

Université de Lorraine
Faculté de Médecine, Maïeutique et métiers de la Santé à Nancy
Licence 3 Sciences pour la Santé
Parcours Santé Publique

Rapport de stage de Licence 3
CENTRE HOSPITALIER DE JURY – CONSEIL LOCAL DE SANTE MENTALE
DU TERRITOIRE MESSIN

**ETUDE DE FAISABILITE D'UN PROJET DE PROMOTION DE LA SANTE
MENTALE AUPRES DES JEUNES DE 16 A 25 ANS SUR LE TERRITOIRE
DE L'EUROMETROPOLE DE METZ, EN VALORISANT
L'APPROCHE DE PAIR A PAIR**



ROYER Jade

Année universitaire 2022-2023

REMERCIEMENTS

Avant de débiter ce rapport de stage, je voudrai tout d'abord adresser mes remerciements à toutes les personnes qui ont pu m'apporter leur aide et leur soutien, de près ou de loin, durant l'écriture de ce travail de réflexion et de synthèse.

Dans un premier temps, je tiens à remercier Monsieur Olivier Astier, directeur du Centre Hospitalier de Jury ainsi que Monsieur Philippe Kratz, directeur-adjoint chargé des ressources humaines, qui m'ont accueillie au sein de leur établissement.

Ensuite, j'aimerais remercier mon tuteur de stage, Stéphane Tinnes-Kraemer, qui a su me donner l'opportunité d'effectuer mon stage au sein du Conseil Local de Santé Mentale du territoire messin. Il a su m'apporter toute sa confiance et son professionnalisme dans le domaine. Il m'a accompagnée tout au long de ces 8 semaines et a su me faire découvrir des ressources et des outils qui m'ont été utiles au cours de ce stage, afin de mener au mieux la mission qui m'a été confiée. Je le remercie pour ses nombreux conseils ainsi que pour sa disponibilité sans faille.

Je remercie également les professionnels que j'ai pu rencontrer, et avec qui j'ai pu échanger sur le projet de stage. Ils m'ont tous apporté leur expérience personnelle et professionnelle et m'ont permis d'enrichir davantage mon sujet. Je tiens à les remercier pour leur disponibilité.

J'aimerais remercier notamment Stéphanie Gradet, la responsable de la Licence 3 Sciences pour la Santé parcours Santé Publique, pour son accompagnement ainsi que sa disponibilité au cours de l'année et du stage.

Pour finir, je tiens à remercier les personnes de mon entourage pour leur présence, leur soutien et leurs nombreux conseils. Elles ont accepté de me relire et de me corriger. Je les remercie pour leur grande patience.

Liste des sigles

- AFOM : Atouts, faiblesses, opportunités et menaces
- AGURAM : Agence d'Urbanisme et d'Agglomérations de la Moselle
- ARS : Agence Régionale de Santé
- CCOMS : Centre Collaborateur de l'Organisation Mondiale de la Santé
- CH : Centre Hospitalier
- CLS : Contrat Local de Santé
- CLSM : Conseil Local de Santé Mentale
- CMP : Centre Médico-Psychologique
- CMSEA : Comité Mosellan de Sauvegarde de l'Enfance, de l'Adolescence et des Adultes
- CNS : Conférence Nationale de Santé
- EMPP : Equipe Mobile Psychiatrie Précarité
- EPCI : Etablissement Public de Coopération Intercommunale
- FAVE : Fonds d'Amélioration de la Vie Etudiante
- FJT : Foyer de Jeunes Travailleurs
- INJEP : Institut National de la Jeunesse et de l'Education Populaire
- INSEE : Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques
- IREPS : Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé
- LMSS : Loi de Modernisation du Système de Santé
- MDA : Maison Des Adolescents
- MGEN : Mutuelle Générale de l'Education Nationale
- OCDE : Organisation de Coopération et de Développement Economiques
- OMS : Organisation Mondiale de la Santé
- ONPV : Observatoire National de la Politique de la Ville
- PSSM : Premiers Secours en Santé Mentale
- PTSM : Projet Territorial de Santé Mentale
- QPV : Quartier Prioritaire de la Ville
- SISM : Semaines d'Information sur la Santé Mentale
- SPF : Santé Publique France
- SSE : Service Santé Etudiants
- UE : Unité d'Enseignement
- UHA : Unité d'Hospitalisation pour Adolescents

SOMMAIRE

1. Introduction générale.....	1
2. Contexte du stage	2
2.1. La territorialisation de la santé mentale.....	2
2.2. Le Conseil Local de Santé Mentale du territoire messin	4
2.3. La santé mentale des jeunes : un enjeu de santé publique	5
3. Description des activités.....	7
3.1. Rappel de l'origine du projet.....	7
3.2. L'étude de faisabilité du projet	8
3.3. La promotion de la santé mentale.....	8
3.3.1. Données sur l'état de santé mentale au sein des Quartiers Prioritaires de la Ville	9
3.3.2. Eléments de diagnostic du territoire messin	10
3.3.3. Recherche documentaire sur les projets de pair à pair et les outils en santé mentale.....	11
3.3.4. Consultation des acteurs locaux de la jeunesse	12
3.3.5. Analyse des atouts, faiblesses, opportunités et menaces	13
4. Présentation des résultats.....	14
4.1. Présentation des objectifs du projet envisagé.....	14
4.2. Son aspect budgétaire	16
4.3. Constitution d'un dossier de présentation du projet à destination des partenaires	16
4.4. Perspectives envisagées.....	17
5. Analyse.....	17
5.1. La santé mentale du point de vue des jeunes rencontrés durant le stage.....	17
5.2. L'approche de pair à pair	19
5.3. L'importance de la lutte contre la stigmatisation en santé mentale	19
6. Conclusion.....	21
7. Bibliographie	23
8. Annexes	26

1. Introduction générale

La crise sanitaire du Covid-19 a particulièrement impacté la santé mentale des jeunes, et davantage durant les périodes de confinement imposées par le Gouvernement. On peut dire que cette pandémie a permis de mettre en lumière la réalité de la santé mentale des populations, et plus spécifiquement de celle des jeunes. L'Observatoire National du Suicide confirme cet impact sur le mal-être des jeunes, mais également par rapport à l'augmentation des gestes suicidaires chez les adolescents. Il a été constaté que les recours aux soins pour pensées et gestes suicidaires chez les adolescentes et les jeunes femmes étaient en grande augmentation (1).

D'après Santé Publique France (SPF), la santé mentale représente à ce jour un enjeu majeur de santé publique. Effectivement, 3 millions de personnes souffrent de troubles psychiques sévères en France (2). A l'échelle mondiale, on estime que 14% des jeunes de 10 à 19 ans souffrent de troubles mentaux (3). Ces troubles peuvent être associés à l'incapacité pour un individu de maintenir son équilibre mental. L'individu est dans l'incapacité de s'adapter aux situations difficiles, voire douloureuses, et donc de maintenir son équilibre psychique. D'ailleurs, l'adolescence et le début de la vie d'adulte sont des périodes propices à ce type de troubles qui surviennent majoritairement avant 25 ans (4).

D'après une étude réalisée par l'Organisation de Coopération et de Développement Economiques (OCDE) en 2021, la santé mentale des jeunes de 15 à 24 ans s'est sensiblement détériorée. Mais tous les individus n'ont pas été touchés de la même manière. En mars 2021, les jeunes étaient entre 30 à 80% plus susceptibles de faire état de symptômes dépressifs ou anxieux que les adultes. De plus, les jeunes présentaient une solitude plus présente que chez les adultes. C'est ainsi que l'action publique s'est imposée pour faire face à la crise de la santé mentale des jeunes, en proposant un soutien psychologique (5).

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), la santé est définie comme un « état de complet bien-être physique, mental et social et qui ne consiste pas seulement en l'absence de maladie ou d'infirmité » (6). Concernant la santé mentale, l'OMS place celle-ci comme une composante essentielle de la santé et la définit comme un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté » (4).

Le thème de la santé mentale m'intéressant fortement au vu des nombreuses études mises en œuvre au moment de la pandémie de Covid-19, j'ai eu l'occasion, dans le cadre de ma formation de troisième année de Licence Sciences pour la Santé, parcours Santé Publique, d'effectuer mon stage de 8 semaines au sein du Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) du territoire messin. C'est une structure située dans l'enceinte du Centre Hospitalier de Jury (CH Jury), et portée par celui-ci.

Le CLSM est géré par le coordonnateur, Stéphane Tinnes-Kraemer. Dans le cadre de ce stage, ma principale mission était d'étudier la faisabilité de mettre en œuvre un projet de promotion de la santé mentale auprès des jeunes de 16 à 25 ans sur le territoire de l'Eurométropole de Metz, en valorisant l'approche de pair à pair.

Ainsi, à travers ce rapport, je poserai tout d'abord de façon générale le contexte dans lequel mon stage s'est déroulé. Ensuite, je décrirai la méthodologie utilisée et mise en œuvre afin d'étudier mon projet énoncé ci-dessus. Puis, je présenterai les résultats de mon projet, tout en faisant une analyse continue de mon travail, à partir des recherches documentaires que j'aurai réalisées. Enfin, je conclurai par les apports personnels et professionnels de ce stage, vis-à-vis de la place que j'aurai occupée durant ces 8 semaines.

2. Contexte du stage

2.1. La territorialisation de la santé mentale

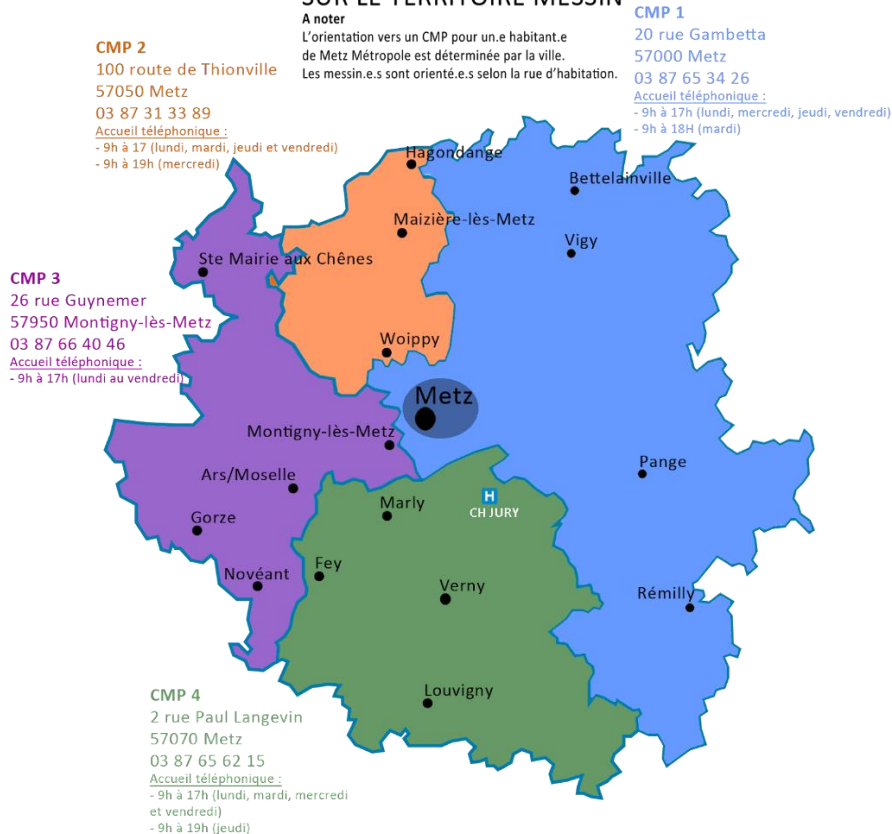
Le champ de la santé mentale s'est considérablement transformé depuis que l'institution psychiatrique est passée du modèle asilaire à celui de la sectorisation définie dans les années 60. La sectorisation de la psychiatrie est un modèle d'organisation faisant référence à la circulaire du 15 mars 1960. Celle-ci visait à développer les soins ambulatoires par une équipe pluridisciplinaire responsable de la prise en charge de tous les patients de son territoire (7). En 2016, l'Agence Régionale de Santé (ARS) Grand-Est a restructuré l'offre psychiatrique sur le territoire Lorraine Nord. Depuis, les centres hospitaliers spécialisés de Jury et de Lorquin sont regroupés sous une même entité opérationnelle.

Le territoire messin est découpé en 4 secteurs de psychiatrie adulte et de psychiatrie infanto-juvénile. Chacun d'eux est responsable de la prise en charge des personnes qui habitent sur son périmètre géographique. Il dispose de moyens de consultation, d'hospitalisation et de suivi ambulatoire organisés autour d'un Centre Médico-Psychologique (CMP) (8).

Le CH Jury prend en charge des personnes malades en soins psychiatriques (9). Au service de la population de l'espace ouest mosellan, il regroupe les 5 pôles :

- Pour patients polyhandicapés (pôle 1) et pour les urgences psychiatriques (pôle 2)
- Pour enfants et adolescents (pôle 3)
- Pour personnes adultes souffrant de troubles psychiatriques (pôles 4 et 5)

SECTORISATION ADULTES DE LA PSYCHIATRIE PUBLIQUE SUR LE TERRITOIRE MESSIN



Quarante ans plus tard, c'est l'expression de « santé mentale » qui s'est progressivement installée dans les politiques publiques. Pour faire face à la complexité de ce domaine, l'un des outils imaginés par les pouvoirs publics sont les Conseils Locaux de Santé Mentale.

Ces dispositifs sont généralement présentés comme des espaces de concertation, de coordination et de co-décision entre les élus locaux d'un territoire, la psychiatrie publique, les usagers et les aidants. Ces 4 acteurs constituent la base des CLSM (10). Créés à partir des années 2000, ils ont amené les collectivités territoriales à prendre en compte les déterminants sociaux et territoriaux de la santé. Par ailleurs, le comité interministériel à l'égalité et à la citoyenneté du 6 mars 2015 a fixé l'objectif d'assurer un suivi social et de santé renforcé dans les quartiers prioritaires de la politique de la ville. Sa mise en œuvre passe donc par la consolidation et la généralisation des CLSM dans les contrats de ville, d'où l'instruction du 30 septembre 2016 (10).

Mais il n'existe pas d'obligation légale de créer un CLSM, à la différence des Projets Territoriaux de Santé Mentale (PTSM). La Loi de Modernisation de notre Système de Santé (LMSS), en positionnant les conseils locaux de santé mentale dans la politique de santé mentale, donne un cadre à ce déploiement. Ces conseils définissent alors, à partir d'un diagnostic identifiant les besoins et les ressources du territoire, 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 (10).

2.2. Le Conseil Local de Santé Mentale du territoire messin

Le CLSM du territoire messin est porté par le CH Jury, en collaboration avec l'Eurométropole de Metz et l'ARS Grand-Est. En effet, une convention constitutive du CLSM messin a été conclue entre le CH Jury, l'ARS Grand-Est et la Ville de Metz (11). Cet espace de démocratie sanitaire possède deux missions principales qui sont :

- L'observation, qui consiste à repérer les données épidémiologiques et sociodémographiques disponibles ou à recueillir, connaître et partager l'état des ressources existantes sur le territoire messin, ainsi que les besoins de santé et leurs déterminants repérés par les acteurs, les habitants et les usagers ;
- La coordination, qui consiste à encourager les partenariats et le développement d'actions correspondant à la stratégie définie localement avec les partenaires.

Ces missions sont structurées autour de 5 thématiques qui sont proposées aux partenaires lors des assemblées :

- La coordination
- L'inclusion dans la cité
- L'enfance et la parentalité
- La précarité
- Les jeunes et la santé mentale

Dans son programme d'actions inscrit au Contrat Local de Santé (CLS) de l'Eurométropole de Metz, le CLSM messin a proposé à la Maison des Adolescents (MDA) de Moselle une collaboration pour développer son partenariat avec les acteurs locaux de la jeunesse. Afin de pouvoir recueillir ces informations, je me suis appuyée sur le site du CLSM messin, qui détaille ses missions par thématique (12).

