



SANTÉ MENTALE DES ENFANTS ET DES JEUNES

Cette note a été rédigée en réponse à la demande d'appui adressée par un membre de l'UNAFAM Moselle qui souhaite développer un projet de prévention en santé mentale à destination des enfants et adolescents.

Plan de lecture

1. Promotion de la santé mentale sur le territoire messin.....	1
1.1. Le Conseil messin de santé mentale	1
1.2. Actions du CLS repérées à destination des jeunes portant sur les thématiques des addictions et des conduites à risques.....	2
2. Éléments de diagnostic concernant les jeunes et la santé mentale	2
2.1. Atlas de la santé mentale en France	2
2.2. Étude santé mentale sur le territoire Metz Métropole.....	3
2.3. Sondage auprès des parents du territoire messin	3
3. Agir pour une bonne santé mentale des enfants/ados.	4
3.1. Exemples d'actions.....	4
3.2. Exemples d'outils	4
4. Ressources.....	5
4.1. Connaissance des acteurs messins.....	5
4.2. Contacts	5
4.3. Documentation	6
4.4. Sites Internet.....	7

1. PROMOTION DE LA SANTÉ MENTALE SUR LE TERRITOIRE MESSIN

1.1. LE CONSEIL MESSIN DE SANTÉ MENTALE

Le [Conseil messin de santé mentale](#) (CLSM) est en place depuis janvier 2017. Il est porté par le Centre hospitalier de Jury, en partenariat avec l'ARS Grand Est et le soutien de la Ville de Metz. Sa mission est centrée sur la concertation et la coordination des acteurs locaux dans le but de définir des actions de lutte contre la stigmatisation, d'amélioration de l'accès et de la continuité des soins, d'insertion sociale et de participation des aidants, des usagers et des habitants.

Le CLSM travaille en articulation étroite avec le [Contrat local de santé](#) (CLS) porté par la Ville de Metz. Il est chargé de mettre en œuvre l'axe portant sur l'amélioration du bien-être psychique des habitants.

1.2. ACTIONS REPÉRÉES DU CLS À DESTINATION DES JEUNES PORTANT SUR LES THÉMATIQUES DES ADDICTIONS ET DES CONDUITES À RISQUES

Fiche action 12 - **Les réseaux sociaux, vecteur de prévention** (12 – 25 ans). Portée par le service en amont du Centre les Wads CSAPA CAARUD du CMSEA. L'objectif est de renforcer les connaissances et les compétences des professionnels en contact avec des adolescents/jeunes adultes en matière des conduites à risques. Sur le plan opérationnel, l'action vise notamment la mise en œuvre de séances de sensibilisation avec les jeunes autour de thématiques en lien avec les addictions et les nouvelles technologies.

Fiche action 13 - **Interventions en milieu scolaire du CM2 à la 5e : « Information Tabac », « Le tabac et vous », « Les influences »** (11 – 13 ans). Portée par le Comité de Moselle de la Ligue contre le Cancer. L'objectif est de renforcer les savoirs, savoir-être, savoir-faire des jeunes en matière de conduite à risque.

Fiche 15 - **Programme " Les conduites à risques ? Parlons-en entre jeunes ! "**. Portée par Centre de Prévention et de Formation du Centre Edison CSAPA CDPA 57. L'objectif est de développer l'empowerment des jeunes sur le territoire. Sur le plan opérationnel, l'action vise notamment la création d'un groupe de jeunes volontaires en vue de les sensibiliser aux conduites à risque et l'accompagnement de ces médiateurs à la réalisation d'interventions auprès d'autres jeunes.

Fiche 18 - **Actualisation du kit éducatif « Jeu Santé et Citoyenneté »** (12 – 25 ans). L'objectif est d'améliorer la stratégie de communication en matière de prévention à destination des jeunes. Sur le plan opérationnel, l'action vise l'actualisation de l'outil qui aborde, entre autres, les thématiques des addictions et des conduites à risques.

2. ÉLÉMENTS DE DIAGNOSTIC CONCERNANT LES JEUNES ET LA SANTÉ MENTALE

2.1. ATLAS DE LA SANTÉ MENTALE EN FRANCE

[L'atlas de la santé mentale en France](#) paru en mai 2020 a été réalisé sous la direction de l'Institut de recherche et documentation en économie de la santé (IRDES). Cette synthèse s'intéresse notamment aux enfants et adolescents pour lesquels on peut retenir quelques points généraux :

- Selon l'Inserm, 12 % des enfants et adolescents souffriraient d'au moins un trouble psychique en France.
- Les premiers signes de troubles psychiques apparaissent souvent au cours de l'enfance.
- À l'adolescence, la dépression constitue la 3^e cause de morbidité selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS).
- Le suicide est la deuxième cause de mortalité des 15-24 ans, après les accidents de la route.
- Les coûts sociaux et économiques des troubles psychiques sont élevés.

