à prendre davantage soin d'eux et de permettre aux militant.e-s, partout dans le monde, de s'occuper les uns des autres lorsqu'ils défendent les droits humains. Lorsque nous prenons soin les uns des autres, il est possible de trouver un équilibre entre notre activité militante et notre bien-être.



Parcours D-Stress. Le jeu qui pose un autre regard sur le stress (2ème édition)

Bruxelles : Question santé, Solidaris, 2019

Ce jeu permet de s'interroger sur les causes et conséquences du stress et éclairer la manière dont chacun y fait face peut aider à le prévenir et à s'en préserver. Il se joue entre 4 à 12 joueurs, en individuel ou en équipe. Tout au long du parcours, les joueurs/équipes rencontrent des événements agréables ou désagréables qui influencent leur stress, s'adaptent à leur environnement en réussissant des défis, témoignent de leurs connaissances relatives au stress, diversifient leurs possibilités de détente et expérimentent le changement de point de vue. Les joueurs décident eux-mêmes de la manière dont ils veulent négocier leur progression, en aménageant au mieux l'équilibre délicat et nécessaire entre tension (dépense de points d'énergie) et détente (récupération de points d'énergie). Cette nouvelle édition a été améliorée tant dans sa dynamique que dans l'actualisation des contenus des cartes.

@ antennes départementales 21, 25, 71 89



L'Univers des sensations

Bruxelles : Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial, 2019

Cet outil s'adresse à un large public : garçons et filles, hommes et femmes, jeunes et moins jeunes, personnes en situation de handicap... Il peut être utilisé seul, en couple, en famille, en classe, en équipe de travail, lors d'animations, d'évaluations, de cours d'alphabétisation... Il s'agit d'un jeu composé de 82 cartes qui se proposent d'être un support à l'identification, à l'expression et à la discussion sur le thème des sensations. Les cartes illustrées sont accompagnées de 11 cartes thématiques sur les qualités élémentaires des sensations et 7 pistes d'utilisation. Les objectifs sont les suivants : développer l'attention aux sensations et aux mots justes pour les exprimer ; favoriser la conscience de soi par la cartographie mentale du corps ; relier les sensations aux vécus émotionnels, relationnels, affectifs et sexuels ; relier les sensation aux différents besoins éprouvés ; inviter à prêter



attention aux différentes sensations dans toutes leurs nuances, sans poser de jugement de valeur ; inviter à prendre conscience du caractère impermanent des sensations. [Résumé d'après éditeur]

@ antennes départementales 21, 25, 39, 58, 70, 71, 89, NFC



Boîte à outils pour une éducation positive. Développer les compétences du bien-être et du vivre-ensemble à partir du cycle 3

Paris : Scholavie, 2017

À destination des enseignants du primaire (à partir du cycle 3) et du secondaire, la boîte à outils contient des activités courtes et ludiques qui permettent de développer les compétences du bien-être et du vivre-ensemble. Cette boîte est composée de 72 activités organisées en 12 familles de compétences : comprendre les émotions, se ressourcer en vivant des émotions agréables, réguler les émotions désagréables, optimisme, confiance, motivation, créativité, gratitude, gentillesse, écoute, empathie et coopération. Une fiche d'introduction et des fiches d'activités sont proposées pour chaque compétence. Les activités déclinées en quatre catégories : jouer/bouger, échanger, écrire, travail intérieur, sont indépendantes les unes des autres et durent au maximum 15 minutes.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 58, 70, 71, 89, NFC



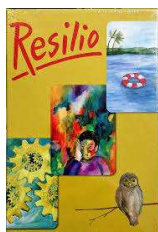
D'accord / Pas d'accord [Jeu]

Paris : CRIPS Ile-de-France, 2016

En ligne : <https://www.lecrisps-idf.net/jeu-prevention-sante-mentale-d-accord-pas-d-accord>

Ce jeu de débat, créé par les équipes du Crips, est destiné à un public de 13 à 25 ans. Il propose des affirmations sur diverses thématiques de santé mentale, afin de chaque participant puisse se positionner. L'objectif est de libérer la parole, acquérir des connaissances et développer son esprit critique par rapport aux représentations sur la santé mentale.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 70, 89



Egetmeyer Moritz, Marti Emilie

Resilio [Jeu]

Kirchazrten : OH Publishing, 2015

Cet outil propose des images représentant des scènes de la vie quotidienne qui peuvent devenir une source de stress. Il propose ainsi d'évoquer ces situations et de chercher les ressources pour y faire face. Pour cela, il utilise des cartes proposant des représentations d'animaux avec leurs diverses qualités de résilience qui pourront aider le participant à mieux comprendre et gérer son stress.