La mise en œuvre du CLSM messin bénéficie du soutien de plusieurs partenaires impliqués à des niveaux différents :

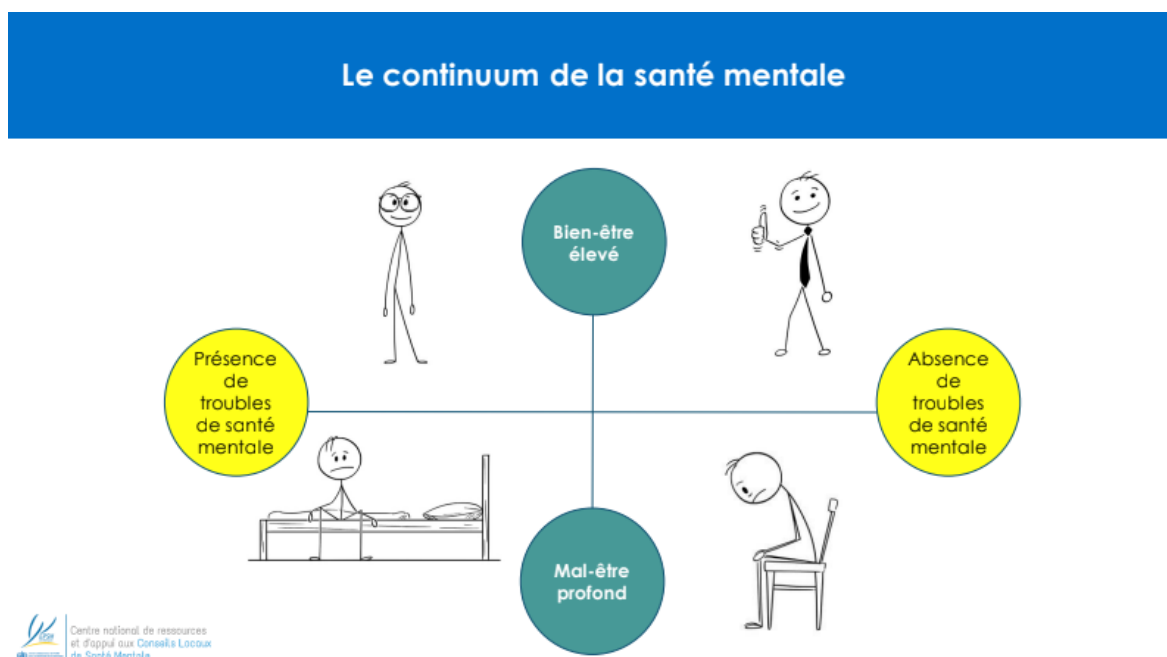
- National : le Centre Collaborateur de l'Organisation Mondiale de la Santé (CCOMS), qui impulse la dynamique des CLSM au moyen de son Centre National de ressources et d'appui
- Régional : l'ARS Grand-Est, qui finance certaines actions et oriente avec les membres du comité de pilotage les missions du dispositif
- Local : les membres du CLSM, dont les fondateurs qui sont le CH Jury et l'Eurométropole de Metz.

Ma compréhension du fonctionnement de la structure de stage est synthétisée à travers une affiche que j'ai réalisée dans le cadre de mon stage (Cf. annexe 1).

Comme cela a été mentionné, l'Eurométropole porte un CLS qui confie au CLSM la mise en œuvre d'un axe dédié à la « Promotion du bien-être psychique des habitants » (13). Depuis sa création en fin d'année 2016, le CLSM messin a conçu plusieurs outils pour favoriser la coordination entre les structures (site internet, guide en santé mentale, carte des ressources).

2.3. La santé mentale des jeunes : un enjeu de santé publique

Comme cela a été mentionné précédemment, la « santé mentale » est une notion récente. Si sa définition ne relève pas d'un concept scientifique, un consensus existe autour de l'idée d'un continuum établi par Keyes, schématisé ci-dessous.



Source : *Webinaire Présentation des résultats de l'état des lieux 2023 des CLSM, Centre collaborateur de l'OMS, 2023*

Mais pour bon nombre de personnes (professionnels et grand public), des confusions subsistent. Pour certains, la santé mentale est une manière euphémisée de parler de psychiatrie. Et beaucoup de personnes continuent d'associer cette notion au champ exclusif du médical sans considérer les nombreux déterminants notamment sociaux qui l'influencent, comme schématisés ci-dessous (14).



Une enquête réalisée par Ipsos auprès d'un échantillon de jeunes âgés de 18 à 24 ans montre que la santé mentale est une préoccupation importante dans cette tranche d'âge. Les réponses font ainsi état des résultats suivants (15) :

- 32% des 18-24 ans ont un trouble de santé mentale, ce qui représente +11 points par rapport à l'ensemble de la population
- 2 jeunes sur 3 estiment que la crise actuelle liée au Covid-19 aura des conséquences négatives sur leur propre santé mentale, ce qui représente 61% des jeunes
- Deux tiers des 18-24 ans avouent que les émotions ressenties au cours des 2 dernières semaines ont rendu difficile leur travail, la vie à la maison ou l'entente avec d'autres personnes (+13 points par rapport à l'ensemble des Français)
- 40% des jeunes de moins de 25 ans rapportent un trouble anxieux généralisé, ce qui représente +9 points par rapport à l'ensemble des Français
- Un peu plus d'un jeune sur 5 de moins de 25 ans rapporte des symptômes de troubles dépressifs modérément sévères ou sévères (21%). La tranche des 22-24 ans semble encore plus touchée que les autres (24% contre 16% pour les 18-21 ans).

Tout au long de la vie, de nombreux déterminants individuels, sociaux et structurels peuvent se combiner pour protéger ou compromettre la santé mentale des individus. Afin d'illustrer ces différents facteurs, il existe un kit pédagogique appelé "Le Cosmos mental", élaboré par le Psycom, qui est un organisme public d'information sur la santé mentale et de lutte contre la stigmatisation. Ce film d'animation à visée pédagogique aide à comprendre la notion de santé mentale et les facteurs qui l'influencent. L'originalité de cet outil tient aux propositions qui émanent des

participants à partir de leur expérience de vie, qu'ils aient été ou non confrontés à une difficulté psychique, leur permettant de prendre conscience que l'on a tous une santé mentale.

Ainsi, afin de mieux comprendre l'importance de la santé mentale chez les jeunes, il est nécessaire de présenter les caractéristiques de cette période de la vie. Il faut savoir que la jeunesse passe par des transformations profondes physiques, émotionnelles, cognitives et sociales vécues durant l'adolescence, mais aussi par la transition vers des contextes de vie adultes. Cela fait de cette période une période vulnérable mais qui ouvre à de grands potentiels. Mais l'adolescence ne possède pas de définition propre et définie. Elle évolue tout le temps. D'après l'OMS, l'adolescence est la période de la vie qui se situe entre l'enfance et l'âge adulte, c'est-à-dire entre 10 et 19 ans (16). Chez ces adolescents et ces jeunes adultes, la dépression est l'une des principales causes de maladie et d'incapacité, et le suicide est la 2^e cause de décès par ordre d'importance chez les 15-19 ans. La moitié des troubles de santé mentale à l'âge adulte se manifestent dès 14 ans, mais on constate que la plupart des cas ne sont ni détectés, ni traités (17). D'où l'importance de proposer des actions de prévention et de promotion de la santé mentale dès le plus jeune âge.

3. Description des activités

3.1. Rappel de l'origine du projet

Avant de débiter mon stage, j'ai pu échanger avec mon tuteur sur le choix du public qui m'intéressait le plus. Etant jeune et ayant connu la pandémie de Covid-19 et son impact sur la santé mentale des jeunes, c'est tout naturellement que j'ai souhaité me diriger vers ce public. Ce stage a été l'occasion de mieux comprendre l'impact d'une situation qui m'a également concernée.

Nous avons alors poursuivi nos échanges sur ce public et il a été constaté que dans le cadre de la thématique « Jeunes et santé mentale » du programme d'actions du CLSM, il serait intéressant de promouvoir la santé mentale auprès des jeunes du territoire en valorisant l'approche de pair à pair. En effet, aucune action de ce type n'a encore été mise en place dans le cadre du CLSM. Or, au vu des données quantitatives et qualitatives au sujet de la santé mentale des jeunes, on remarque bien que celle-ci représente un enjeu majeur de santé publique. Nous avons donc retenu la tranche d'âge des 16 à 25 ans. Si nous n'avons pas ciblé un profil de jeunes en particulier, nous avons tout de même exclu ceux présentant une souffrance psychique pour nous assurer de ne pas induire une confusion entre les actions de portée éducative du CLSM et un programme thérapeutique. Une rencontre avec la responsable de la MDA de la Moselle nous a d'ailleurs alerté sur ce point. Dans notre échange, il nous a fallu préciser que notre démarche n'a pas pour but d'ouvrir des espaces de soutien à des jeunes en difficulté, mais qu'elle s'inscrit pleinement dans le domaine de l'éducation à la santé.

3.2. L'étude de faisabilité du projet

L'étude de la faisabilité d'un projet en santé publique regroupe les étapes de la méthodologie de recherche associée à ce domaine. Effectivement, on y retrouve les étapes suivantes :

- Analyse et diagnostic de la situation
- Objectifs et planification du projet
- Mise en œuvre du projet
- Evaluation

A partir de cette définition, j'ai établi une planification des tâches à accomplir durant mon stage, ce qui m'a permis de définir chaque étape du projet et d'avoir une vue d'ensemble. Cette planification a été réalisée à partir de l'outil Office Timeline Online, que mon tuteur m'a fait découvrir au début du stage (Cf. annexe 2). Pour mon étude de faisabilité, je me suis concentrée uniquement sur l'analyse et le diagnostic de la situation, ainsi que sur les objectifs et la planification du projet envisagé. Pour l'analyse et le diagnostic de l'état de santé mentale des jeunes, j'ai effectué des recherches documentaires sur le sujet et réalisé des entretiens avec les professionnels de la jeunesse. Les objectifs de l'étude sont présentés en annexe 3.

3.3. La promotion de la santé mentale

Concernant le projet, il est nécessaire de rappeler la définition de la promotion de la santé de manière globale. D'après la première conférence internationale pour la promotion de la santé présentée en 1986 à Ottawa, la promotion de la santé est définie comme un « processus qui confère aux populations les moyens d'assurer un plus grand contrôle sur leur propre santé et d'améliorer celle-ci » (18). Selon les 5 principes de la Charte d'Ottawa, elle a pour but de donner les moyens à la population d'agir favorablement sur sa propre santé, à travers le développement des aptitudes personnelles, la création d'environnements promoteurs de santé, le renforcement de l'action communautaire et des politiques publiques saines. Par ailleurs, la promotion de la santé passe également par la participation effective et concrète de la communauté à la fixation des priorités, à la prise de décisions, à l'élaboration et à la mise en œuvre des stratégies de planification en vue d'atteindre une meilleure santé.

Concernant la promotion de la santé mentale, elle est définie comme un « processus visant à renforcer la capacité des personnes et des collectivités à prendre leur vie en main et à améliorer leur santé mentale ; elle met en œuvre des stratégies qui favorisent les environnements de soutien et la résilience individuelle » (19).

3.3.1. Données sur l'état de santé mentale au sein des Quartiers Prioritaires de la Ville

Pour mieux orienter l'action vers une catégorie de jeunes dans la tranche d'âge de 16 à 25 ans, j'ai mené une recherche documentaire en m'intéressant au lien entre santé mentale et situation de précarité. L'Instruction de mise en œuvre des CLSM m'a également incitée à porter une attention sur les Quartiers Prioritaires de la Ville (QPV) (20). Ces territoires, créés par la loi de programmation pour la ville et la cohésion urbaine promulguée le 21 février 2014, sont des zones à forte concentration de bénéficiaires de prestations sociales qui rencontrent des difficultés en termes de logement, de culture, d'emploi, de santé, de pauvreté ou encore de sécurité et de délinquance (21). Afin de revaloriser ces zones urbaines en difficulté et réduire les inégalités entre les territoires, une politique de la ville a été mise en place par les pouvoirs publics.

Le taux de pauvreté est 3 fois supérieur dans les QPV qu'à la moyenne métropolitaine. Les habitants de ces quartiers rencontrent davantage de problèmes de santé liés à la précarité, dont les souffrances psychosociales et les souffrances psychiques. De plus, en raison de moyens financiers insuffisants, le renoncement aux soins est plus fréquent au sein de ces quartiers et l'une des populations les plus vulnérables à ce renoncement aux soins sont les jeunes de 18 à 29 ans. Cela engendre donc des problématiques psychiques plus présentes (22). En effet, il est important de rappeler que les souffrances psychiques sont liées aux conditions socio-économiques et environnementales. Selon l'Observatoire National de la Politique de la Ville (ONPV), les habitants de QPV déclarent plus souvent un épisode dépressif au cours des 12 derniers mois que les habitants des autres quartiers. Ces signes apparaissent le plus souvent au cours de l'enfance et de l'adolescence (23). A noter qu'une personne en situation de précarité présente un risque accru 3 fois supérieur de développer une pathologie ou une maladie mentale.

De plus, lors de la pandémie de Covid-19, les personnes qui étaient les plus exposées au risque de mortalité étaient les plus précaires économiquement. Cela a donc eu un impact supplémentaire sur ces publics et a augmenté les risques de conduites suicidaires, de symptômes psychotiques et de stress post-traumatique. Ainsi, c'est pourquoi je me suis penchée sur ces quartiers en difficulté pour mon sujet, et plus particulièrement ceux du territoire messin.

3.3.2. Eléments de diagnostic du territoire messin

Le CLSM est adossé au territoire administratif de l'Eurométropole de Metz, composée de 45 communes pour un total de 224 863 habitants (24). La Ville de Metz est la plus peuplée. Elle concentre les services, les équipements et les infrastructures. Depuis les années 90, cette collectivité est engagée dans une politique de santé publique. C'est un fait à souligner compte tenu de la difficulté pour bon nombre d'élus à se sentir légitimes à agir dans ce domaine. C'est aussi ce qui explique la présence du seul CLSM du département sur ce territoire. On notera toutefois que les élus ont laissé la psychiatrie porter ce dispositif qui aurait pourtant toute sa place dans une collectivité. Mais comme le montre le dernier état des lieux 2023 des CLSM, il faut parfois l'engagement entier de la psychiatrie publique pour qu'un CLSM voit le jour. Concernant la santé mentale, l'agglomération messine est marquée par :

- De nombreux acteurs qui proposent du soin, de l'écoute ou de l'aide aux personnes en souffrance psychique avec toutefois une difficulté à se coordonner
- Une offre en santé mentale qui souffre du manque de professionnels, en particulier les médecins psychiatres et dans une moindre mesure le personnel paramédical
- La mise en place d'une Equipe Mobile Psychiatrie Précarité (EMPP) qui tarde malgré le financement obtenu en 2022
- Le développement de processus et dispositifs de coordination et d'intégration des acteurs.

Le territoire messin compte 6 QPV. Il s'agit de Borny, Bellecroix, Metz-Nord-Patrotte, Sablon Sud, Hauts de Vallières et Saint-Eloy-Boileau-Pré-Génie (25). Ces quartiers représentent plus de 27 000 habitants, soit 12,3% de la population de l'agglomération.

Le portrait des territoires de l'Institut National de la Statistique et des Etudes Economiques (INSEE) m'a fourni des données intéressantes sur la population « jeune » du territoire messin (24). En 2019, la part des 15-29 ans était plus élevée (21,1%) qu'au niveau départemental (16,8%) et au niveau régional (17,5%). Au sein des différents QPV messins, la part des jeunes de 15 à 24 ans dans la population tourne entre 11 et 14%. Pour ce qui est de la part des 16-25 ans non scolarisés et sans emploi, elle oscille entre 26 et 36% par rapport à la population municipale vivant en QPV (26). Rappelons que l'étape de la scolarité est un élément fondamental du milieu de vie des jeunes pour leur bon développement.

En termes d'offre de santé sur le territoire, l'Agence d'Urbanisme d'Agglomérations de Moselle (AGURAM) a réalisé en 2021 un dossier regroupant les différentes spécialités médicales qui y sont présentes. Au sein du territoire de Metz Métropole, on dénombre 22 psychiatres libéraux localisés essentiellement à Metz centre et Nouvelle Ville. Avec une densité de 9,9 psychiatres pour 100 000 habitants, la métropole se trouve donc plutôt mal desservie dans ce domaine, mais demeure devant

le chiffre départemental. Malgré cela, on constate depuis 10 ans une baisse de leur nombre à Metz Métropole et en Moselle. Leur nombre augmente très faiblement en France (27). Le quartier qui reste le mieux doté en médecins spécialistes est celui de Borny. Trois quartiers n'accueillent aucun spécialiste : la Grange-aux-Bois, Magny et Metz Nord.

Metz Métropole se trouve donc plutôt mieux équipée que la majorité des Etablissements Publics de Coopération Intercommunale (EPCI) de taille comparable. Dans le domaine de la psychiatrie, le territoire se classe 15^e. Globalement, son nombre de psychiatres diminue au fil du temps, ce qui constitue un enjeu majeur en termes de prise en charge de la santé mentale chez les jeunes du territoire, d'autant plus que pour certains QPV de la ville, l'offre de mobilité n'est pas toujours satisfaisante (27).