- En France, la promotion et prévention en santé mentale se développe autour de programmes centrés en particulier sur le développement des compétences psychosociales, des actions d'information et de prise en charge des conduites addictives, des interventions contre les violences et les discriminations et la prévention du suicide.

2.2. ÉTUDE SANTÉ MENTALE SUR LE TERRITOIRE METZ MÉTROPOLÉ

En 2017, l'[Observatoire régional de santé](#) a réalisé une [étude](#) portant sur l'adéquation entre les besoins de la population et l'offre en santé mentale sur le territoire Metz Métropole. Ce diagnostic comprend entre autres une enquête sur la perception de santé mentale des adolescents (523 élèves de seconde du lycée Georges de la Tour à Metz).

Il ressort de cette enquête :

- Des élèves majoritairement en bonne santé (91% déclarent être en bonne santé).
- 20 % ont des difficultés à se concentrer (culture du zapping, manque de sommeil, mauvaise alimentation, voire le signe de stress ou d'anxiété).
- 29 % ont l'impression d'être rapidement fatigués.
- 27 % se déclarent tendus ou nerveux.
- Deux enquêtes réalisées dans le cadre du conseil d'éducation à la santé et à la citoyenneté de cet établissement ont montré que 8 élèves sur 10 dormaient moins que le niveau recommandé.
- La fragilité mentale concerne davantage les adolescentes.
- Les adolescents ont des difficultés à faire le lien entre leur santé et les problématiques de santé mentale (paradoxe entre des ados qui se déclarent majoritairement en bonne santé et dont une part relativement élevée présente toutefois des signes de fragilité psychique).

2.3. SONDAGE AUPRÈS DES PARENTS DU TERRITOIRE MESSIN

Au début de l'année 2018, le CLSM a réalisé un [sondage](#) auprès des parents dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) dont le thème était « Enfance et parentalité ». 157 parents présents sur le territoire messin ont répondu, majoritairement des mères.

Sans être généralisables, les réponses montrent :

- Qu'une majorité de parents être préoccupés par la santé mentale de son enfant/adolescent.
- Dans le même temps, la plupart d'entre eux méconnaissent les spécificités des troubles psychiques de l'enfant/adolescent.
- Et majoritairement, les familles méconnaissent les ressources (moyens de dépistage, types d'accompagnement) en santé mentale pour eux ou leur enfant/adolescent.

3. AGIR POUR UNE BONNE SANTÉ MENTALE DES ENFANTS/ADOS.

3.1. EXEMPLES D' ACTIONS

BD «Pas le coronavirus ! »

Bande dessinée conçue avec des pédopsychiatres de la Société de l'information psychiatrique pour expliquer le coronavirus aux enfants. Consultable sur Internet : <https://sip.sphweb.fr/wp-content/uploads/sites/2/2020/03/Le-Coronavirus-expliqu%C3%A9-par-mon-p%C3%A9dopsychiatre.compressed.pdf>

Court-métrage d'information et sensibilisation en santé mentale auprès des jeunes

Film réalisé en 2017 par l'association CARPESE. Consultable sur Internet : <https://youtu.be/P5tjwbV28E>

Développer les compétences psychosociales des 0 à 11ans

Exemple de l'action menée par l'Atelier santé ville de Beaulieu pour développer les compétences psychosociales des 0 à 11 ans. Fiche action consultable sur Internet : <http://clsm-ccoms.org/wp-content/uploads/2019/09/FP-Axe-3-D%C3%A9v-CPS-1.pdf>

Repérage des signes de souffrance psychique des jeunes

Formation mise en place par le CLSM de Suresnes. Programme consultable sur Internet : <http://clsm-ccoms.org/wp-content/uploads/2017/11/Formation-au-rep%C3%A9rage-des-signes-de-souffrance-psychique-des-jeunes-%E2%80%93-CLSM-de-Suresnes.pdf>

3.2. EXEMPLES D' OUTILS

Epsikoy, la santé mentale et les jeunes

Webdocumentaire d'information et de prévention en santé mentale participant à la lutte contre la stigmatisation. www.epsykoi.com

Kit pédagogique – La tête dans les nuages : discriminations et santé mentale

Outil de lutte contre les discriminations en santé mentale à destination des 15-20 ans développé par le Psycom en partenariat avec l'association Les Zégaux. Consultable sur Internet : <http://clsm-ccoms.org/2017/01/01/kit-pedagogique-la-tete-dans-les-nuages-discriminations-et-sante-mentale/>

