



La santé psychique au fil des âges

Bien vivre les périodes de transition !

Colloque cantonal de promotion de la santé

5 décembre 2024, de 8h30 à 16h45

Neuchâtel, Microcity

LA SANTÉ PSYCHIQUE AU FIL DES ÂGES : BIEN VIVRE LES PÉRIODES DE TRANSITIONS



La santé mentale ne se résume pas à l'absence de troubles psychiques.

Elle englobe notre capacité à agir, à être autonome, à tisser des liens et à s'épanouir. Complexe et en évolution, la santé mentale est influencée par divers facteurs individuels et environnementaux. Maintenir un bon équilibre psychique est un défi constant, en particulier lors des périodes de transition.

Ce colloque se propose d'explorer les moments charnières du parcours de vie en matière de santé mentale, avec un focus sur l'enfance, la jeunesse et la famille. Il s'intéressera à des étapes clés comme l'arrivée d'un enfant, l'entrée dans l'âge adulte ou le fait de devenir grands-parents. Les défis spécifiques amenés par les parcours de migration ou l'apparition d'une maladie psychique seront aussi abordés.

Guidée par une approche centrée sur la promotion de la santé et la prévention, cette journée offrira des solutions concrètes pour accompagner ces périodes de transition. Vous êtes un professionnel de la prévention, de la promotion de la santé, de l'éducation, du secteur social, de la santé, ou membre d'une autorité politique ?

Ne manquez pas cette opportunité d'approfondir vos connaissances et de développer votre réseau. Inscrivez-vous dès maintenant !



Je m'inscris !

Prix : CHF 20.-

Une facture vous sera envoyée avant la manifestation.
(pas de paiement en cash sur place !)



Le programme de la journée :

8h30 à 9h00 **Accueil et café de bienvenue**

9h00 à 9h15 **Introduction**

- **Frédéric Mairy**, conseiller d'État, chef du Département de la santé, des régions et des sports (DSRS)

9h15 à 10h00 **Transition à la parentalité : regards croisés sur l'accompagnement pluridisciplinaire des nouveaux parents**

- **Croix-Rouge neuchâteloise**
- **Maternité RHNe**
- **Né-sens, Association neuchâteloise des sages-femmes à domicile**

Devenir parent implique de profonds changements et mobilise fortement la capacité d'adaptation. La grossesse, l'accouchement et l'appropriation de ce nouveau rôle constituent des sources importantes de vulnérabilité et d'anxiété. Cette présentation mettra en évidence comment l'accompagnement des familles par notre réseau de professionnel.le.s contribue à prévenir les difficultés psychiques en soutenant la mobilisation et le renforcement des compétences parentales et en diminuant le degré d'anxiété des parents.

10h00 à 10h45 **Accompagner le "devenir adulte" et soutenir la santé psychique des 16-25 ans**

- **Gilberte Voide Crettenand**, responsable de formation, santépsy.ch

Entre la puberté et l'âge adulte, les jeunes traversent de nombreuses transformations physiques, psychologiques, émotionnelles et sociales. Cette période d'exploration personnelle et sociale contribue à l'affirmation de leur identité et à l'autonomie, mais pose aussi des défis pour leur équilibre psychique. Cette présentation vise à mieux comprendre la réalité des 16-25 ans et les enjeux de santé psychique auxquels ils font face en chemin vers l'âge adulte, tout en proposant des pistes pour les accompagner au mieux durant cette phase de vie.

10h45 à 11h15



Pause-café

11h15 à 12h00

Inclusion et vivre ensemble : clés pour comprendre les adolescent.e.s qui vivent un parcours de migration

- **Joël Konan**, éducateur spécialisé à La Passerelle à Morges et Rolles, auteur, essayiste, enseignant et conférencier indépendant

Le parcours des adolescent.e.s avec une histoire de migration témoigne déjà de nombreuses transitions. Cette intervention vise à donner des clés de lecture du vécu de ces jeunes afin de mieux comprendre les défis qui peuvent survenir pour leur intégration sociale et leur santé psychique. Il s'agira aussi de proposer des pistes pour des interventions éducatives percutantes, encourageant les professionnels de l'enfance et de l'adolescence à penser à la fois à eux-mêmes, aux autres et au monde qui les entoure.