Selon la Défenseure des droits en 2021, la France compte entre 800 et 2 500 pédopsychiatres sur 15 000 psychiatres. Seuls 15 à 30% assurent des consultations pour les enfants et les adolescents. Pour 100 000 jeunes de moins de 20 ans, la densité moyenne de pédopsychiatres était seulement de 15,1 avec une grande inégalité territoriale. D'après un pédopsychiatre du CH Jury, l'hôpital ne compte que 7 lits d'hospitalisation pour mineurs en pédopsychiatrie, pour un bassin de population de 400 000 habitants. De ce fait, certains adolescents sont hospitalisés dans des unités initialement réservées aux adultes, qui sont des lieux qui peuvent présenter des dangers pour eux (28).

Si l'on s'intéresse à la santé mentale perçue des jeunes messins, ils déclarent un état de santé mentale globalement moins bon que l'ensemble de la population. Ce constat a été analysé dans le cadre du diagnostic local de santé de Metz 2016. Pour cela, un outil a été utilisé : le questionnaire de Duke (29). Ainsi, je trouvais plutôt intéressant de s'intéresser aux jeunes faisant partie de QPV car ces jeunes sont plus à risque de développer des troubles psychiques au cours de leur jeunesse et d'être plus vulnérables à cela en raison de leur précarité et des inégalités sociales de santé qui persistent au cœur de ces territoires.

3.3.3. Recherche documentaire sur les projets de pair à pair et les outils en santé mentale

Comme pour tout projet, s'intéresser à ce qui a déjà été fait dans ce domaine est une source d'inspiration pour formuler une proposition adaptée au territoire. Cela permet également d'anticiper les difficultés de réalisation. Sur ce point, ma recherche documentaire m'aura également été utile pour regrouper dans un tableau des projets, des événements et des outils inspirants pour promouvoir la santé mentale auprès des jeunes (Cf. annexe 4).

Afin de recenser certains projets inspirants, j'ai orienté mes recherches sur l'approche de pair à pair, car elle va représenter une bonne partie du projet envisagé. C'est ainsi que j'ai découvert l'existence de l'association Unis-Cité, qui missionne des jeunes en service civique pour intervenir sur des

missions de déstigmatisation de la santé mentale auprès d'autres jeunes (30). Il existe également des « élèves ambassadeurs-santé » dans les écoles ou les lycées portant une démarche « Ecole promotrice de santé » (31) ou encore des « étudiants relais-santé » qui sont des médiateurs entre les étudiants et les service de santé étudiante. Leur rôle est de faciliter le quotidien des étudiants en les informant et les accompagnant sur les questions de santé (32). En ce qui concerne les outils au sujet de la santé mentale, il existe les suivants : le kit du Cosmos mental, le kit du Jardin du dedans, des Serious Games, des web-documentaires, des jeux de débat, des programmes pédagogiques, etc.

3.3.4. Consultation des acteurs locaux de la jeunesse

Tout au long de mon stage, j'ai eu l'occasion de réaliser des consultations avec certains acteurs locaux intervenant auprès de différents publics « jeunes ». En amont de ces rencontres, il m'a été nécessaire de repérer ces acteurs afin de visualiser dans un premier temps l'offre en santé mentale sur le territoire et dans un second temps afin de déterminer lesquels seraient les plus en lien avec le projet envisagé. En effet, ces rencontres avaient pour principal objectif d'échanger avec les professionnels sur le projet, de recueillir leur expérience dans le domaine de la santé mentale et enfin de recueillir leurs avis et leurs conseils qui m'ont été précieux. Ces nombreux entretiens avaient notamment pour objectif de trouver de potentiels partenaires pour le projet, qui pourraient permettre au CLSM de repérer et de constituer des groupes projet de jeunes pour les actions qui seront mises en place. Effectivement, le CLSM n'a pas de public propre, il doit donc s'appuyer sur des partenaires pour atteindre les publics ciblés par ses projets. Pour cela, j'ai donc créé une cartographie qui recense ces acteurs sur le territoire messin (Cf. annexe 5).

En préparation des échanges avec les partenaires ciblés, j'ai réalisé un guide d'entretien (Cf. annexe 6). Pour chacun d'eux, j'ai rédigé un compte-rendu permettant de garder une trace écrite. Un tableau restitue l'essentiel des entretiens (Cf. annexe 7).

Ces rencontres m'ont permis d'enrichir mon projet et m'ont facilité le travail dans la formulation des objectifs du projet de promotion de la santé mentale. Les professionnels rencontrés m'ont apporté des informations utiles pour le projet. Tous m'ont confirmé observer des difficultés de santé mentale pour un certain nombre de jeunes qu'ils accompagnent. Ils ont également souligné leur réticence à consulter un psychologue ou un psychiatre, professions qu'ils considèrent réservées aux individus qu'ils désignent comme « fous ». D'ailleurs, les professionnels remarquent que ces jeunes ne savent souvent pas vers qui se tourner pour être aidés. Cette souffrance peut impacter les comportements de ces jeunes et les faire passer par des conduites à risque telles que des addictions à des produits ou encore des pratiques sexuelles violentes. L'infirmière du Service Santé Etudiants (SSE) de l'Université de Lorraine a insisté sur l'étape que constitue cette période de vie faite d'expériences en tout genre et où il est normal de constater un certain repli sur soi. Cela ne

signifiera pas pour autant que les jeunes concernés présentent des troubles psychiques. Les professionnels constatent aussi un cruel manque de psychiatres et de professionnels de la santé mentale sur le territoire, ainsi qu'un manque d'espaces d'accueil, d'écoute et d'échange pour les jeunes qui en ressentiraient le besoin. Certains d'entre eux expriment aussi un manque de formation en santé mentale et ne se sentent pas légitimes d'aborder ce sujet avec leur public. D'après les professionnels, le projet envisagé par le CLSM devrait davantage toucher les jeunes se trouvant dans des Foyers de Jeunes Travailleurs (FJT), des centres socioculturels, des écoles, des missions locales ou encore les jeunes se trouvant au sein du Comité Mosellan de Sauvegarde de l'Enfance, de l'Adolescence et des Adultes (CMSEA).

Pour finir, j'ai pu recueillir leurs recommandations vis-à-vis de l'approche de pair à pair pour ce type de projet. En termes de points négatifs, la santé mentale est un sujet lourd et complexe à aborder pour des jeunes, il faut porter attention à l'âge et il est nécessaire que les jeunes pairs soient formés en amont sur ce sujet et ensuite qu'ils soient encadrés tout au long du projet. En termes de points positifs, cette approche permet de transmettre des informations et des conseils plus facilement et rapidement, elle libère la parole des jeunes, crée un climat de confiance et d'entraide, et donne un sentiment d'utilité aux jeunes.

Ainsi, c'est grâce aux différentes recherches documentaires effectuées et les consultations réalisées avec les acteurs locaux de la jeunesse que j'ai pu élaborer la triade besoins-demandes-réponses (Cf. annexe 8). Ensuite, j'ai pu me concentrer sur l'analyse des atouts, des faiblesses, des opportunités et des menaces (AFOM) qui pourraient toucher le projet envisagé.

3.3.5. Analyse des atouts, faiblesses, opportunités et menaces

Le fait de réaliser une analyse AFOM va permettre d'identifier des pistes d'amélioration face à ce qui pourrait venir impacter le développement et la mise en place du projet. Cette étape présente une importance dans une étude de faisabilité car elle va permettre également de voir si la structure possède les compétences et les moyens nécessaires pour agir sur les potentielles faiblesses et menaces qui peuvent être internes ou externes à la structure. C'est pour cela que j'ai élaboré un tableau qui présente cela à partir des besoins et demandes recueillies lors des entretiens avec les acteurs locaux (Cf. annexe 9).

Pour terminer, j'ai formulé des objectifs en m'appuyant sur les données collectées et leur analyse. Ils sont présentés dans la partie qui suit.

4. Présentation des résultats

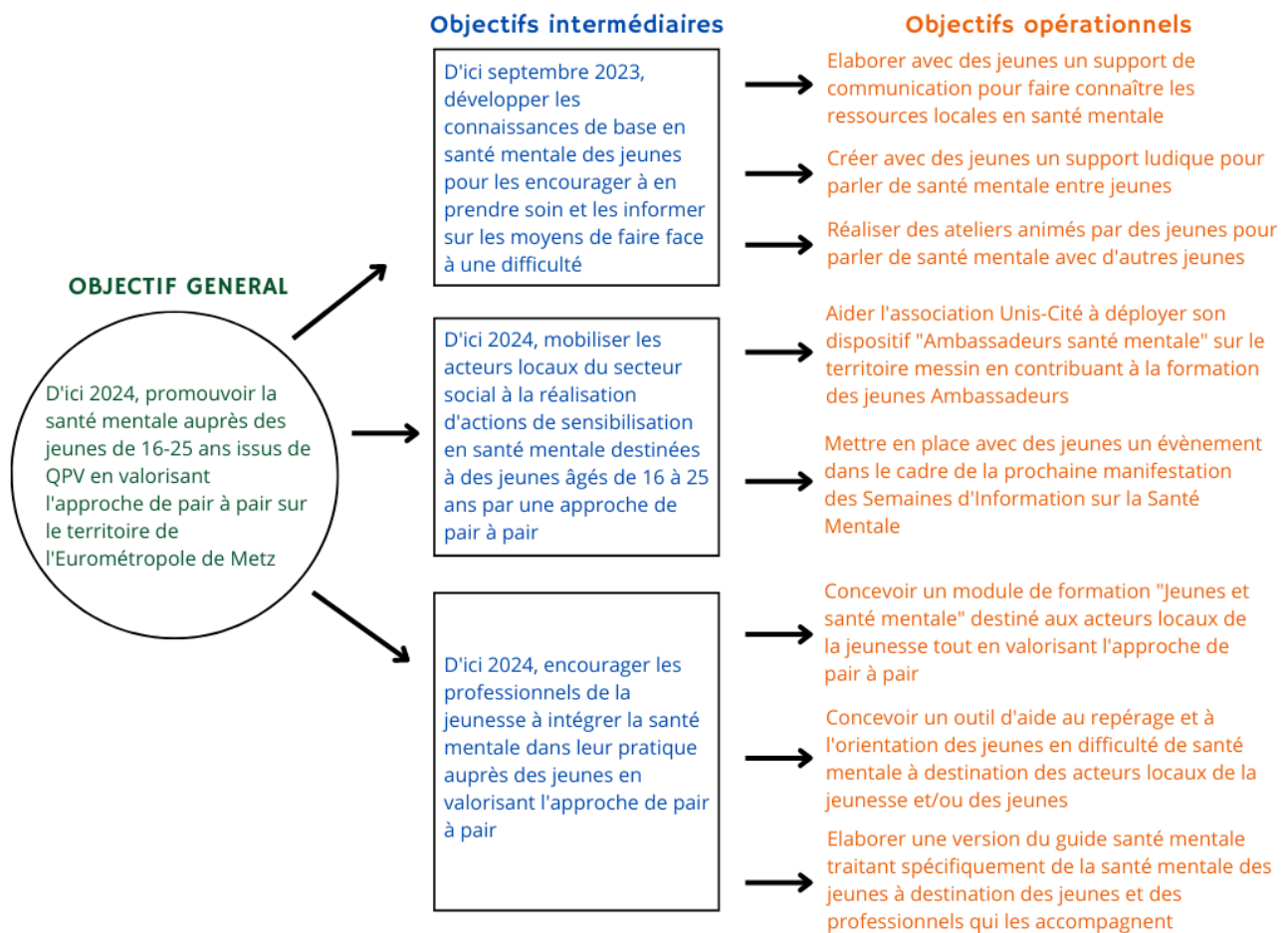
4.1. Présentation des objectifs du projet envisagé

Pour concevoir un projet de promotion de la santé en santé publique, il est nécessaire de répartir les objectifs en différents niveaux : général, intermédiaire et opérationnel. Les objectifs intermédiaires doivent être en lien avec les axes de la charte d'Ottawa. Celle-ci est considérée comme le texte fondateur de la promotion de la santé au niveau international (33).

En m'appuyant sur les cours de l'Unité d'Enseignement (UE) "Action et évaluation en santé publique", j'ai donc élaboré les objectifs du projet en faisant en sorte que ceux-ci soient en lien avec au moins 3 des axes de la charte d'Ottawa. J'ai fait cela avec mon tuteur car ce projet sera mis en œuvre au cours des prochaines années dans le cadre du CLSM, donc les objectifs doivent lui correspondre et correspondre à ce que pourrait faire le CLSM dans le cadre d'un tel projet. Effectivement, un CLSM peut réaliser des actions d'information et de communication en créant des outils. Il peut outiller les acteurs de la jeunesse en connaissances pour qu'ils puissent faire face aux difficultés psychiques des jeunes qu'ils suivent, et enfin il peut réaliser des ateliers de formation/sensibilisation à la santé mentale auprès d'acteurs ou de publics.

D'après le guide « Promotion de la santé mentale en pratique », de l'Instance Régionale d'Education et de Promotion de la Santé (IREPS) de Bretagne, l'objectif de la promotion de la santé mentale est de prévenir des problèmes de santé mentale qui pourraient surgir de facteurs qui lui sont défavorables. Elle cherche donc à créer ou améliorer les conditions qui contribuent au bien-être des personnes. En termes de promotion de la santé mentale, il existe 3 axes d'intervention possibles : avec le public, avec les professionnels et sur les milieux de vie. Avec le public, l'objectif est de renforcer les compétences personnelles des personnes, leurs facteurs de protection et leur pouvoir d'agir sur la santé. Avec les professionnels, l'objectif est de leur faire prendre en compte les questions de santé mentale dans leurs pratiques. Sur les milieux de vie, l'objectif est d'intégrer les questions de santé mentale dans les décisions prises par les structures, les institutions ou encore les politiques publiques (34).

Ainsi, grâce aux entretiens et aux recherches documentaires effectuées sur le sujet, j'ai élaboré les objectifs suivants avec mon tuteur, sous la forme d'un arbre à objectifs :



Le premier objectif intermédiaire correspond à l'axe "Développement des compétences personnelles" de la charte d'Ottawa. En effet, celui-ci va permettre de développer les connaissances de base en santé mentale des jeunes pour les encourager à en prendre soin. La promotion de la santé soutient le développement individuel et social en offrant des informations, en assurant l'éducation pour la santé et en perfectionnant les aptitudes indispensables à la vie. Les 3 objectifs opérationnels qui lui sont liés vont permettre aux jeunes d'avoir de la communication à leur disposition concernant les ressources locales en santé mentale du territoire et leur permettre de parler de santé mentale entre jeunes, de pair à pair, sous une forme ludique. En effet, compte tenu du fait que les professionnels et les jeunes rencontrés m'aient dit qu'il manquait beaucoup d'informations sur les ressources existantes en santé mentale, il semblerait judicieux d'élaborer un tel outil de communication pour pallier ce problème.

Le second objectif correspond à l'axe "Renforcement des actions communautaires". Cet objectif a pour but de mobiliser les acteurs locaux du secteur social ainsi que les jeunes à la mise en place d'actions de sensibilisation en santé mentale. La promotion de la santé procède de la participation effective et concrète de la communauté à la prise de décisions pour atteindre un meilleur niveau de santé. Pour cela, il faut puiser dans les ressources humaines et physiques de la communauté. L'un des objectifs opérationnels est d'aider l'association Unis-Cité à déployer sur le territoire son projet

“Ambassadeurs santé mentale” en contribuant à former les jeunes en service civique aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM). En effet, cette association s’est tournée vers le CLSM messin pour organiser une rencontre afin d’échanger sur la possibilité d’être accompagnée par le CLSM pour déployer son dispositif sur le territoire. Le second objectif opérationnel va permettre de créer un évènement avec des jeunes du territoire pour la prochaine manifestation des Semaines d’Information sur la Santé Mentale (SISM). Cela permettra la mise en œuvre d’une action communautaire avec des jeunes.

Enfin, le dernier objectif intermédiaire correspond à l’axe “Réorientation des services de santé”. J’ai constaté lors des entretiens réalisés que certains professionnels, et plus particulièrement ceux du secteur social, ne se sentaient pas légitimes de parler de santé mentale, et que cela était plutôt réservé au secteur sanitaire. Certains d’entre eux éprouvaient aussi une certaine envie d’être formés à la santé mentale. De plus, le manque de professionnalisme de certains acteurs de la jeunesse ressort également des entretiens. Ainsi, le fait de réorienter les services de santé en créant des outils d’aide et de formation au repérage et à l’orientation des jeunes en difficulté de santé mentale permettra de mener à un changement d’attitude et d’organisation au sein de ces services afin qu’ils se recentrent sur les besoins des jeunes. Aussi, le module de formation « Jeunes et santé mentale » aura pour but de parler de la santé mentale, de donner des repères sur l’approche par les pairs, et de donner des orientations possibles aux professionnels pour mettre en place des actions de ce type. Concernant le guide santé mentale, il traitera spécifiquement de la santé mentale des jeunes et sera destiné aux jeunes ainsi qu’aux professionnels qui interviennent auprès de ce public.

