

Le 25/04/2008

Projets récents de santé mentale en rapport avec la CF

Programme quinquennal de promotion de la santé mentale de la Communauté française 2004-2008

La promotion du bien-être et de la santé mentale :

Dans l'enquête de santé par interviews de 2001, 25 % des personnes interrogées déclarent présenter un mal-être. Pour la moitié d'entre elles, soit 13 % de la population, il pourrait s'agir de problèmes assez sérieux de santé mentale : troubles dépressifs, troubles somatiques, symptômes d'anxiété. En outre, 14 % des personnes interrogées indiquent avoir consommé des médicaments psychotropes au cours des deux dernières semaines. Il serait donc pertinent de définir des objectifs et des stratégies visant une population tant d'adultes que de jeunes.

Néanmoins, la Communauté française donne la priorité aux jeunes (15-25 ans), et particulièrement aux jeunes scolarisés. Plusieurs raisons militent en faveur de ce choix :

- La Charte d'avenir de la Communauté définit la prévention du suicide comme une priorité, particulièrement chez les jeunes (deuxième cause de mortalité chez les 15-25 ans).
- Parmi les jeunes en âge scolaire, les bilans de santé des services PSE ainsi que l'étude « Bien-être et santé des jeunes » relèvent de nombreux problèmes liés à la santé mentale (insomnies, dépression, pertes du goût du travail, idées suicidaires).
- L'école apparaît comme un lieu particulièrement propice à la promotion de la santé mentale. Elle est pour le jeune un lieu de vie et d'apprentissage, intermédiaire entre la famille et le monde des adultes, un lieu de rencontres, d'échanges souvent intenses et de construction de l'identité. Toutefois, il apparaît que les jeunes hors obligation scolaire ou en rupture de scolarité se retrouvent parmi les publics les plus à risque dans le domaine de la santé mentale; il est donc important de chercher les canaux et les acteurs qui permettraient d'intervenir auprès d'eux.

Objectifs de promotion de la santé :

Développer les compétences favorisant la santé mentale et relationnelle (être bien avec soi et avec les autres), via :

- l'apprentissage de savoir être (estime de soi, empathie, capacité de résoudre les problèmes, de résister à l'influence des autres, de prendre des décisions, de gérer le stress...);
- la communication et la participation à des projets collectifs, en prise sur les besoins, les attentes et les désirs des jeunes ;
- la gestion des conflits et la qualité des relations humaines, notamment entre adultes et adolescents.
- l'éducation affective et sexuelle.

Objectifs de prévention :

1. Diminuer le nombre des tentatives de suicide et de récidives chez les jeunes scolarisés en développant dans un premier temps des programmes de formation des adultes travaillant en milieu scolaire.

2. Développer des programmes de recherche dans le domaine de la prévention des suicides.

Applications dans les thèmes prioritaires de la Commission européenne :

1. Prévention de la dépression et du suicide :

- « Aperçu général des connaissances en suicidologie et situation en communauté française de Belgique » rapport fait avec la collaboration de l'ESP-ULB unité Épitraumac
- « hommes et femmes inégaux face à la dépression » asbl Question santé
- les journées organisées par le centre de prévention du suicide en 2008 : « le suicide parlons-en » et aussi « le suicide au masculin »
- « le stress ou je suis acteur de ma réussite »

2. Enfance, éducation et santé mentale : projets Yapaka :

- « être parents, c'est... » livre et spots télévisés
- « prenons le temps de vivre ensemble »
- « quelqu'un à qui parler »
- « une vie de chien »
- « adolescence, quand le stress paraît »

3. Santé mentale et âge : outils pédagogiques de question santé :

- « l'habitat Kangourou...alternatives à la maison de repos »
- « paroles sur la diversité des maisons de repos »
- « paroles sur mourir en exil »

4. Santé mentale et travail :

- « Sécurité et bien-être » édité par le SIPPT de la CF