@ antennes départementales 21, 25, NFC



Cartes des forces

Epône : Positran, 2014

Cet outil est conçu pour identifier et développer ses forces personnelles. Il propose aux joueurs de se connaître, de gagner en confiance, de s'épanouir et d'être efficaces. Chacune des cartes contient une photo et le nom d'une force sur le recto. Au verso figurent les questions susceptibles d'être posées pour identifier cette force, sa description et des suggestions afin de l'activer et de la développer.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 58, 70, 71, 89, NFC



Le langage des émotions

Bruxelles : Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial, 2013

Ce jeu est constitué de 61 cartes qui représentent 61 émotions. Il permet de mettre en scène ou bien simplement de mettre des mots sur les émotions. Il peut servir de support pour un atelier sur la gestion des émotions mais aussi comme outil pour identifier nos différentes émotions, et les mettre en image.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 58, 70, 71, 89, NFC



L'expression des besoins

Bruxelles : Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial, s.d.

Ce jeu de cartes a été conçu comme support pour l'identification, l'expression et la réflexion sur la thématique des besoins. Les besoins sélectionnés y sont présentés au travers d'un personnage récurrent et asexué afin de respecter l'égalité de genre dans le nécessaire assouvissement des besoins. Tant le corps que le visage s'expriment : un simple froncement de sourcil, un port de tête, un mouvement de bras ou de jambes ou encore un détail du décor permettent d'identifier le besoin dont il est question.

@ antennes départementales 21, 25, 39, 58, 70, 71, 89, NFC



DES RESSOURCES DE RÉFÉRENCES COMPLÉMENTAIRES



Pass santé jeunes

Dijon : ARS BFC, Promotion Santé BFC

En ligne : <https://www.pass-santejeunes-bourgogne-franche-comte.org/>

Le Pass'Santé Jeunes est un dispositif pour promouvoir la santé des jeunes, qui allie interfaces numériques et dynamiques partenariales locales. Ce programme ambitieux vise à soutenir la parentalité et à développer les capacités des jeunes à faire des choix favorables à leur santé. Le Pass'Santé Jeunes s'articule autour d'un portail de ressources fiables et validées autour de 14 thématiques de santé, organisées en 3 tranches d'âges (8-18 ans) et complété par un espace dédié aux parents d'enfants de 0 à 18 ans.



Pass santé pro

Dijon : ARS BFC, Promotion Santé BFC

En ligne : <https://www.pass-santepro.org/>

Ce site ressource est à la disposition des professionnels de l'enfance et de l'adolescence. Il propose une sélection d'outils et de techniques d'animation, ainsi que des modules d'auto-formation pour intervenir auprès des jeunes ou de leur entourage. Le module e-learning « Intervenir en santé mentale ».



Réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé

Veille documentaire – Santé mentale

Dijon : ARS BFC

En ligne : <https://rrapps-bfc.org/veille-documentaire-thematique?thematique=160>

Chaque jour, l'équipe de documentalistes du réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé (Rrapps) Bourgogne-Franche-Comté sélectionne des informations fiables, valides et pertinentes dans l'actualité de la santé publique. Ces informations sont diffusées sur le portail du Rrapps et sont organisées autour de 12 thématiques de santé. L'une de ces thématiques est la santé mentale.



Psycom Santé mentale info

Paris : Psycom

En ligne : <https://www.psycom.org/>

Psycom, est un organisme public d'information sur la santé mentale et de lutte contre la stigmatisation. Il a pour objectif de faire de la santé mentale l'affaire de toutes et de tous. Ses missions sont de promouvoir une vision globale de la santé mentale à destination de publics variés ; proposer une information fiable, accessible et indépendante sur la santé mentale, les troubles psychiques, les soins, les traitements, l'accompagnement social, les droits, etc. ; et de décrypter la stigmatisation liée aux problèmes de santé mentale, et



développer des outils pour agir contre les discriminations des personnes vivant avec des troubles psychiques. Son site internet propose de nombreuses ressources à télécharger.



Santé mentale [Page internet]

Saint-Maurice : Santé publique France, 2023

En ligne : <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale>

La santé mentale est une composante essentielle de la santé globale, influencée par des facteurs socio-économiques, biologiques et environnementaux. Les troubles mentaux, incluant la dépression, sont une des principales causes d'incapacité, souvent manifestés dès l'enfance. La surveillance en France repose sur des enquêtes et des données de soins pour identifier et prévenir les troubles psychiatriques. Le programme de Santé publique France vise à promouvoir le bien-être, prévenir les troubles mentaux et réduire la stigmatisation des personnes touchées.



La santé mentale positive ça se cultive

Québec : Association pour la santé publique du Québec

En ligne : <https://casecutive.ca/>

Ce site internet propose des outils pour favoriser le développement des compétences personnelles et sociales des jeunes, et la création d'environnements favorables à leur santé mentale.



Santé mentale

Paris : Santé mentale

En ligne : <https://www.santementale.fr/>

Créée en 1995, la revue Santé mentale est un mensuel d'information et de formation destiné à tous ceux qui se sentent concernés par la maladie mentale et plus spécifiquement aux soignants en psychiatrie. Sa ligne éditoriale est résolument centrée sur une clinique pluridisciplinaire exigeante qui prend aussi en compte les compétences des usagers. Elle allie une certaine forme de vulgarisation à une rigueur théorique et pratique qui permet aux profanes de découvrir le champ de la santé mentale et aux professionnels les plus accomplis d'enrichir leurs pratiques. Hors des querelles des écoles de pensée, il s'agit de valoriser et de croiser les savoir-faire, d'interroger le savoir-être du soignant, de questionner les pratiques et l'actualité.