Ce qui sera donc crucial dans ce projet sera d’impliquer au maximum les jeunes dans les actions, afin de leur permettre de s’approprier les ressources proposées.

4.2. Son aspect budgétaire

Les membres du Comité de pilotage du CLSM n’ont pas doté celui-ci d’un budget. Pour chaque projet qui nécessite un financement, le coordonnateur a pour mission de rechercher la somme nécessaire à sa réalisation. Cela passe par une demande aux partenaires financeurs qui sont tous des acteurs publics ou par des appels à projets publics ou privés. Par exemple, pour l’une des actions envisagées dans le projet, nous avons, avec mon tuteur, répondu à l’appel à projets de la Fabrique à Projets 2023 du Fonds d’Amélioration de la Vie Etudiante (FAVE) (35). La réponse à cet appel sera connue au courant du mois de juin.

4.3. Constitution d’un dossier de présentation du projet à destination des partenaires

En ce qui concerne le dossier de présentation du projet qui sera destiné aux partenaires locaux de la jeunesse, j’ai contribué à sa réalisation, mais il sera élaboré et finalisé par mon tuteur de stage. Pour ce dossier, tout le travail que j’ai fourni et que j’ai présenté précédemment servira à le constituer.

De plus, afin que mon tuteur puisse communiquer le projet aux partenaires du CLSM, j'ai élaboré une fiche projet (Cf. annexe 10).

Le corps de ce dossier sera constitué des points suivants :

- Un rappel du contexte de la mise en œuvre du CLSM messin
- La présentation du diagnostic avec les recherches documentaires effectuées et les consultations mises en œuvre
- La présentation des objectifs du projet avec ses actions

C'est donc pour cela qu'à la fin du stage, j'ai restitué tous les documents créés à mon tuteur afin qu'il ait en sa possession toutes les informations pour élaborer ce dossier.

4.4. Perspectives envisagées

En termes de méthodologie de projet, la mise en œuvre et l'évaluation sont des étapes clés qui viennent à la suite du diagnostic et de l'élaboration des objectifs du projet. C'est pour cela qu'après avoir finalisé les deux premières étapes de la méthodologie de projet, j'ai construit un plan opérationnel des actions à réaliser afin de prévoir la planification du projet et enfin arriver à sa mise en œuvre. Ce plan (Cf. annexe 11) permettra de visualiser les diverses étapes à réaliser afin d'atteindre les objectifs opérationnels fixés, tout en identifiant les ressources humaines, matérielles et financières, les partenaires à intégrer ainsi que les échéances à respecter.

Suite à la mise en œuvre du projet, il faudra réaliser l'évaluation du projet et de ses actions. L'évaluation devra se faire à partir de critères et d'indicateurs définis au préalable. Les critères permettent d'apprécier le degré d'atteinte des objectifs, tandis que les indicateurs aident à mesurer le changement. Toutefois, la validation du projet reste nécessaire en amont de sa mise en œuvre. La réponse sera donnée lors du regroupement du Comité de pilotage, prévu fin juin 2023.

5. Analyse

5.1. La santé mentale du point de vue des jeunes rencontrés durant le stage

Mon stage au cours duquel j'ai rencontré différentes catégories d'acteurs (professionnels de santé mentale, du secteur social ou encore des étudiants), m'a donné à voir une diversité de points de vue sur la santé mentale des jeunes. Les professionnels rencontrés ont tous évoqué la dégradation de la santé mentale chez les jeunes qu'ils accompagnent. Leur constat rejoint les études réalisées sur le sujet, comme celle déjà citée de SPF (2). En revanche, les trois jeunes étudiants avec lesquels j'ai échangé considèrent la santé mentale de leurs camarades comme plutôt bonne et positive. Pour eux, ce sont avant tout les périodes d'examen qui induisent des vagues de stress chez les étudiants.

C'est pourquoi j'ai effectué des recherches documentaires sur le sujet. J'ai pu lire que l'écart entre le constat clinique d'un mal-être et les déclarations des adolescents sur leur santé peut être lié à une mauvaise éducation des jeunes à leur propre santé psychique. Cet écart peut aussi s'expliquer en partie par une banalisation du mal-être, perçu comme relevant d'une chose « normale » de la vie, dont il n'y a pas lieu de s'alarmer (36). En général, les jeunes ont pour habitude de banaliser leur mal-être et leurs problèmes. Ils se disent que cela arrive à tout le monde et que ça reste normal. Les jeunes ont du mal à décrire leur mal-être et ne se rendent pas toujours compte de leur état de santé mentale. Ils éprouvent des difficultés à parler de leur santé mentale car ce sujet est complexe à comprendre.

Au cours de ma rencontre avec les étudiants relais-santé, l'un d'entre eux m'a confié qu'en se blessant physiquement ou en tombant malade, le réflexe est d'aller directement chez son médecin ou aux urgences selon la gravité. Au contraire, la sensation d'un mal-être est plus volontiers ignorée en se disant que ça passera ou tout simplement parce qu'on ne sait pas vers qui se tourner. On peut noter également que le coût d'une consultation non prise en charge chez un psychologue représente un frein à la différence du médecin. C'est sans doute un élément qui doit encourager les jeunes à consulter ce dernier pour faire part d'un mal-être. Mais là encore, un obstacle se présente puisque le généraliste est loin d'être associé à un professionnel en capacité d'intervenir précocement sur une difficulté de santé mentale. Cette situation explique le retard de soins en santé mentale pour une importante partie de jeunes en souffrance psychique.

La littérature montre donc qu'il y a une souffrance réelle de la part des jeunes mais qu'elle n'est pas exprimée. Plus de 8 adolescents sur 10 en situation de mal-être ne sont pas allés se confier à un psychologue, à un psychiatre, à un médecin. La raison de ce mutisme est double : la conviction du jeune que son mal-être n'est pas suffisamment grave et son absence d'envie d'aller voir un professionnel dédié. Lorsque les jeunes sont interrogés sur ce qu'ils font lorsqu'ils se sentent mal dans leur tête, 56% des répondants affirment parler à leurs parents et 58% déclarent se tourner vers leurs amis. Cependant, lorsque l'on demande aux jeunes s'ils aimeraient parler de leurs problèmes à un psychologue sans que leurs parents soient prévenus, 38% d'entre eux répondent « oui » (36).

De plus, certains auteurs expliquent que le grand besoin d'autonomie présent à cet âge chez certains jeunes ferait en sorte que ceux-ci auraient moins tendance à demander de l'aide formelle auprès d'un professionnel (37). Ce mal-être chez les jeunes crée donc une véritable détresse, d'où l'intérêt de leur proposer des actions (supports de communication, ateliers d'échanges et de sensibilisation) pour les encourager à parler de santé mentale comme on parle de santé physique et leur permettre d'identifier les signes d'une difficulté psychique tout en ayant une connaissance des ressources pour être soutenu ou soigné.

5.2. L'approche de pair à pair

En me documentant sur le sujet, j'ai trouvé la définition de l'éducation par les pairs, proposée par la Commission européenne. Celle-ci définit ce terme comme une « approche éducationnelle qui fait appel à des pairs (personnes de même âge, de même contexte social, fonction, éducation ou expérience) pour donner de l'information et pour mettre en avant des types de comportements et de valeurs » (38). Au cours de mon stage, j'ai pu voir que dans le domaine de la santé mentale, on parle beaucoup de la pair-aidance. Cette notion repose sur une entraide entre personnes souffrant ou ayant souffert d'une même maladie somatique ou psychique, ou atteintes d'un même handicap. Le partage de son vécu permet à chacun de progresser au-delà de son histoire personnelle. La pair-aidance est fondée sur l'expérience et les échanges réciproques plutôt que sur l'expertise professionnelle et s'adresse à tout type de public en situation de handicap (39). D'ailleurs, c'est une confusion que l'on a dû vite préciser lors de notre entretien avec la responsable de la MDA de la Moselle. On a dû préciser que notre projet ne sera pas à visée thérapeutique, mais plutôt à visée pédagogique avec des jeunes qui transmettent des connaissances en santé mentale à d'autres jeunes.

Ainsi, mon stage m'a permis de bien distinguer la pair-aidance de l'approche de pair à pair. En effet, le pair à pair est une approche qui repose sur la transmission de connaissances, par laquelle on place des jeunes face à d'autres jeunes. Si l'on s'intéresse aux bénéfices de cette approche à l'adolescence, j'ai pu recueillir des avis à ce sujet lors des entretiens avec les professionnels. Les bénéfices qui ressortent le plus souvent sont les suivants : les jeunes formés se sentent utiles, ressentent l'entraide, la confiance et la proximité avec les jeunes. De plus, cela permet la transmission d'informations et de conseils et cela libère la parole des jeunes.

Mais cette approche implique et nécessite également que les adultes puissent mettre en œuvre les moyens et les attitudes favorisant la participation des jeunes, ce que la Charte d'Ottawa préconise d'ailleurs dans son axe portant sur le renforcement de l'action communautaire. Cependant, cette approche interpelle les capacités des professionnels à faire évoluer leur pratique pour associer des jeunes à leur démarche de promotion et d'éducation à la santé. Pour cela, il s'agirait pour ces professionnels de passer du rôle de transmetteur d'informations et de connaissances, à celui d'accompagnateur qui favorise l'émergence d'une démarche participative. La littérature montre que ce passage d'un rôle à l'autre peut être plus ou moins facile selon les cultures professionnelles de chacun (40). Il est vrai que certains professionnels peuvent être réticents à donner leur confiance et déléguer un savoir faire à des jeunes.

5.3. L'importance de la lutte contre la stigmatisation en santé mentale

Lors des entretiens réalisés avec les acteurs locaux de la jeunesse, j'ai pu recueillir leurs avis. Ils estiment important de lutter contre la stigmatisation envers la santé mentale auprès des jeunes. En

effet, la majorité des jeunes qu'ils accompagnent éprouvent des difficultés à consulter et ont un regard négatif sur les psychothérapies. Pour une grande majorité de jeunes, aller consulter un psychologue signifie que l'on est « fou ».

En m'appuyant sur les cours de l'UE « Approches sociologiques et psychologiques de la santé » du semestre 5, j'ai pu retrouver la définition de la stigmatisation. La stigmatisation se réfère aux attitudes, aux croyances ou comportements négatifs à l'égard d'un groupe de personnes en raison de leur situation personnelle. Elle résulte d'une action ou d'une parole qui transforme une caractéristique, un comportement, une (in)capacité d'une personne en une marque négative ou d'infériorité. La stigmatisation conduit au rejet social ou la mise à l'écart d'une personne ou d'un groupe de personnes qui sont perçues comme allant à l'encontre des normes culturelles du groupe ou de la société à laquelle elles appartiennent. On peut noter que la santé publique produit de nouvelles normes médicales car elle a pour objectif de transformer les représentations et les pratiques des individus. On peut remarquer également que les professionnels de santé, comme tous les individus, ont des représentations sociales, mais que celles-ci influent sur leurs pratiques.

D'ailleurs, au cours de mon stage, il y a eu une période où mon tuteur a dû s'absenter. Lorsqu'il est revenu travailler, il avait beaucoup de tâches à reprendre afin de rattraper son retard. Un de ses collègues lui a dit qu'il « allait devenir fou et qu'il se retrouvera bientôt de l'autre côté du mur ». Cette phrase fait référence au fait qu'une personne « folle » peut vite se retrouver internée dans une unité psychiatrique. A ce moment-là j'ai bien remarqué que tout le monde peut avoir des représentations sociales négatives à l'égard de la santé mentale, y compris des professionnels exerçant dans le domaine.

Outre la crainte commune d'être stigmatisé malade mental, un doute et parfois une méfiance s'expriment vis-à-vis de la profession et de leurs interlocuteurs que les jeunes sont incapables de clairement différencier (41). Lors de ma rencontre avec l'équipe de prévention spécialisée du CMSEA, la psychologue a confié que les jeunes ne savent pas encore bien faire la différence entre les professionnels de la santé mentale. Il est vrai que les jeunes ne connaissent pas assez bien la fonction et le rôle d'un psychologue par exemple. Pour eux, un psychologue est une personne qui pratique de la magie et qui va rentrer dans leur tête afin de comprendre leurs problèmes.

D'après ma recherche documentaire sur le sujet, il existe 7 orientations pour tenter de réduire un stigmatisme et des discriminations bien enracinées dans le conscient et l'inconscient de chacun (42) :

- Œuvrer pour une meilleure intégration des patients dans la cité
- Travailler en partenariat
- Renforcer la place des associations d'usagers, favoriser le développement des pairs-aidants
- Changer les pratiques de soins

- Améliorer et transformer la formation initiale et continue des professionnels
- Développer une information dynamique pour faire connaître les troubles psychiques
- Soutenir la recherche

Aujourd'hui, la lutte contre la stigmatisation dans le domaine de la santé mentale représente un enjeu important pour encourager les jeunes à s'intéresser à cet aspect de leur santé pour en prendre soin et savoir faire face quand une difficulté psychique se présente. Il s'agit d'un aspect transversal pris en compte dans l'ensemble des actions du projet, en lien avec les 7 orientations présentées précédemment.

6. Conclusion

Pour conclure, ce stage a représenté pour moi une véritable opportunité de découvrir le domaine de la santé mentale, qui est aujourd'hui une notion très présente au sein de notre société et qu'il est nécessaire d'aborder. En début de stage, il m'a été difficile de comprendre cette notion ainsi que le fonctionnement d'un CLSM. Cela a donc représenté pour moi une difficulté à laquelle je devais faire face. Mais j'ai su prendre en main les outils qui m'ont été confiés afin de faciliter ma compréhension de ce domaine. De plus, au début du stage, le projet qui m'a été confié me paraissait encore trop abstrait et j'avais du mal à visualiser concrètement les objectifs que je devais atteindre. Mais mon tuteur de stage a su m'accompagner du début à la fin en me proposant diverses ressources, en étant à mon écoute et en étant toujours présent en cas de besoin. Grâce à lui, j'ai su me remettre en question plusieurs fois sur ma façon de travailler et d'entrevoir les choses. J'ai notamment eu beaucoup de chance de participer à des réunions rassemblant des personnes hautement qualifiées qui sont en général inaccessibles. Ce stage a été l'opportunité de faire de nombreuses rencontres dans le domaine de la santé publique, ce qui peut me permettre de constituer déjà un réseau pour le futur.

Grâce à cette période de stage, j'ai pu mettre en application les connaissances théoriques abordées au cours des enseignements. En effet, j'ai pu mettre en œuvre une méthodologie de recherche afin d'arriver à la construction d'un projet. J'ai ainsi pu mieux comprendre l'importance des enseignements proposés et voir de manière plus concrète comment se déroulent l'étude et l'élaboration d'un projet. Mais il est nécessaire tout de même de garder à l'esprit qu'il est compliqué de monter un projet dans un délai de 8 semaines et donc que ce stage ne représente pas pour autant la réalité du terrain. Au cours de 8 semaines de stage, nous pouvons rencontrer des freins auxquels il faut savoir trouver des solutions et faire preuve d'initiatives.

Au départ, j'avais des représentations vis-à-vis de la santé mentale. Pour moi, la santé mentale ne touchait que les personnes qui présentent des troubles psychiques, alors qu'au final, je me suis

rendu compte que la santé mentale concerne tout le monde. Nous avons toutes et tous une santé mentale et il est nécessaire d'en prendre soin, d'où l'importance de la mise en place d'actions de prévention et de promotion de la santé mentale. Comme le démontre si bien l'OMS, « Il n'y a pas de santé sans santé mentale ».

Le fait d'avoir effectué mon stage au sein d'un Conseil Local de Santé Mentale m'a permis d'en apprendre beaucoup sur le champ de la santé mentale et de tout ce qui l'entoure. Cela m'a permis de me rendre compte notamment de la grande stigmatisation qui pèse toujours à l'égard de la santé mentale et des troubles psychiques, bien que des progrès aient été faits depuis plusieurs années. Ce stage m'a beaucoup plu et m'a grandement intéressée.

Enfin, cette première expérience dans le domaine de la santé publique m'a permis de me conforter dans mon choix d'orientation professionnelle future qui est de devenir chargée de projet dans le domaine de l'intervention en promotion de la santé. C'est pourquoi je compte poursuivre mes études vers le Master Santé Publique, parcours Intervention en promotion de la santé, au sein de la Faculté de Médecine de Nancy.