12h00 à 12h20 **La différence psychique, ou comment changer de regard sur les troubles mentaux**

- **Dr Richard Best**, médecin psychiatre en cabinet à Genève, médecin conseil pour l'Hospice général, juge-avocat au Tribunal de protection de l'adulte et de l'enfant et expert médical certifié

Maladie mentale ou différence psychique ? Cette intervention nous encouragera à réfléchir au-delà d'une vision normative qui oppose le normal et le pathologique. Elle montrera que penser en termes de différence psychique, c'est choisir un modèle opérationnel dans la relation d'aide, mais aussi libérateur pour l'autre et soi-même.

12h20 à 13h45  **Pause de midi** (Buffet dinatoire, avec plats végétariens et sans gluten)

13h45 à 14h30 **Devenir grands-parents aujourd'hui : quels dilemmes et quelles ressources ?**

- **Vittoria Cesari Lusso**, Docteur en psychologie, anciennement professeure associée à l'Université de Neuchâtel.

Cette conférence explorera la grand-parentalité moderne à travers une approche socioculturelle et systémique. Elle mettra en avant les caractéristiques des contextes actuels et apportera des réponses, basées sur des recherches en psychologie et des études de cas, à des questions clés : pourquoi définir le rôle des grands-parents est-il si complexe ? Pourquoi se focaliser sur les dynamiques relationnelles plutôt que sur les caractéristiques individuelles ? Quelles ressources émergent à l'âge de la grand-parentalité ? Des outils concrets pour gérer les tensions et renforcer le bien-être psychique seront également partagés.

14h30 à 14h40 **Déplacement vers les ateliers**

16h15 à 16h45 **Réseau enfance, jeunesse et parentalité (REJP) : point de situation et clôture de la journée**

- **Sophie Neuhaus**, déléguée à la jeunesse, Service de protection de l'adulte et de la jeunesse (SPAJ)

Cette intervention reviendra sur les propositions issues de la première rencontre du réseau enfance, jeunesse et parentalité du 12.09.2023 et sur les activités des services impliqués dans la plateforme. Elle clôturera également la journée.

Cette année, le colloque cantonal de promotion de la santé est en même temps la rencontre du Réseau Enfance Jeunesse et Parentalité. Il est ainsi organisé en collaboration avec le Service de le Service de protection de l'adulte et de la jeunesse (SPAJ), le Service de la cohésion multiculturelle (COSM), l'Office de la politique familiale et de l'égalité (OPFE), le Service de l'hébergement de l'adulte (SAHA).

Les ateliers :

N°1 Être grands-parents aujourd'hui, un défi permanent

- **Marie-Thérèse et Jean-Michel Erard**, co-fondateurs, Association Être grands-parents aujourd'hui, Neuchâtel
- **Vittoria Cesari Lusso**, Docteur en psychologie

Cet atelier abordera les défis auxquels les grands-parents sont confrontés aujourd'hui, tels que la garde des petits-enfants, souvent partagée entre plaisir et surcharge, ainsi que du nouveau rôle de "grands-parents sandwich", pris entre les besoins de leurs petits-enfants et ceux de leurs propres parents atteignant le grand âge. Il abordera également la question des ruptures de liens familiaux, mais aussi des évolutions technologiques. L'objectif sera aussi d'identifier les pistes qui permettent de renforcer la santé psychique des grands-parents et les ressources de soutien à disposition.

N°2 Accompagner les transitions de vie et de formation des 16-25 ans pour soutenir leur santé psychique

- **Gilberte Voide Crettenand**, responsable de formation, santépsy.ch

Cet atelier approfondira les éléments de la conférence plénière en explorant concrètement des actions pour accompagner les jeunes de 16 à 25 ans dans la promotion de leur santé psychique. Il abordera les postures à adopter, l'activation du pouvoir d'agir des adultes et professionnels, le soutien aux choix et transitions, ainsi que le renforcement des compétences psychosociales et de santé des jeunes. Il s'appuiera sur le cahier « Promouvoir la santé psychique des 16-25 ans » et des réflexions participatives.

N°3 Inclusion et vivre ensemble : outils pour une intégration réussie des adolescent-e-s migrant-e-s

- **Joël Konan**, éducateur spécialisé à La Passerelle à Morges et Rolles, auteur, essayiste, enseignant et conférencier indépendant

Cet atelier visera, dans la continuité de la conférence plénière, à identifier les enjeux stratégiques liés à l'inclusion et au vivre ensemble, dans le contexte interculturel auprès des adolescents issus de la migration. L'atelier aura aussi pour objectif de renforcer les capacités d'analyse et d'interprétation des faits, en intégrant les systèmes de croyances et en réfléchissant collectivement à la manière de promouvoir une cohésion interculturelle efficace.