PROMOTION SANTÉ BFC ACCOMPAGNE LE SERVICE SANITAIRE

•• UNE RUBRIQUE DÉDIÉE SUR LE SITE INTERNET

Promotion Santé BFC met à disposition des étudiants en santé, différentes ressources pour mener à bien leurs actions : une fiche de mission, une formation en ligne en méthodologie de projet, des documents à destination des référents pédagogiques et des structures d'accueil et des vidéos de retours d'expériences.



<https://www.promotion-sante-bfc.org/projets/service-sanitaire>

•• UNE COLLECTION DE DOSSIERS DOCUMENTAIRES « FAIRE LE TOUR DE LA PROMOTION DE LA SANTÉ ... EN 180 MINUTES »



Faire le tour de la promotion de la santé en 180 minutes... (ou presque) : glossaire documenté

Sandon Agathe, Sizaret Anne

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 184 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/faire-le-tour-de-la-promotion-de-la-sante-en-180-minutes-ou-presque-glossaire-documente>



Faire le tour de la promotion de la santé mentale des jeunes en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Vassieux Laetitia

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 60 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/faire-le-tour-de-la-sante-mentale-des-jeunes-en-promotion-de-la-sante-en-180-minutes-ou-presque>





Faire le tour de la santé sexuelle en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Sandon Agathe

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 70 p. (Dossier documentaire Service Sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/faire-le-tour-de-la-sante-sexuelle-en-180-minutes-ou-presque>



Faire le tour de la promotion de l'approche « Une seule santé » en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Vassieux Laetitia

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 60 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/faire-le-tour-de-lapproche-une-seule-sante-en-promotion-de-la-sante-en-180-minutes-ou-presque>



Mon corps au quotidien en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Sizaret Anne

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 64 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/sizaret-anne-mon-corps-au-quotidien-en-promotion-de-la-sante-en-180-minutes-ou-presque>



Faire le tour du sommeil en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Sizaret Anne

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 49 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : https://admin.promotion-sante-bfc.org/wp-content/uploads/2024/10/2024_DossierDocSommeilSSES.pdf



Faire le tour de la vaccination en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Vassieux Laetitia, Sizaret Anne

Dijon : Promotion Santé BFC, 2025, 54 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/faire-le-tour-de-la-vaccination-en-promotion-de-la-sante-en-180-minutes-ou-presque-2>



Faire le tour des addictions en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Vassieux Laetitia

Dijon : Promotion Santé BFC, 2024, 54 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : <https://www.promotion-sante-bfc.org/publications/faire-le-tour-des-addictions-en-promotion-de-la-sante-en-180-minutes-ou-presque>



Faire le tour de la nutrition en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Defaut Marion

Dijon : Promotion Santé BFC, 2024, 54 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : https://admin.promotion-sante-bfc.org/wp-content/uploads/2024/10/2024_DossierDocNutritionSSES.pdf



Faire le tour des écrans en promotion de la santé... en 180 minutes (ou presque)

Sandon Agathe

Dijon : Promotion Santé BFC, 2024, 68 p. (Dossier documentaire Service sanitaire)

En ligne : https://admin.promotion-sante-bfc.org/wp-content/uploads/2024/10/2024_DossierDocEcransSSES.pdf

● ●

Promotion Santé Bourgogne-Franche-Comté rassemble dans ses centres de ressources documentaires spécialisés en santé publique des ouvrages, rapports et revues spécialisées en promotion de la santé, à disposition des professionnels et des futurs professionnels de la santé, de l'éducation et du social.

À Dijon, Promotion Santé BFC propose un fonds documentaire d'ouvrages, de rapports internationaux, nationaux et locaux, des revues spécialisées, des outils pédagogiques, des supports d'information diffusables en nombre, ainsi que des prestations documentaires personnalisées (recherches documentaires, bibliographies...).

Les autres antennes départementales de Promotion Santé BFC (Doubs, Jura, Nièvre, Haute-Saône, Saône-et-Loire, Yonne et Nord Franche-Comté) disposent d'un fonds pédagogique composé d'outils d'intervention en promotion et éducation pour la santé ; elles assurent la diffusion en nombre de documents d'information en santé, pour l'essentiel édités par Santé publique France.

Ces différents fonds documentaires sont interrogeables sur les bases de données Bib-Bop (<http://www.bib-bop.org/>).

Tous les centres de documentation possèdent un espace permettant la consultation sur place des documents du fonds documentaire (articles, ouvrages, outils, etc.).

Seuls les ouvrages et outils d'intervention sont empruntables, via une adhésion annuelle régionale gratuite.

Pour en savoir plus : <https://promotion-sante-bfc.org>