Le cartable des compétences psychosociales

Site Internet ressource de développement des compétences psychosociales des enfants et pré-adolescents (8 à 12 ans) développé par l'IREPS Pays de la Loire. www.cartablecps.org

Le Cosmos mental pour comprendre la santé mentale

Le Cosmos mental, court film conçu par le Psycom et l'association les Zégaux pour expliquer de manière imagée le concept de santé mentale. Cet outil s'accompagne d'un guide pédagogique et d'affiches d'animation librement téléchargeables. Consultable sur Internet : <http://www.psycom.org/Comment-agir/Le-Cosmos-mental>

4. RESSOURCES

4.1. CONNAISSANCE DES ACTEURS MESSINS

Le [Conseil messin de santé mentale](#) a conçu plusieurs outils pour connaître les acteurs messins intervenant dans le champ de la santé mentale. En complément des informations données dans cette note, deux fiches pratiques sur la santé mentale des enfants et des adolescents, et les soins et la prévention des addictions sont disponibles dans le guide santé mentale avec des informations et des contacts, notamment les structures de dépistage, de prévention et de prise en charge en soins psychiatriques infanto-juvéniles.

www.sante-mentale-territoire-messin.fr



Carte des acteurs



Guide santé mentale



Annuaire interactif

4.2. CONTACTS

Bureau d'aide psychologique pour les étudiants (BAPÉ)

www.bape-metz.com

- Dr Nelly KOWAL, directrice. 03 87 21 04 70 / bape@cmpp-metz.com

Bureau d'information jeunesse (CRI-BIJ)

www.cribij.fr

- Christine POINSIGNON, directrice. 03 87 69 04 50 / metz@cribij.fr / direction@cribij.fr

Centre Édisson

www.centre-edison.fr

- Olivier LINDEN, adjoint de direction. 03.87.66.41.50 / o.linden@cdpa57.asso.fr

Centre médico-psychologique des PEP57

www.pep57.org/medico-social/pole-soins-ambulatoires/

- Dr Nelly KOWAL, directrice. 03 87 66 99 06 / cmpp.metz@pep57.org

CMSEA : Point accueil écoute jeunes

www.cmsea.asso.fr/fr/paej_-f.html

- Karim ABDELLI, responsable. 03 87 76 23 26 / karim.abdelli@cmsea.asso.fr / paej-educ@cmsea.asso.fr

Consultations jeunes consommateurs à la Maison des adolescents -

www.maisondesadolescents57.com

- Christine Jager, cadre de santé. 03 87 18 44 22 / christine.jager@ch-jury.fr

CSAPA les WADS

www.leswadscmsea.fr

- Lionel DIENY, directeur. 06 88 41 34 36 / lionel.dieny@cmsea.asso.fr

École des parents et des éducateurs de Moselle

www.epe57.fr

- Jérémy GALL, directeur. 03 87 69 04 65 / direction@epe57.fr

Maison des adolescents

www.maisondesadolescents57.com

- Christine Jager, cadre de santé. 03 87 18 44 22 / christine.jager@ch-jury.fr

Mission locale du Pays Messin

www.mlpm.fr

- Léonie BACK, conseillère référente santé. 03 87 21 17 17/ leonie.back@mlpm.fr

Soins et accompagnement des addictions en Moselle (SAAM 57)

www.saam57.fr

4.3. DOCUMENTATION

Brochures Psycom

- [Santé mentale et enfance](#)
- [Santé mentale des jeunes](#)
- [Santé mentale et numérique](#)
- Dépliants d'information sur les [troubles psychiques](#)

Les compétences psychosociales

- Dossier Internet sur [les compétences psychosociales des enfants et jeunes ados](#) (3 à 15 ans) conçu par l'association PromoSanté Île-de-France.
- Développer les compétences psychosociales chez les enfants et les jeunes dans la revue La santé en action (mars 2015 – n° 431). Consultable sur Internet : <https://www.santepubliquefrance.fr/docs/la-sante-en-action-mars-2015-n-431-developper-les-competences-psychosociales-chez-les-enfants-et-les-jeunes>

Défenseur des droits

- [La santé mentale des enfants et des adolescents en Europe](#)

France culture

- Être et avoir. [La santé mentale des jeunes : l'urgence d'agir.](#)

Instance régionale d'éducation et de promotion de la santé

- [Référentiel d'intervention : prévenir les addictions auprès des jeunes](#)

Organisation mondiale de la santé

- [Santé mentale des adolescents](#)
- [Rapport sur la santé et le bien-être des adolescents en Europe et au Canada](#)

Santé publique France

- [Enfants et jeunes](#)
- [Ressources pour des actions auprès des jeunes](#)

4.4. SITES INTERNET

Consulter le [Guide santé mentale du territoire messin.](#)