N°4 Changer de regard sur les troubles mentaux : une approche pratique à partir du concept de différence psychique

- **Dr Richard Best**, médecin psychiatre en cabinet à Genève, médecin conseil pour l'Hospice général, juge-assesseur au Tribunal de protection de l'adulte et de l'enfant et expert médical certifié

Cet atelier proposera une mise en pratique du concept de différence psychique dans la relation d'aide, qu'elle soit médicale, sociale ou dans le domaine de l'éducation. L'intérêt de cette approche, humaniste et libératrice, sera expliqué à travers des exemples concrets, des situations fréquentes et des schémas relationnels. Un temps d'échange sera réservé au questionnement des participants par rapport à leurs propres pratiques.

N°5 L'éducation thérapeutique aux patient.e.s (ETP) : un accompagnement tout au long du continuum de vie

- **Gilberto Da Silva**, infirmier clinicien diplômé en Éducation thérapeutique au patient, Centre neuchâtelois de psychiatrie

Cet atelier sera centré sur l'éducation thérapeutique dans le domaine de la santé mentale. Cette approche psychopédagogique, centrée sur l'individu, permet aux personnes atteintes dans leur santé psychique d'acquérir ou maintenir des compétences leur permettant d'être actrices de leur santé et de leur vie. L'atelier montrera comment l'ETP permet d'accompagner tout au long du continuum de vie et en quoi cette approche est un soutien global dans l'adaptation aux nouvelles configurations de vie.

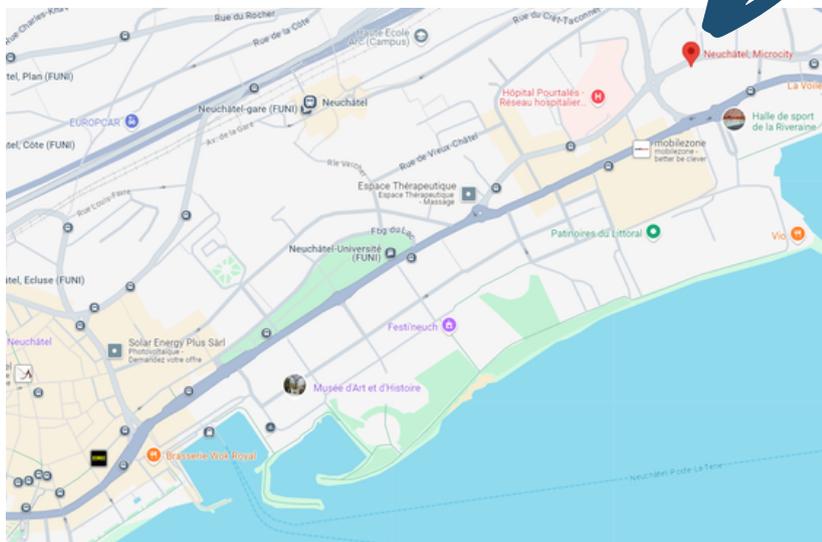
Logistique et pratique :

L'intégralité du colloque cantonal du 5 décembre 2024 se déroule à :

Microcity

Rue de la Maladière 71c

2000 Neuchâtel



À pied :

Le bâtiment EPFL Microcity est situé à 10 min. à pied de la gare de Neuchâtel

En bus :

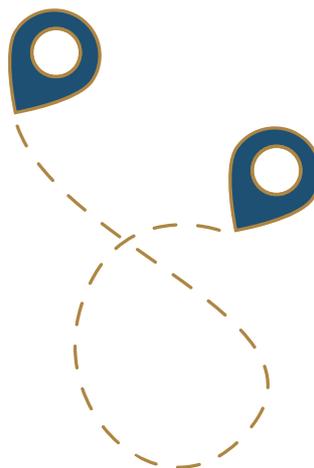
Ligne 101, arrêt Microcity

En voiture :

Autoroute A5, sortie 13 direction Neuchâtel/Maladière,
parking au centre commercial La Maladière Centre

A l'intérieur de Microcity :

- Colloque cantonal : auditoire
- Pauses et repas de midi : hall
- Ateliers N° 1 à 5 : selon indications sur place



Service cantonal
de la santé publique


REPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL