



L'année 2020 aura été décidément bien particulière, pleine de défis inédits. L'année 2021 est désormais à nos portes, avec des incertitudes encore bien présentes, indubitablement de nouveaux défis encore. Défis dans lesquels les acteurs de la promotion de la santé ont un rôle essentiel à jouer. Même si le projecteur est braqué parfois ailleurs, sur un certain virus, le travail fait par les organisations de promotion de la santé au sens large en 2020 a apporté une contribution indispensable au bien-être et à la santé de la population pendant ces temps difficiles. Lignes téléphoniques, capsules vidéo, émissions de télé, livraisons et visites à domicile, plateformes web, travail hors murs... professionnalisme, compétence, créativité, soutien, solidarité. Déjà un grand merci pour tout cela !

Ce n'est pas fini et cela risque d'être assez long, ce n'est pas le moment de faire preuve d'angélisme. Néanmoins, je souhaite tourner cette page sur 2020 en gardant en tête ces magnifiques initiatives d'entraide, le temps, peut-être, de reprendre son souffle et repartir en 2021 avec autant d'entrain que possible. Du 24 décembre au 2 janvier, l'OPSP proposera d'ailleurs quotidiennement, sur les réseaux sociaux, 10 petits défis réconfortants nous incitant à rester en lien malgré la distance. Chacun étant, je l'espère, un petit moment chaleureux permettant de recharger les batteries et promouvoir « l'esprit de Noël ».

*Lysiane Ummel Mariani, cheffe de l'office de la promotion de la santé et de la prévention (OPSP)*

## **Fêtes de fin d'année : proches malgré la distance !**



Comme annoncé dans l'Édito, cette année les Fêtes de fin d'année seront un peu particulières et l'OPSP vous encourage à **rester proches, malgré la distance** dans le cadre d'une série de publications qui seront diffusée sur [le compte Facebook «République et Canton de Neuchâtel»](#) entre le 24 décembre et le 2 janvier. Retrouvez des informations à ce sujet sous la rubrique « [Actualité](#) » de [notre site Internet](#). Vous y retrouverez également **deux affiches qui rappellent les principales ressources d'aide** disponibles également pendant les vacances et les jours fériés, l'une pour les jeunes et l'autre pour les adultes.

À diffuser sans modération, car il est plus que jamais important **d'oser parler et demander de l'aide** en cas de besoin.

Pour les jeunes, [ciao.ch](http://ciao.ch) vous invite grâce aux [challenges](#) à partager vos interrogations, vos idées, à vous exprimer sur différentes thématiques qui vous concernent avec d'autres jeunes, ceci malgré les distances. Retrouvez aussi un sondage et de nombreux conseils et ressources autour de « Que faire quand c'est la crise ? » avec [dans ma bulle](#).

---

## Formation « Premiers secours en santé mentale » pour les partenaires de l'OPSP



L'office de la promotion de la santé et de la prévention (OPSP) organise pour ses partenaires, dès le début de l'année 2021, deux volées de la [formation ensa « Premiers secours en santé mentale »](#). Ce concept, diffusé en Suisse par la Fondation Pro Mente Sana, est issu de la formation « Mental Health First Aid », qui a fait ses preuves en Australie. La formation donne aux personnes non-spécialistes de la santé mentale, des outils leur permettant de repérer une personne en souffrance psychique dans leur environnement privé ou professionnel, de lui apporter du soutien et de l'orienter vers une aide professionnelle si nécessaire.

---

## Colloque / La promotion de la santé, tout un art ? : L'influence des arts et de la culture sur la santé et leur représentation dans l'imaginaire collectif.



Un grand merci aux participantes et participants de ce colloque à distance qui a eu lieu le 10 décembre. La thématique culturelle de cette année ne pouvait pas mieux tomber, puisqu'en ces temps difficiles où nous sommes privé.e.s de concerts, de cinémas, de théâtres, de musées et de bibliothèques, nous ressentons cruellement l'importance de ces activités pour notre bien-être quotidien. La pandémie ne fait donc que confirmer les conclusions de l'OMS : la culture, c'est bon pour la santé. On se réjouit de la retrouver ! Nous planchons déjà sur l'édition 2021 du colloque...

---

## Projets EPER : «Nouveaux Jardins» et «Ouvre ton jardin»



Les informations relatives aux inscriptions 2021 pour les projets «Nouveaux Jardins» et «Ouvre ton jardin» de l'EPER sont désormais disponibles sur [le site Internet de l'EPER](#). Au travers de la culture de la terre, ces projets mettent en lien des personnes migrantes récemment arrivées en Suisse avec des personnes habitant la même localité, afin de créer des espaces propices aux rencontres et aux échanges qui favorisent les liens locaux et l'inclusion sociale. N'hésitez pas à partager l'information !

---

## « Ça bouge à la maison » : prolongation



En ces temps difficiles, Pro Senectute Arc jurassien apporte une bonne nouvelle aux très nombreuses et nombreux gymnastes qui suivent régulièrement leurs cours de gymnastique "Ça bouge à la maison" depuis leur salon: de nouveaux cours – toujours animés par Fanny et Lucas - seront diffusés sur toute l'année 2021 sur Canal Alpha.

[Plus d'informations](#)

---

## Conférence nationale sur la promotion de la santé 2021



Promotion Santé Suisse se réjouit d'organiser la 22ème conférence nationale le 28 janvier 2021 sous forme numérique, en collaboration avec la Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé, sur le thème «Coronavirus et promotion de la santé: quelles leçons pour l'avenir ?». La conférence s'adresse aux spécialistes de la promotion de la santé et de la prévention, personnes représentantes d'institutions publiques fédérales, cantonales et communales, responsables provenant des milieux politiques et économiques et du milieu associatif ainsi qu'au spécialistes scientifiques. Elle offre un aperçu des connaissances scientifiques actuelles et présentes des approches novatrices.

De plus amples informations au sujet de la conférence sont disponibles sur [le site Internet](#).

---



---

L'office de la promotion de la santé et de la prévention est composé de :

**Lysiane Ummel Mariani** Cheffe d'office

**Joanne Schweizer Rodrigues** Collaboratrice scientifique et chargée de programme Santé mentale

**Sabrina Rinaldo** Collaboratrice scientifique et chargée de programme Alimentation & Activité physique juniors et séniors

**Amanda Andrani** Collaboratrice scientifique et chargée de programme Addictions

**Service de la santé publique**  
Secteur promotion de la santé  
Rue des Beaux-Arts 13  
2000 Neuchâtel  
032 889 62 00 | [www.ne.ch/PromotionSante](http://www.ne.ch/PromotionSante)



[Se désinscrire et gérer mes abonnements sur ne.ch](#)