7. Bibliographie

1. Suicide : mesurer l'impact de la crise sanitaire liée au Covid-19 - Effets contrastés au sein de la population et mal-être chez les jeunes - 5e rapport / Septembre 2022 | Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/publications-communique-de-presse/rapports/suicide-mesurer-limpact-de-la-crise-sanitaire-liee-au-0>
2. Santé mentale et COVID-19 [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.santepubliquefrance.fr/dossiers/coronavirus-covid-19/enjeux-de-sante-dans-le-contexte-de-la-covid-19/articles/sante-mentale-et-covid-19>
3. Santé mentale des adolescents [Internet]. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
4. Qu'appelle-t-on bonne santé mentale et troubles psychiques ? [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.ameli.fr/assure/sante/themes/souffrance-psychique/definition>
5. Préserver la santé mentale des jeunes pendant la crise du COVID-19 [Internet]. OECD. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.oecd.org/coronavirus/policy-responses/preserver-la-sante-mentale-des-jeunes-pendant-la-crise-du-covid-19-dbc04f5/>
6. Constitution [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/about/governance/constitution>
7. Organisation et fonctionnement du dispositif de soins psychiatriques, 60 ans après la circulaire du 15 mars 1960 [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.igas.gouv.fr/Organisation-et-fonctionnement-du-dispositif-de-soins-psychiatriques-60-ans.html>
8. Sectorisation [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.sante-mentale-territoire-messin.fr/annuaire?view=article&id=31:sectorisation&catid=44>
9. Accueil [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.ch-jury.fr/index.php>
10. Légifrance - Droit national en vigueur - Circulaires et instructions - INSTRUCTION N°DGS/SP4/CGET/2016/289 du 30 septembre 2016 relative à la consolidation et à la généralisation des conseils locaux de santé mentale en particulier dans le cadre des contrats de ville. [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.legifrance.gouv.fr/download/pdf/circ?id=41379>
11. download.pdf [Internet]. [cité 21 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.grand-est.ars.sante.fr/media/61541/download?inline>
12. PROJETS [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.sante-mentale-territoire-messin.fr/projets>
13. Contrat Local De Santé Emm 2022 2026 [Internet]. calameo.com. [cité 19 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.calameo.com/read/004364224316892f6735c?page=3>
14. pmh-smp-framework-fra.pdf [Internet]. [cité 22 mai 2023]. Disponible sur: <https://sante-infobase.canada.ca/labo-de-donnees/doc/pmh-smp-framework-fra.pdf>

15. La santé mentale des jeunes, plus que jamais préoccupante [Internet]. Fondation FondaMental. 2021 [cité 17 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.fondation-fondamental.org/node/3295>
16. Santé des adolescents [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/health-topics/adolescent-health>
17. Santé des adolescents et des jeunes adultes [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
18. Canada A de la santé publique du. Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé : Une conférence internationale pour la promotion de la santé [Internet]. 2001 [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/promotion-sante/sante-population/charte-ottawa-promotion-sante-conference-internationale-promotion-sante.html>
19. SPF. La promotion de la santé mentale : un enjeu individuel, collectif et citoyen. [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.santepubliquefrance.fr/notices/la-promotion-de-la-sante-mentale-un-enjeu-individuel-collectif-et-citoyen>
20. CLSM et Territoires Politique de la Ville – Centre national de ressources et d'appui aux CLSM [Internet]. 2023 [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://ressources-clsm.org/les-conseils-locaux-de-sante-mentale/clsm-et-quartiers-politiques-de-la-ville/>
21. Définition - Quartiers prioritaires de la politique de la ville | Insee [Internet]. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.insee.fr/fr/metadonnees/definition/c2114>
22. Zoom sur l'action en santé de la politique de la ville – en particulier de santé mentale dans les quartiers – Centre national de ressources et d'appui aux CLSM [Internet]. 2022 [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://ressources-clsm.org/zoom-sur-laction-en-sante-de-la-politique-de-la-ville-en-particulier-de-sante-mentale-dans-les-quartiers/>
23. Etat_sante_QPV_2020_VF-2.pdf [Internet]. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: http://orscreainormandie.org/wp-content/uploads/2021/05/Etat_sante_QPV_2020_VF-2.pdf
24. Dossier complet – Intercommunalité-Métropole de Metz Métropole (200039865) | Insee [Internet]. [cité 17 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.insee.fr/fr/statistiques/2011101?geo=EPCI-200039865>
25. Le contrat de ville [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.eurometropolemetz.eu/les-services/sante-solidarite/contrat-de-ville-379.html>
26. Commune Metz - Commune ou arrondissement municipal - SIG Politique de la Ville [Internet]. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://sig.ville.gouv.fr/Territoire/57463>
27. Carnet_sante_VdM_AGURAM2021_ok.pdf [Internet]. [cité 17 mai 2023]. Disponible sur: https://www.aguram.org/wp-content/uploads/2022/11/Carnet_sante_VdM_AGURAM2021_ok.pdf
28. Santé mentale des enfants : la pédopsychiatrie en souffrance [Internet]. LEFIGARO. 2021 [cité 22 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.lefigaro.fr/sciences/sante-mentale-des-enfants-la-pedopsychiatrie-en-souffrance-20211120>
29. Diagnostic Local de Santé de Metz | ORS Grand Est [Internet]. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://ors-ge.org/documents/diagnostic-local-de-sante-de-metz>

30. L'engagement citoyen pour la santé mentale des jeunes [Internet]. Ambassadeur Santé Mentale. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.ambassadeurs-santementale.fr/>
31. download.pdf [Internet]. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://eduscol.education.fr/document/33863/download>
32. Étudiants relais-santé [Internet]. enseignementsup-recherche.gouv.fr. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr/fr/etudiants-relais-sante-89705>
33. Utiliser les cinq axes de la charte d'Ottawa dans ses projets [Internet]. PromoSanté IdF. 2022 [cité 19 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.promosante-idf.fr/utiliser-les-cinq-axes-de-la-charte-dottawa-dans-ses-projets>
34. La promotion de la santé mentale en pratique [Internet]. Ireps Bretagne. [cité 20 mai 2023]. Disponible sur: <https://irepsbretagne.fr/publications/la-promotion-de-la-sante-mentale-en-pratique/>
35. La Fabrique à projets du FAVE [Internet]. [cité 16 mai 2023]. Disponible sur: <https://fabriquefave.mgel.fr/>
36. Les adolescent·e·s face au monde, du mal-être à la détresse [Internet]. Fondation Jean-Jaurès. [cité 21 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.jean-jaures.org/publication/les-adolescent-e-s-face-au-monde-du-mal-etre-a-la-detresse/>
37. Elsevier. Pair-aidance à l'adolescence [Internet]. Elsevier Connect. [cité 21 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.elsevier.com/fr-fr/connect/psy/pair-aidance-a-ladolescence>
38. Amsellem-Mainguy Y. Qu'entend-on par « éducation pour la santé par les pairs » ? Cahiers de l'action. 2014;43(3):9-16.
39. Définition & cadre réglementaire [Internet]. MDPH 77. [cité 23 mai 2023]. Disponible sur: <https://www.mdph77.fr/fr/definition-cadre-reglementaire>
40. Amsellem-Mainguy Y, Le Grand É. Éducation pour la santé des jeunes, la prévention par les pairs. Paris: Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire; 2014. (Cahiers de l'action).
41. Estingoy P, Régemba V, Salomé AG. Le regard des jeunes sur les psychothérapies. Le Journal des psychologues. 2013;311(8):57-61.
42. Roelandt JL, Caria A. Stigma ! Vaincre les discriminations en santé mentale. L'information psychiatrique. 2007;83(8):645-8.

8. Annexes

Annexe 1 : Affiche sur le fonctionnement de la structure de stage

Annexe 2 : Planification du stage

Annexe 3 : Arbre à objectifs de l'étude du projet

Annexe 4 : Synthèse des projets, évènements et outils inspirants sur la santé mentale

Annexe 5 : Cartographie des acteurs locaux de la jeunesse

Annexe 6 : Guide d'entretien

Annexe 7 : Synthèse des entretiens réalisés

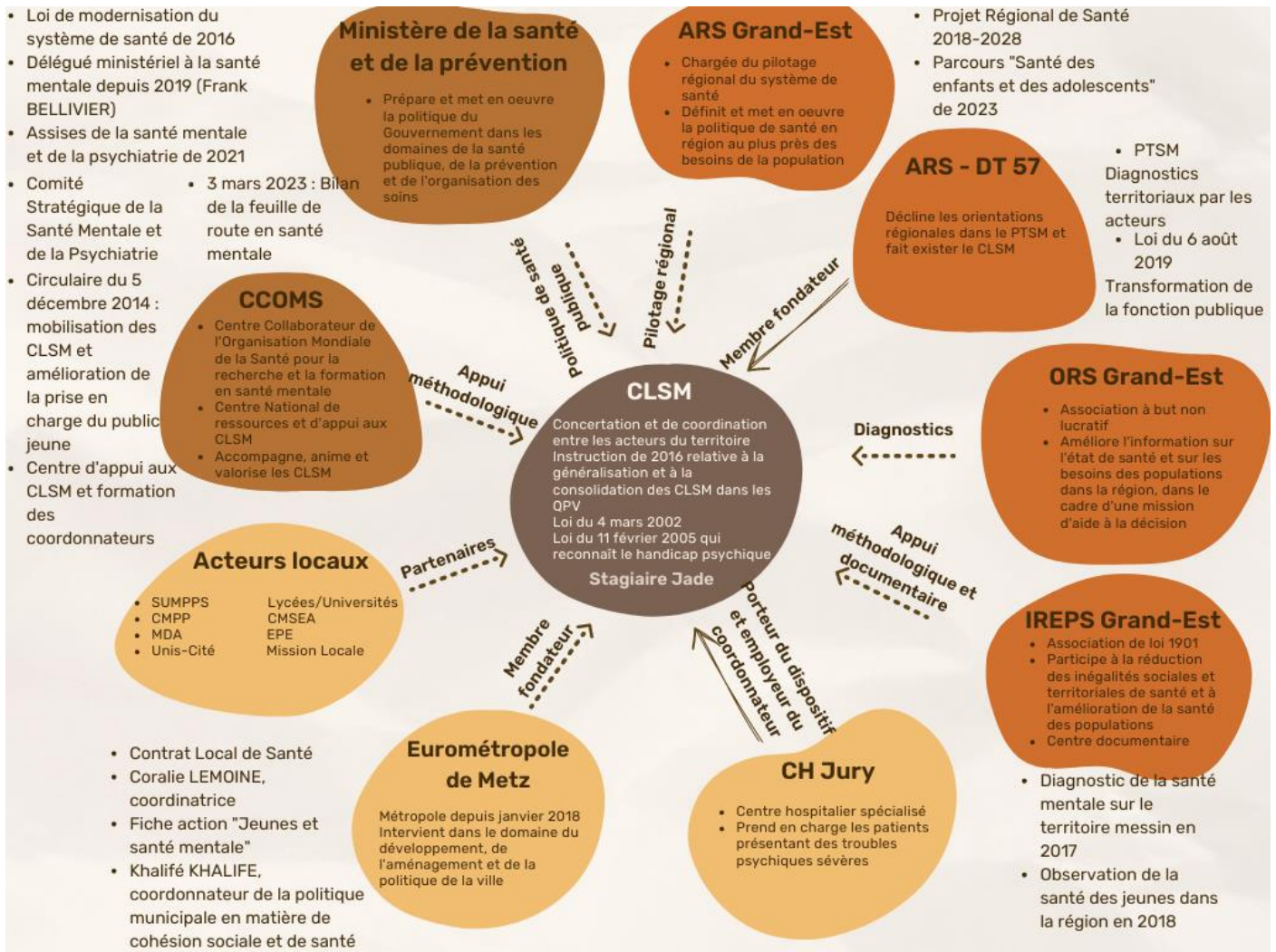
Annexe 8 : Triade besoins-demandes-réponses

Annexe 9 : Analyse AFOM

Annexe 10 : Fiche projet « Jeunes et santé mentale »

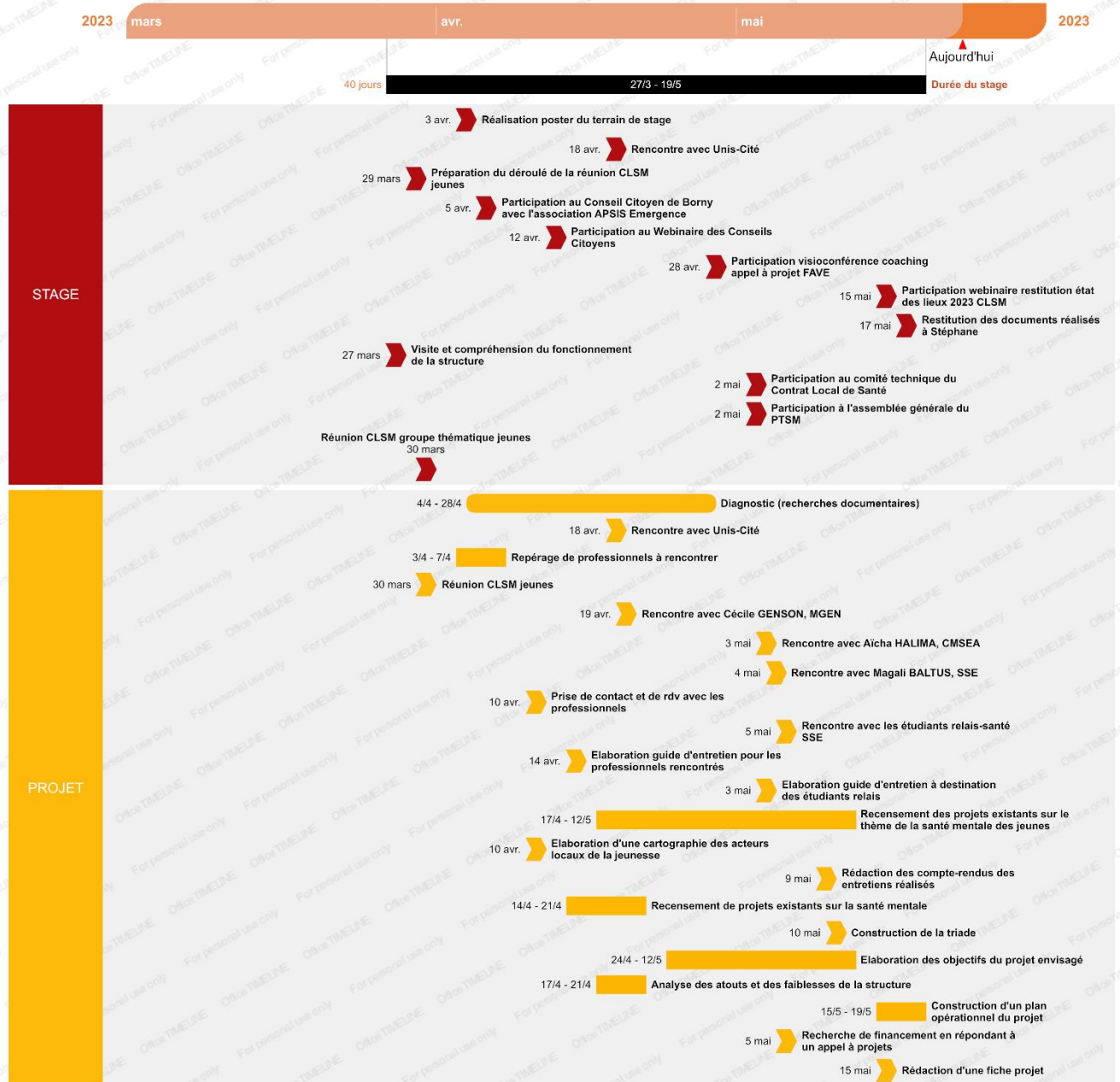
Annexe 11 : Plan opérationnel du projet envisagé

Annexe 1 : Affiche sur le fonctionnement de la structure de stage

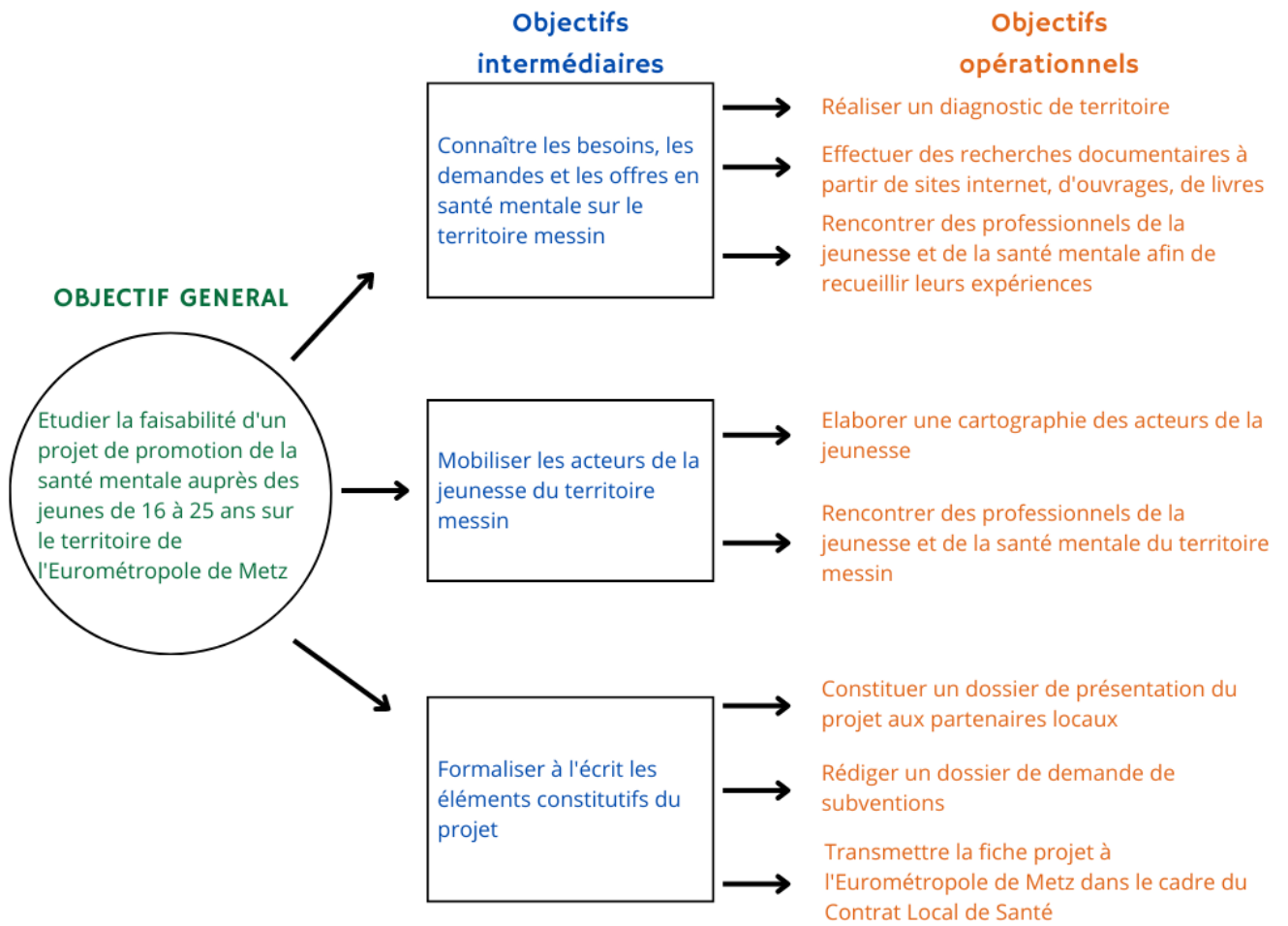


Annexe 2 : Planification du stage

Planification du stage et du projet



Annexe 3 : Arbre à objectifs de l'étude du projet



Annexe 4 : Synthèse des projets, évènements et outils inspirants sur la santé mentale

	Liste	Principe
Projets/Évènements	« Mental Fest »	Évènement organisé durant une journée en mars par des étudiants messins pour œuvrer au bien-être et à la santé mentale des jeunes
	« Facettes »	1 ^{er} festival sur la santé mentale des jeunes organisé dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale 2022. Ce festival a été porté par des jeunes ayant entre 15 et 30 ans.
	Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)	Moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de santé mentale avec l'ensemble de la population. Les objectifs sont de sensibiliser, informer, rassembler, aider et faire connaître. Tout le monde est le bienvenu pour mettre en place une action.
	Projet « Me-Health »	Projet copiloté par la région Grand-Est et qui mobilise des régions qui sont des partenaires historiques du Grand-Est. Ce projet met en place des semaines d'échanges ou d'apprentissage sur les thèmes suivants : <ul style="list-style-type: none"> - La phase de diagnostic des difficultés psychiques des jeunes pendant les périodes Covid et juste après - Les démarches mises en œuvre pour prévenir, accompagner ou soigner les jeunes en mal-être - Rédaction d'un guide de bonnes pratiques digital qui sera très utile pour tous les acteurs du Grand-Est en prise avec la problématique de la santé mentale des jeunes
Dispositifs	Ambassadeurs santé mentale	Dispositif de l'association Unis-Cité qui recrute des jeunes de 16 à 25 ans en mission de service civique afin qu'ils proposent des interventions collectives de prévention en santé mentale dans une approche de pair à pair pour les jeunes dans les structures.
	Elèves ambassadeurs-santé	Dispositif mis en place dans les écoles ou les lycées portant une démarche « Ecole promotrice de santé ». Ce sont des élèves volontaires ou désignés par leurs camarades de classe qui choisissent de s'engager dans cette démarche. Ils peuvent contribuer à l'élaboration du diagnostic,

		transmettre à leurs camarades des messages de prévention par un processus de communication interpersonnelle de pair à pair. Ces élèves développent des compétences psychosociales, des connaissances et des attitudes favorables à la santé. Cette expérience fait partie de leurs apprentissages scolaires.
	Etudiants relais-santé	Ce sont des étudiants faisant partie d'une université et qui sont recrutés par les services de santé universitaires sur la base d'un contrat de travail. Les ERS offrent un premier niveau d'information aux autres étudiants. Ils sont présents pour les accueillir et répondre à leurs questions, tout en menant des opérations de sensibilisation et des campagnes d'information sur le campus.
	Nightline	Dispositif qui permet à chaque étudiant de s'investir auprès de ses pairs en ayant un rôle d'aidant dans leur communauté et en obtenant des compétences de repérage et d'orientation de leurs pairs en détresse. L'objectif est de faire des étudiants des acteurs de prévention au quotidien dans leurs communautés.
Outils	Kit du Cosmos mental	Kit pédagogique créé par le Psycom, qui s'adresse à toutes les personnes qui veulent mieux comprendre le concept de la santé mentale, pour elles-mêmes ou pour l'expliquer à d'autres. Ce kit a déjà été expérimenté par le CLSM avec des jeunes bénéficiaires du dispositif « Prisme », qui est destiné aux jeunes en décrochage scolaire.
	Kit du Jardin du Dedans	Kit pédagogique créé par le Psycom, qui permet de parler de santé mentale avec des enfants, afin de les sensibiliser à cette notion, ouvrir le débat, aider les adultes à aborder ces questions complexes avec leur enfant.
	Serious Game « Où est Alice ? »	Jeu numérique développé par ADOSEN Santé. C'est un jeu sérieux et formateur à destination du personnel de l'éducation et des parents. Il a pour but d'appréhender le rôle du web sur la construction de l'identité des plus jeunes ainsi que de renforcer la compréhension et donc le dialogue entre les générations.
	Programme « Coop-Addict »	Programme pédagogique de prévention des addictions à destination des jeunes âgés de 11 ans et plus.

	Bingo de la santé mentale	Outil qui permet à l'animateur de faire un tour d'horizon des thèmes propres à la santé mentale avec son groupe, tout en suscitant la réflexion personnelle et d'ouvrir à la réalité de l'autre personne.
	Jeu de débat « D'accord/Pas d'accord »	Jeu destiné à un public de 13 à 25 ans. Il propose des affirmations sur diverses thématiques de santé mentale, afin que 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.
	Ouvrage « Les autres »	Ouvrage pour les adolescents, sous forme de bande-dessinées. 6 histoires sont proposées pour aborder ce thème et parler du mal-être : le harcèlement, le chantage affectif, l'addiction, les troubles alimentaires compulsifs, les pensées suicidaires, et le coming-out. L'objectif est de développer la bienveillance, l'entraide et le recours aux ressources aidantes. Les histoires permettent aux jeunes de s'identifier à une situation et d'ouvrir le dialogue sur les solutions possibles.
	Web-documentaires réalisés par EPSYKOI	EPSYKOI est un outil de sensibilisation à la santé mentale pour les jeunes. Les web-documentaires proposés sur leur site proposent de changer de regard sur la maladie mentale pour aider au repérage précoce de la souffrance psychique.
	Brochure « La santé mentale dans la cité »	Brochure rédigée pour aider les municipalités à comprendre les enjeux et les déterminants de la santé mentale. Elle présente des exemples concrets d'actions, des ressources et outils pour inspirer dans la conception et la mise en œuvre des actions des services municipaux en faveur de la santé mentale des populations.

Annexe 5 : Cartographie des acteurs locaux de la jeunesse

Ressources en santé mentale pour les jeunes

SANITAIRE

Hospitalisation

- **CH Jury** : unité d'hospitalisation pour adolescents (0 à 16 ans)
- **CHR Mercy** : médecine et psychologie de l'adolescent (13-20 ans)
- **Clinique Tivoli** : à partir de 21 ans

Services de santé mentale de proximité

- **Maison des Adolescents (MDA 57)** : Point Accueil Ecoute Jeunes et Parents
- **Service Santé Etudiants (SSE)** : anciennement SUMPPS
- **Bureau d'Aide Psychologique pour les Etudiants (BAPE)**
- **Centre Pierre Janet** : pôle consultations
- **Ecole des Parents et des Educateurs** : Point Accueil Ecoute Jeunes et Parents (12-25 ans)
- **Centre Médico-Psychologique Winnicott (CMP)** : de 0 à 14 ans
- **Centre d'Accueil pour la santé des adolescents (CASA)** : réponse aux problèmes somatiques et psychiques des adolescents de 13 à 20 ans
- **Centre Médico-Psycho Pédagogique** : de 0 à 20 ans

Médecine de ville

- **Médecins généralistes/Médecin traitant**
- **Pédiatres**
- **Service Santé Etudiants (SSE)** : pour les étudiants
- **CHR Mercy** : permanence d'accès aux soins de santé
- **Centre d'examen de santé**

Addictions

- **CSAPA Les Wads** : Consultations Jeunes Consommateurs de 12 à 25 ans
- **Centre Edison** : toute personne qui rencontre une difficulté ponctuelle ou durable en lien avec un comportement à risque ou une dépendance

Urgence

- **CH Jury** : Centre d'Accueil et de Crise (CAC)
- **CHR Mercy** : Service de Psychiatrie d'Urgence et de Liaison (SPUL), géré par le CH de Jury

Aides à distance



Les lignes d'écoute - Psycom - Santé Mentale Info
psycom.org

Ressources web

Epsykoi : <https://epsykoi.com/>
Psycom : <https://www.psycom.org/>
Fil santé jeunes : <https://www.filsantejeunes.com/>
Dites je suis là : <https://www.ditesjesuisla.fr/>
Santé psy jeunes : <https://www.santepsyjeunes.fr/>
Apsytube : <https://www.apsytude.com/fr/>

SOCIAL

Accompagnement éducation/emploi/formation

- **CROUS-Université de Lorraine**
- **Collèges/Lycées**
- **Institut Régional du Travail Social de Lorraine (IRTS)**
- **Centre Pierre Janet** : pôles formation et recherche
- **Ecole de la 2e chance** : jeunes de 16-25 ans sortis du système scolaire
- **Association Unis-Cité** : jeunes en service civique de 15 à 25 ans
- **Mission locale** : jeunes de 16-25 ans
- **Pôle Emploi** : à partir de 16 ans

Accueil/Ecoute

- **Dispositif insertion CMSEA** : Point d'Accueil Ecoute Jeunes (18-25 ans)
- **Ecole des Parents et des Educateurs** : Point Accueil Ecoute Jeunes et Parents (12-25 ans)
- **Groupes d'entraide mutuelle (GEM)** : Albatros 57, Camille Claudel, Le Sillon
- **Union Nationale de Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM)**
- **Planning familial**

Hébergement

- **Association Carrefour** : Habitat Jeune (de 16 à 30 ans)
- **Foyers de Jeunes Travailleurs** : de 16 à 30 ans
- **Foyers de Jeunes Ouvriers** : de 16 à 30 ans
- **Maisons d'Enfants à Caractère Social (MECS)** : de 3 à 18 ans
- **Comité Local Autonome pour le Logement des Jeunes (CLAJ)** : 18-30 ans

Accompagnement social

- **CROUS** : pour les étudiants
- **Centre Communal d'Action Sociale (CCAS 57)** : Metz, Montigny-Lès-Metz, Woippy
- **Département 57** : Centre Moselle Solidarités
- **CMSEA** : Equipe prévention spécialisée, Point d'Accueil Ecoute Jeunes (jusqu'à 21 ans environ)
- **APSYS Emergence** : jeunes de 11 à 21 ans

Associations de soutien

- **Couleurs Gaies**
- **Contact Moselle**
- **Groupes d'Entraide Mutuelle** : Albatros 57, Camille Claudel, Le Sillon
- **UNAFAM**
- **Padem Bipol** : pour les personnes atteintes de troubles bipolaires
- **Inform'elles** : aide aux femmes victimes de violence

Loisirs/Culture

- **Centres Socio-Culturels**
- **Maison de la culture et des loisirs**
- **Ecole des Sports**
- **Centre de Renseignement et d'Information Bureau Information Jeunesse (CRI-BIJ)**

ANNEXE 6 : GUIDE D'ENTRETIEN

ENTRETIEN

PERSONNE RENCONTREE

Prénom, Nom :

Fonction :

Structure :

Coordonnées :

REALISATION

Date :

Heure :

Lieu :

Durée : min.

GUIDE

Partie 1 – Informations pour nourrir le projet du CLSM

Avis sur le projet :

- Mon intention est de m'assurer de la pertinence d'un tel projet sur le territoire messin.
Qu'en pensez-vous ?

Diagnostic :

- Par rapport à votre expérience et les publics avec lesquels vous travaillez, y-a-t-il des besoins particuliers par rapport à la santé mentale ?
- Les étudiants/les jeunes expriment-ils des demandes sur ce sujet ? Si oui, lesquelles ?
- Avez-vous réalisé un diagnostic de la situation auprès de votre public ?

Idées de partenaires et d'actions déjà existantes :

- Connaissez-vous des structures/partenaires/acteurs ayant déjà mis en place ce type de projet sur le territoire messin ou sur un tout autre territoire ?
- Quelles sont leurs actions ?

Idées de public en particulier :

- D'après vous, vers quels types de jeunes devraient-on orienter l'action ? Pourquoi ?

Le projet :

- Selon vous, qu'est-ce qui pourrait aider ou freiner la mise en place du projet sur le territoire ? Quels seraient les éléments à prendre en compte ?

- Dans une approche de pair à pair, à quelles difficultés pourraient-on s'attendre ?
- Quelles seraient les limites de cette approche ?
- Afin de construire le contenu du programme d'actions du projet, quels peuvent être les thèmes à aborder en priorité ?
- De quelle manière les ateliers pourraient être animés ? Par votre expérience, qu'est-ce qui fonctionne le mieux avec des jeunes (de 16 à 25 ans) ?
- Pour finir, auriez-vous d'autres idées à nous conseiller pour promouvoir la santé mentale auprès des jeunes en dehors d'une approche de pair à pair ?

Annexe 7 : Synthèse des entretiens réalisés

Consultations	Synthèse
<p>Mathilde Jambot, responsable d'antenne de l'Association Unis-Cité</p> <p>Sonia Perozeni</p> <p>Date : 18 avril 2023</p> <p>Lieu : 4 rue de Normandie, Unis-Cité, Metz Borny</p>	<p><i>Spécificités de l'acteur rencontré :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Encadrement de jeunes en service civique • Porteur d'un dispositif « Ambassadeurs santé mentale » actuellement déployé sur Nancy • Les jeunes suivent un socle de formation avec des professionnels de santé <p><i>Perception de l'état de santé mentale des jeunes :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • L'état de santé mentale des jeunes se détériore et impacte leur façon de se comporter, leurs addictions et augmente les tentatives de violences sexuelles... <p><i>Actions en santé mentale envisagées ou en cours pour les jeunes :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dispositif « Ambassadeurs santé mentale » à déployer sur le territoire messin <p><i>Recommandations par rapport à l'approche de pair à pair :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • La santé mentale est un thème lourd et difficile à porter pour certains jeunes • Le message passe différemment et libère la parole des participants • Toujours faire intervenir les jeunes à plusieurs car cela permet une solidarité et une entraide entre eux s'ils rencontrent une certaine difficulté • Principaux freins de leur projet : recrutement des jeunes, diversité des personnes, l'incompréhension de l'objet exact du service civique, le manque de cadre des interventions, la mobilité des jeunes sur Metz <p><i>Collaboration envisageable avec le CLSM (dans le cadre du projet de promotion de la santé mentale des jeunes) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Partenariat pour aider au déploiement sur Metz du dispositif « Ambassadeurs santé mentale ».
<p>Cécile Genson, responsable régionale prévention Grand-Est, MGEN Metz</p> <p>Date : 19 avril 2023</p> <p>Lieu : 14 Place Saint Simplicie, MGEN Metz</p>	<p><i>Spécificités de l'acteur rencontré :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • La MGEN est une mutuelle à la disposition des particuliers pour des démarches relatives à la protection sociale, aux projets immobiliers, à l'épargne, à la retraite et aux voyages • Elle propose aussi des offres en complémentaire santé et prévoyance individuelle destinées à tous les publics • La MGEN a pour objectif de gérer sur la région Grand-Est les actions nationales de prévention et de promotion de la santé <p><i>Perception de l'état de santé mentale des jeunes :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beaucoup de besoins en santé mentale dans les missions locales et pour les jeunes en insertion professionnelle <p><i>Idées d'outils transmises :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Beaucoup d'outils créés par ADOSEN Prévention Santé MGEN tels que la web-série « Stéréotypes Stéréomeufs », l'outil

	<p>FILGOOD, le jeu collaboratif « Coop-Addict », le serious game « Où est Alice ? »</p> <p>Recommandations par rapport à l'approche de pair à pair :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La santé mentale est un thème lourd à porter pour les jeunes car des choses lourdes peuvent ressortir au cours des échanges entre les jeunes lors des actions • Il y a une charge émotionnelle très forte • Parfois, les référents des établissements ont un avis négatif et très France sur l'action réalisée et n'hésitent pas à le transmettre aux jeunes, ce qui les déstabilise • Cette approche lève des freins, libère la parole, crée un climat de confiance, permet une proximité naturelle dans le vécu partagé, donne un sentiment d'utilité aux jeunes formateurs • Nécessité de bien cadrer le projet et de mettre à disposition des jeunes des personnes référentes en cas de soucis afin de les préserver du mieux possible • La base c'est de développer les compétences psychosociales des jeunes • Actions pas trop longues, actions ludiques
<p>Aïcha Halima-Filali, éducatrice spécialisée, pôle prévention spécialisée, CMSEA Metz</p> <p>Céline Peccarisi, psychologue, CMSEA</p> <p>Emma Berthaud, stagiaire psychologue, CMSEA</p> <p>Date : 3 mai 2023</p> <p>Lieu : 6 Place Valladier, CMSEA, pôle prévention spécialisée, Metz</p>	<p>Spécificités de l'acteur rencontré :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'équipe de prévention spécialisée et le CLSM avaient déjà collaboré pour un dispositif nommé PRISME • Structure d'accompagnement social • Un besoin se faisait ressentir au sein de la structure : le recrutement d'une psychologue pour aborder le sujet de la santé mentale avec les jeunes en difficulté <p>Besoins/constats exprimés par les professionnels :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Besoins en termes de professionnalisme et de légitimité pour aborder le sujet de la santé mentale avec les jeunes de la structure • Besoins de formation sur le sujet • Manque de lieux d'écoute des problèmes de santé mentale des jeunes sur le territoire messin <p>Perception de l'état de santé mentale des jeunes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les jeunes sont en situation d'isolement, ils ont une phobie scolaire, un mal-être, ils sont en souffrance, en rupture ou en échec scolaire, et leurs liens avec l'extérieur sont rompus du fait des outils numériques présents aujourd'hui • Les jeunes ne se rendent pas compte de leur état de santé mentale • Ils ne vont pas consulter une psychologue car ils ne sont pas fous • Les jeunes qui auraient le plus besoin de ce type de projet sont situés dans les Foyers de Jeunes Travailleurs, les Maisons d'Enfants à Caractère Social, les établissements scolaires, le CMSEA, les centres socio-culturels, les missions locales, les prisons <p>Recommandations par rapport à l'approche de pair à pair :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cette approche apporte d'autres modèles de réflexion, de soins et de conseils aux autres jeunes qui en ont besoin

	<p><i>Collaboration envisageable avec le CLSM (dans le cadre du projet de promotion de la santé mentale des jeunes) :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Participation possible au projet
<p>Magali Baltus, infirmière au sein du Service Santé Etudiants de l'Université de Lorraine, Saulcy Metz</p> <p>Date : 4 mai 2023</p> <p>Lieu : SSE Université de Lorraine, Ile du Saulcy, Metz</p>	<p><i>Spécificités de l'acteur rencontré :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Formatrice aux Premiers Secours en Santé Mentale • Accompagne que des étudiants de l'Université <p><i>Besoins/constats exprimés par les professionnels :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Constat d'un gros problème d'accompagnement et d'informations en santé mentale sur le territoire messin • Personnel parfois incompetent en matière de santé mentale et pas assez formé • Constat d'un manque d'espaces d'écoute pour les jeunes sur la santé mentale <p><i>Perception de l'état de santé mentale des jeunes :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Les jeunes étudiants sont en souffrance psychique mais ils ne sont pas captifs envers les actions de prévention et de promotion qui leur sont proposées • Les jeunes présentent les troubles suivants : dépression, anxiété, TCA, angoisse, tentatives de suicide, mutilation, pensées suicidaires • TOUS les jeunes sont à prendre en compte pour ce type de projet envisagé • Beaucoup de traitements médicamenteux sont pris par les adolescents de moins de 18 ans alors qu'ils n'ont pas forcément le droit car ces traitements sont interdits avant cet âge • Les jeunes ne vont pas consulter une psychologue car ils ne sont pas fous <p><i>Actions en santé mentale envisagées ou en cours pour les jeunes :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dispositif « Nightline » par des étudiantes en master de psychologie <p><i>Recommandations par rapport à l'approche de pair à pair :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • La santé mentale est un thème lourd et difficile à porter pour certains jeunes • Ce sujet représente un gros poids pour eux • La question de l'âge est importante à prendre en compte • Il faut que les jeunes soient formés à la santé mentale afin qu'ils puissent en parler • Il faut que les actions soient courtes, ludiques et percutantes <p><i>Idées de thèmes à aborder lors des actions du projet :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prévention du suicide, TCA, automutilation, transidentité • La déstigmatisation de la santé mentale
<p>Etudiants relais-santé au sein du SSE de l'Université de Lorraine, Saulcy Metz</p>	<p><i>Spécificités de l'acteur rencontré :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Etudiants en licence de psychologie qui sont en contrat avec l'Université de Lorraine dans le cadre d'une expérience d'étudiants relais-santé au sein du campus du Saulcy • Pour leurs actions de prévention de la santé, ces étudiants suivent principalement le calendrier des actions de l'OMS

<p>Ayden Macé, étudiant en licence de psychologie</p> <p>Oriane Koch, étudiante en licence de psychologie</p> <p>Lyse Picavet, étudiante en licence de psychologie</p> <p>Date : 5 mai 2023</p> <p>Lieu : SSE Université de Lorraine, Ile du Saulcy, Metz</p>	<p>Besoins/constats exprimés par les étudiants :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les ERS trouvent qu'il y a un manque de ressources sur le territoire • Constat d'un manque de compétences et de formation des professionnels sur la santé mentale • Constat d'un manque de connaissances en santé mentale des jeunes ainsi que sur les ressources locales disponibles dans ce domaine • Les étudiants aimeraient beaucoup mettre en place des actions sur la santé mentale s'ils en sont formés et s'ils ont des réponses à apporter aux jeunes qui vont les consulter <p>Perception de l'état de santé mentale des jeunes :</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'état de santé mentale des jeunes est plutôt bon, tout dépend des jeunes • En matière de santé mentale, les jeunes se tournent dans un premier temps vers les réseaux sociaux ou alors certains préfèrent s'isoler • Durant les périodes de partiels, les étudiants sont très stressés <p>Recommandations par rapport à l'approche de pair à pair :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dans leur approche, ces étudiants relais-santé ne s'estiment pas être des professionnels de santé • Importance des actions ludiques qui attirent les jeunes • Ils trouvent que cette approche permet de transmettre des informations et des conseils plus facilement • Cela permet de confronter leurs points de vue de jeunes avec ceux des professionnels de santé : ils peuvent apporter également leur expérience et il y a une proximité avec les jeunes, une création de liens plus facile • Limite : les jeunes pairs ont besoin de se sentir encadrés par les professionnels et ne pas se sentir délaissés <p>Collaboration envisageable avec le CLSM (dans le cadre du projet de promotion de la santé mentale des jeunes) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Participation au projet envisagé par le CLSM pour la mise en place d'un évènement dans le cadre de la prochaine manifestation des Semaines d'Informations sur la Santé Mentale
<p>Laurence Gobert, cadre supérieure de santé et collaboratrice du chef de pôle enfants et adolescents du CH Jury</p> <p>Date : 9 mai 2023</p> <p>Lieu : Unité d'Hospitalisation pour Adolescents (UHA), CH Jury</p>	<p>Spécificités de l'acteur rencontré :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cadre supérieure de santé • Collaboratrice du chef de pôle enfants et adolescents du CH Jury • Encadrement de la Maison des Adolescents (MDA 57) <p>Besoins/constats exprimés par les professionnels :</p> <ul style="list-style-type: none"> • La MDA manque cruellement de personnel en ce moment et elle est surchargée de demandes de jeunes au sein de la structure • Nécessité de savoir repérer et accompagner les jeunes en difficulté de santé mentale sinon ils ne vont pas aller consulter car ils ne se considèrent pas comme fous • Les jeunes ont du mal à se rendre compte de leur état de santé mentale, pour eux, tout va bien • Manque de professionnels spécialistes du sujet sur le territoire (psychiatres par exemple) • Importance d'une collaboration entre les acteurs locaux afin de faciliter le travail et le répartir

- Beaucoup trop d'acteurs font le même travail aujourd'hui alors qu'il serait intéressant de proposer de nouvelles choses plus spécifiques et différentes

Perception de l'état de santé mentale des jeunes :

- Principaux problèmes de santé mentale des jeunes : dépression, tentatives de suicide, prises de risque, phobie scolaire, addictions, problèmes d'identité sexuelle, TCA
- Les jeunes se tournent vers la psychiatrie en dernier recours

Actions en santé mentale envisagées ou en cours pour les jeunes :

- Dispositif « Ambassadeurs santé mentale » à déployer sur le territoire messin

Recommandations par rapport à l'approche de pair à pair :

- Approche de pair à pair : souhait de la MDA de valoriser cette approche. S'il y a trop de proximité entre les jeunes, cela va poser problème
- Il est toujours nécessaire de garder un équilibre entre les jeunes et les professionnels dans ce type d'approche

Collaboration envisageable avec le CLSM (dans le cadre du projet de promotion de la santé mentale des jeunes) :

- Oui, pour l'aide à la création d'outils de repérage et d'orientation

Annexe 8 : Triade besoins-demandes-réponses

Besoins

- Les professionnels du secteur sanitaire et social constatent une dégradation de l'état de santé mentale des jeunes (diagnostic confirmé par l'étude réalisée par SPF)
- Délais longs pour une prise en charge
- Manque d'offres en santé mentale sur le territoire
- Manque d'espaces d'accueil et d'écoute
- Manque de formation en santé mentale
- Manque de partenariat entre les acteurs

Demandes

Jeunes

- Pas particulièrement en demande sauf quand ils vont mal
- Connaissances pour identifier les signes et les symptômes d'une difficulté de santé mentale
- Repérage des acteurs locaux de santé mentale
- Demande de mise en place d'actions en santé mentale

Professionnels

- Demande de partenariat entre les acteurs locaux pour faciliter le travail et mieux le répartir
- Demande d'outils pour parler de santé mentale avec les jeunes
- Demande de connaissances sur la santé mentale
- Inscrire la santé mentale dans leur pratique professionnelle car ils ont du mal à se sentir légitimes pour en parler

- Elaboration d'un support de communication avec les jeunes pour faire connaître les ressources locales en santé mentale
- Création d'un support ludique pour parler de santé mentale entre jeunes
- Conception d'un module de formation "Jeunes et santé mentale" destiné aux acteurs locaux de la jeunesse
- Conception d'un outil d'aide au repérage et à l'orientation des jeunes en difficulté de santé mentale à destination des acteurs locaux de la jeunesse
- Création d'une version du guide santé mentale des jeunes à destination des jeunes et des professionnels qui les accompagnent
- Mise en place avec les jeunes d'un évènement dans le cadre de la prochaine manifestation des Semaines d'Information sur la Santé Mentale

Réponses

Annexe 9 : Analyse des atouts, faiblesses, opportunités et menaces (AFOM)

INTERNE	Atouts	Faiblesses
	<ul style="list-style-type: none"> • Un coordonnateur qui travaille à temps plein • Participation d'une étudiante en L3 Santé Publique pour étudier et élaborer le projet • Moyens de l'hôpital (matériel, photocopies, service offset, temps d'intervention de professionnels, etc...) • Thématique « Santé mentale et Jeunes » inscrite dans les orientations du CLSM • Groupe de travail « Jeunes et santé mentale » constitué depuis 2019 • Réseaux de partenaires avec des compétences multiples • CLSM bien repéré par les acteurs messins de la jeunesse • Dynamique à l'œuvre dans les quartiers (collaboration Cité éducative et Conseils citoyens, sensibilisation en mai 2022 ...) • Fort engouement des professionnels de la jeunesse pour le sujet de la santé mentale comme l'a montré la forte participation à la soirée avec Daniel Marcelli, pédopsychiatre • Réseau dense d'acteurs intervenant auprès des jeunes • Partenariat possible avec l'association Unis-Cité 	<ul style="list-style-type: none"> • Pas de budget dédié au CLSM • Nécessité de dédier du temps pour mobiliser des partenaires sur les actions envisagées • Le CLSM a besoin de s'appuyer sur ses partenaires pour atteindre les publics ciblés par le projet • Nécessité de validation du projet par les membres du comité de pilotage (prévu fin juin 2023) • Difficulté des acteurs de la jeunesse du secteur social à se sentir légitimes pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale • Par manque de personnel et l'absence depuis de longs mois d'un coordonnateur, la Maison des Adolescents n'est plus en capacité de développer ses partenariats • Réticence des acteurs locaux, en particulier dans le secteur social, à engager des actions de promotion de la santé mentale en direction des jeunes • Des professionnels de la santé mentale qui émettent des réserves sur des actions de promotion de la santé mentale entreprises par des professionnels non spécialisés dans ce domaine • Difficulté de bien identifier qui fait quoi pour aider les jeunes à s'orienter • Une certaine réserve des professionnels par rapport à l'approche de pair à pair • Méconnaissance des professionnels de la jeunesse par rapport à la santé mentale des jeunes
EXTERNE	Opportunités	Menaces
	<ul style="list-style-type: none"> • Inscription dans le Conseil National de la Refondation de la prévention en santé mentale avec un volet « Jeunesse » • Santé mentale des jeunes inscrites dans les orientations nationales en santé mentale (voir feuille de route psychiatrie et santé mentale) 	<ul style="list-style-type: none"> • Faible financement des actions de promotion de la santé • Une approche encore trop centrée sur le médical au détriment de la promotion de la santé • Demander de l'aide reste encore difficile pour beaucoup de personnes, les jeunes en particulier

	<ul style="list-style-type: none"> • Les politiques sont davantage tournées vers la santé mentale des jeunes depuis la pandémie de Covid-19 donc les demandes de projets sont croissantes • Evolution de la société avec une prise en compte plus importante du bien-être des populations • Offre de formation généraliste sur la santé mentale des jeunes : mise en œuvre depuis 1 an de la formation Premiers Secours en Santé Mentale version ados • Possibilité de budget grâce à une réponse à un appel à projet du Fonds d'Amélioration de la Vie Etudiante (FAVE) 	<ul style="list-style-type: none"> • Encore beaucoup de représentations négatives sur la santé mentale qui est un frein à l'accès à une aide psychologique ou du soin spécialisé • Des études en cours pour mieux connaître les difficultés de santé mentale des jeunes, leurs causes et leurs conséquences à plus long terme → manque de connaissances • Dispositif « Mon parcours psy » qui peine à fonctionner correctement par manque de psychologues engagés dans la démarche
--	--	---

Annexe 10 : Fiche projet

Fiche projet « Jeunes et santé mentale »

Titre	Agir pour la santé mentale des jeunes en territoire messin	
Objectif général	D'ici 2024, promouvoir la santé mentale auprès des jeunes de 16 à 25 ans sur le territoire de l'Eurométropole de Metz, en valorisant l'approche de pair à pair	
Porteur et partenaires	Porteur du projet	Centre hospitalier de Jury
	Pilote de la fiche-action	CLSM messin
	Partenaires principaux de mise en œuvre	Maison des Adolescents Association Unis-Cité Cité Educative de Borny CMSEA Centres socioculturels Education nationale (lycées QPV) Ecole d'art de Metz Etudiants du master « Conception de dispositifs ludiques » de Metz Centre hospitalier de Jury Agence régionale de santé Eurométropole de Metz
Contexte et enjeux locaux	<p>Dans son bulletin épidémiologique de février 2023, Santé Publique France fait état d'une dégradation importante de l'état de santé mentale des jeunes en France. Entre 2017 et 2021, la prévalence des épisodes dépressifs caractérisés a augmenté de 3,5 points, passant de 9,8% à 13,3%. Cette augmentation concerne tous les segments de population analysés. La progression la plus importante a été observée chez les jeunes adultes de 18 à 24 ans, avec une hausse de 9 points entre 2017 (11,7%) et 2021 (20,8%). En 2021, les jeunes de 18 à 24 ans présentaient un risque plus élevé d'épisode dépressif caractérisé. Cette augmentation a été causée en particulier par le stress causé par la pandémie de Covid-19 et les restrictions imposées pour la contrôler.</p> <p>La pandémie de Covid-19 a donc été un révélateur des difficultés de santé mentale pour une part significative de la population, en particulier dans les catégories d'âges les plus jeunes. Alors que l'Organisation Mondiale de la Santé vient d'annoncer la sortie de crise sanitaire, la préoccupation à l'égard de la santé mentale des jeunes restent une préoccupation pour les professionnels qui les accompagnent.</p> <p>Dans ce contexte, le CLSM du territoire messin souhaite aider les acteurs locaux à réaliser des actions de promotion de la santé mentale destinées à ce public. Pour y parvenir, une étude a été réalisée avec la collaboration de Jade Royer, étudiante en L3 Santé Publique, qui propose 7 actions envisagées en valorisant l'approche de pair à pair. La démarche est portée par l'ambition d'inciter les acteurs de la jeunesse à inscrire la santé mentale dans leur pratique professionnelle et d'engager des jeunes à agir en direction de leurs pairs pour libérer la parole sur le sujet de la santé mentale.</p>	
Objectifs intermédiaires	<p>OI1 : D'ici 2024, développer les connaissances de base en santé mentale des jeunes pour les encourager à en prendre soin et les informer sur les moyens de faire face à une difficulté → Axe « Développement des compétences personnelles » de la charte d'Ottawa</p> <p>OI2 : D'ici 2024, mobiliser des acteurs locaux du secteur social à la réalisation d'actions de sensibilisation en santé mentale destinées à des 16-25 ans par une</p>	

	<p>approche de pair à pair → Axe « Renforcer les actions communautaires » de la charte d’Ottawa</p> <p>OI3 : D’ici 2024, encourager les professionnels de la jeunesse à intégrer la santé mentale dans leur pratique en valorisant l’approche de pair à pair → Axe « Réorienter les services de santé » de la charte d’Ottawa</p>
<p>Objectifs opérationnels</p>	<p>OO1 : Elaborer avec des jeunes un support de communication pour faire connaître les ressources locales en santé mentale</p> <p>OO2 : Créer avec des jeunes un support ludique pour parler de santé mentale avec d’autres jeunes</p> <p>OO3 : Réaliser des ateliers animés par des jeunes pour parler de santé mentale avec d’autres jeunes</p> <p>OO4 : Aider l’association Unis-Cité à déployer son dispositif « Ambassadeurs santé mentale » sur le territoire messin en contribuant à la formation des Ambassadeurs</p> <p>OO5 : Mettre en place avec des jeunes un évènement dans le cadre de la prochaine manifestation des Semaines d’Informations sur la Santé Mentale (SISM)</p> <p>OO6 : Concevoir un module de formation « Jeunes et santé mentale » destiné aux acteurs locaux intervenant auprès de ce public tout en valorisant l’approche de pair à pair</p> <p>OO7 : Concevoir un outil d’aide au repérage et à l’orientation des jeunes en difficulté de santé mentale à destination des acteurs locaux de la jeunesse</p> <p>OO8 : Concevoir une version du guide santé mentale des jeunes à destination des jeunes et des professionnels qui les accompagnent</p>
<p>Description</p>	<p>Actions existantes à renforcer</p> <p>Le projet « Ambassadeurs Santé Mentale » porté par l’association Unis-Cité</p> <p>Nouvelles actions</p> <p>Action 1 : Elaborer un support de communication des acteurs locaux en SM</p> <ul style="list-style-type: none"> - Constitution d’un groupe projet impliquant des partenaires et des jeunes - Organisation de trois ateliers de création des supports - Validation des maquettes d’information par les membres du copil CLSM - Recherche d’un financement pour l’impression et la diffusion - Collaboration avec un graphiste pour mettre en forme les supports - Elaboration d’un plan de communication pour diffuser largement les supports <p>Action 2 : Créer un support ludique pour parler de santé mentale entre jeunes</p> <ul style="list-style-type: none"> - Constitution d’une équipe projet associant des étudiants du master « Conception de dispositifs ludiques » de l’Université de Lorraine - Organisation d’un événement sous la forme d’un challenge de création - Recherche d’un financement pour la production des outils ludiques primés - Production des outils ludiques retenus

- Elaboration d'un plan de communication pour diffuser largement les outils ludiques
- Evaluation de l'action

Action 3 : Animer des ateliers pour parler de santé mentale entre jeunes

- Constitution d'une équipe projet en y associant des jeunes de QPV
- Former et informer les jeunes à la santé mentale
- Identification d'outils d'animation pour les ateliers
- Identification des thèmes à aborder au cours des ateliers
- Mise en œuvre des ateliers
- Evaluation des ateliers

Action 4 : Aider Unis-Cité à déployer son dispositif sur le territoire

- Organisation de la session de formation PSSM
- Présentation d'outils pour parler de santé mentale avec des jeunes aux « Ambassadeurs »
- Atelier de réflexion sur la pratique de pair à pair dans le champ de la santé mentale
- Evaluation du partenariat

Action 5 : Mettre en place un évènement dans le cadre des SISM

- Constitution d'une équipe projet associant des jeunes
- Réunions d'information aux partenaires de l'action
- Deux ateliers d'aide à la conception de l'évènement
- Réalisation de l'évènement lors des SISM 2023
- Evaluation de l'évènement

Action 6 : Concevoir un module de formation « Jeunes et santé mentale »

- Constitution d'un groupe projet
- Etude des besoins de formation pour confirmer l'intérêt des professionnels pour l'action et orienter sa conception
- Conception du module de formation
- Recherche d'intervenants
- Recherche de financement
- Organisation des sessions de formation
- Evaluation de l'action

Action 7 : Concevoir un outil d'aide au repérage et à l'orientation des jeunes en difficulté de santé mentale

- Constitution d'un groupe projet
- Recherche d'outils existants et validés par la science
- Conception de l'outil
- Recherche d'un financement de création de l'outil
- Ateliers de présentation de l'outil aux professionnels
- Evaluation de l'action

Action 8 : Concevoir une version du guide santé mentale des jeunes à destination des jeunes et des professionnels qui les accompagnent

- Constitution d'un groupe projet
- Rencontres avec les professionnels, les jeunes et les parents afin de recueillir leurs avis sur ce guide
- Recherche d'un financement pour la création du guide
- Elaboration du guide

	- Communication, diffusion, valorisation et évaluation de l'utilité et de l'impact du guide sur les publics ciblés	
Durée du projet	Sur l'année 2024	
Territoire d'intervention	Le territoire de l'Eurométropole de Metz avec une priorité donnée aux QPV du territoire de l'Eurométropole de Metz	
Public visé	Jeunes de 16-25 ans, en particulier ceux qui sont en situation de précarité (étudiants boursiers, lycéens des QPV, jeunes sans emploi ...)	
Financement	Budget prévisionnel	Encore à définir
	Comment ?	Appel à projet de la FAVE Financeurs du CLS et du CLSM
Déterminants de santé visés	Etat de santé de la population	La santé mentale et psychosociale
	Caractéristiques individuelles	Les comportements Les compétences personnelles et sociales
	Systèmes	Système de santé et services sociaux
Politiques publiques concernées	<ul style="list-style-type: none"> • Circulaire du 5 décembre 2014 : mobilisation des CLSM et amélioration de la prise en charge du public jeune • Instruction du 30 septembre 2016, relative à la consolidation des CLSM dans les contrats de ville • Loi de Modernisation du Système de Santé, 26 janvier 2016 • Projet Territorial de Santé Mentale • Stratégie nationale de santé 2018 – 2022 • Feuille de route santé mentale et psychiatrie, juin 2018 • Assises de la santé mentale et de la psychiatrie, 2021 • Programme pluriannuel HAS – psychiatrie et santé mentale, 2018 – 2023 • Parcours « Santé Mentale » du Projet régional de santé Grand-Est, 2018 – 2028 • Parcours « Santé des enfants et des adolescents » de l'ARS Grand-Est, 2023 	
Modalités d'évaluation	Evaluation du processus :	
	<ul style="list-style-type: none"> - Nombre d'actions réalisées par rapport au prévisionnel - Suivi de l'élaboration et la mise en œuvre des actions - Nombre et typologie des acteurs impliqués dans les actions 	
	Evaluation de l'activité :	
	<ul style="list-style-type: none"> - Nombre de réunions réalisées - Nombre et typologie des personnes participants aux actions - Nombre de QPV concernés par des actions 	
	Evaluation des résultats :	
	<ul style="list-style-type: none"> - Atteinte des objectifs fixés pour chaque action - Mesure de l'impact du projet 	

Annexe 11 : Plan opérationnel du projet envisagé

Objectifs opérationnels	Activités	Ressources humaines	Ressources matérielles et financières	Partenaires	Calendrier
Elaborer avec des jeunes un support de communication pour faire connaître les ressources locales en santé mentale	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'un groupe projet impliquant des partenaires et des jeunes - Organisation de trois ateliers de création des supports - Validation des maquettes d'information par les membres du copil CLSM - Recherche d'un financement pour l'impression et la diffusion - Collaboration avec un graphiste pour mettre en forme les supports - Elaboration d'un plan de communication pour diffuser largement les supports 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Les acteurs locaux de la jeunesse - Le groupe de jeunes - Graphiste 	<ul style="list-style-type: none"> - Local et outils pour l'action - Budget pour financer les impressions du support créé 	<ul style="list-style-type: none"> - CMSEA - MDA 57 - Education nationale (lycées dans les QPV) - Unis-Cité - Centres socioculturels - APSIS Emergence 	A définir
Créer avec des jeunes un support ludique pour parler de santé mentale avec d'autres jeunes	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'une équipe projet associant des étudiants du master « Conception de dispositifs ludiques » de l'Université de Lorraine - Organisation d'un événement sous la forme d'un challenge de création 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Acteurs locaux de la jeunesse - Groupe de jeunes 	<ul style="list-style-type: none"> - Local et outils pour l'action - Budget de production des outils - Temps du coordonnateur 	<ul style="list-style-type: none"> - Etudiants du master « Conception de dispositifs ludiques » - Etudiants de l'école d'art de Metz - Maison des adolescents 57 	A définir

	<ul style="list-style-type: none"> - Recherche d'un financement pour la production des outils ludiques primés - Production des outils ludiques retenus - Elaboration d'un plan de communication pour diffuser largement les outils ludiques - Evaluation de l'action 			<ul style="list-style-type: none"> - Centres socioculturels 	
Réaliser des ateliers animés par des jeunes pour parler de santé mentale avec d'autres jeunes	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'une équipe projet en y associant des jeunes de QPV - Former et informer les jeunes à la santé mentale - Identification d'outils d'animation pour les ateliers - Identification des thèmes à aborder au cours des ateliers - Mise en œuvre des ateliers - Evaluation des ateliers 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Groupes de jeunes de QPV - Acteurs locaux de la jeunesse 	<ul style="list-style-type: none"> - Temps du coordonnateur - Local et outils pour les ateliers 	<ul style="list-style-type: none"> - CMSEA - MDA 57 - Centres socioculturels - Education nationale (lycées dans les QPV) - APSIS Emergence 	A définir
Aider Unis-Cité à déployer son dispositif « Ambassadeurs santé mentale » sur le territoire messin en contribuant à la formation des	<ul style="list-style-type: none"> - Organisation de la session de formation PSSM - Présentation d'outils pour parler de santé mentale avec des jeunes aux « Ambassadeurs » - Atelier de réflexion sur la pratique de pair à pair 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Unis-Cité - Equipe de jeunes en service civique 	<ul style="list-style-type: none"> - Local et outils pour l'action - Temps du coordonnateur - Rémunération de l'équipe de jeunes dans le cadre de leur formation 	<ul style="list-style-type: none"> - Unis-Cité - CH Jury (CLSM messin) 	A définir

« Ambassadeurs santé mentale »	<p>dans le champ de la santé mentale</p> <ul style="list-style-type: none"> - Evaluation du partenariat 				
Mettre en place avec des jeunes un évènement dans le cadre de la prochaine manifestation des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'une équipe projet associant des jeunes - Réunions d'information aux partenaires de l'action - Deux ateliers d'aide à la conception de l'évènement - Réalisation de l'évènement lors des SISM 2023 - Evaluation de l'évènement 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Groupe de jeunes - Partenaires des SISM 	<ul style="list-style-type: none"> - Local et outils pour l'atelier - Temps du coordonnateur 	<ul style="list-style-type: none"> - Ville de Montigny-lès-Metz - Etudiants relais-santé 	Juin à octobre 2023
Concevoir un module de formation « Jeunes et santé mentale » destiné aux acteurs locaux intervenant auprès de ce public tout en valorisant l'approche de pair à pair	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'un groupe projet - Etude des besoins de formation pour confirmer l'intérêt des professionnels pour l'action et orienter sa conception - Conception du module de formation - Recherche d'intervenants - Recherche de financement - Organisation des sessions de formation - Evaluation de l'action 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Groupe projet - Intervenants mis à disposition par les partenaires 	<ul style="list-style-type: none"> - Salle mise à disposition par un partenaire - Matériel d'animation mis à disposition par l'hôpital de Jury - Temps du coordonnateur du CLSM 	<ul style="list-style-type: none"> - Maison des adolescents 57 - Ecole des parents et des éducateurs - Centre Médico Psychologique des PEP Lor'Est 	A définir

<p>Concevoir un outil d'aide au repérage et à l'orientation des jeunes en difficulté de santé mentale à destination des acteurs locaux de la jeunesse</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'un groupe projet - Recherche d'outils existants et validés par la science - Conception de l'outil - Recherche d'un financement de création de l'outil - Ateliers de présentation de l'outil aux professionnels - Evaluation de l'action 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Equipe projet - Professionnels de la jeunesse 	<ul style="list-style-type: none"> - Temps du coordonnateur du CLSM - Salle pour les ateliers - Financement de création de l'outil 	<ul style="list-style-type: none"> - MDA 57 	<p>A définir</p>
<p>Concevoir une version du guide santé mentale des jeunes à destination des jeunes et des professionnels qui les accompagnent</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Constitution d'un groupe projet - Rencontres avec les professionnels, les jeunes et les parents afin de recueillir leurs avis sur ce guide - Recherche d'un financement pour la création du guide - Elaboration du guide - Communication, diffusion, valorisation et évaluation de l'utilité et de l'impact du guide sur les publics ciblés 	<ul style="list-style-type: none"> - Coordonnateur du CLSM - Groupe projet 	<ul style="list-style-type: none"> - Local pour l'action - Financement pour la création du guide - Outils de communication du guide - Temps du coordonnateur du CLSM 	<ul style="list-style-type: none"> - Ambassadeurs en santé mentale - Etudiants relais-santé de l'Université de Lorraine - MDA 57 - CMSEA - CH Jury (CLSM messin) 	<p>A définir</p>

Résumé :

L'Organisation Mondiale de la Santé place la santé mentale comme une composante essentielle de la santé et définit celle-ci comme « un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

De nos jours, 38% des jeunes de 18 à 24 ans ont un trouble de santé mentale, ce qui représente une part élevée par rapport à l'ensemble de la population. La moitié des troubles de santé mentale à l'âge adulte se manifestent dès 14 ans, mais on constate que la plupart des cas ne sont ni détectés, ni traités.

D'où l'importance de proposer des actions de prévention et de promotion de la santé mentale dès le plus jeune âge. L'objectif de mon stage était donc d'étudier la faisabilité d'un projet de promotion de la santé mentale auprès des jeunes de 16 à 25 ans sur le territoire de l'Eurométropole de Metz, en valorisant l'approche de pair à pair.

Abstract :

The World Health Organisation places mental health as an essential component of health and defines it as « a state of well-being that enables people to perform their potential, cope with the normal challenges of life, work successfully and productively, and be able to contribute to the community ».

Today, 38% of young people aged 18-24 have a mental health disorder, which is a high proportion compared to the general population. Half of all adult mental health problems start at the age of 14, but most cases are not detected or treated.

Hence the importance of proposing prevention and mental health promotion actions from an early age. The objective of my internship was therefore to study the feasibility of a mental health promotion project for young people aged 16 to 25 in the Metz Eurometropolis area, using the peer-to-peer approach.