



Nous avons le plaisir de vous transmettre la dernière newsletter de l'Office de la promotion de la santé et de la prévention et vous en souhaitons bonne lecture !

À la Une :

Une petite pause « santé mentale » pour les apprenti-e-s !



Du 8 au 18 décembre, l'association romande ciao.ch, mandatée par l'OPSP, ira à la rencontre des apprenti.e.s dans les écoles du CPNE. Un stand de sensibilisation permettra d'engager la réflexion et le dialogue sur la santé mentale de façon simple, ludique et anonyme. Au programme : un jeu interactif pour dire comment on va, gagner des prix et partager un cookie !

Ce sera aussi l'occasion de découvrir des ressources comme ontécoute.ch et de laisser un message de soutien à ses pair.e.s.

Vous connaissez un.e apprenti.e ? Encouragez-le.la à s'arrêter au stand de ciao.ch!

« C'est pas tabou d'être à bout ! » - une exposition du Service de la santé publique



Cette exposition permet de mieux comprendre la santé mentale et d'obtenir des astuces et conseils pour s'orienter, agir et aller mieux. Elle est mise à disposition des écoles, institutions et organisations qui souhaitent l'accueillir.

Vous êtes intéressé.e.s à la découvrir ? Elle sera ouverte au public les mercredis 21 janvier et 4 février 2026, de 13h45 à 17h00, Centre de santé scolaire du service de santé et promotion de la santé de la Ville de La Chaux-de-Fonds, rue de la Serre 14 à La Chaux-de-Fonds.

Retrouvez toutes les informations sur l'exposition [ici](#).

Après les Fêtes – Tentez le Dry January 2026 avec ses collègues



Pour la sixième édition du Dry January en Suisse, le Groupement romand d'études des addictions (GREAA) propose aux entreprises de partager un mois de janvier sans alcool entre collègues.

L'objectif du Workplace Challenge - nom de la campagne -, est de montrer l'engagement d'une entreprise ou d'une institution pour la santé physique et psychique. Une pause dans sa consommation d'alcool permet de réfléchir à ses habitudes et peut-être d'en changer quelques-unes. Des bénéfices rapides sur le sommeil, le moral et le porte-monnaie peuvent être ressentis.

Toutes les informations et les inscriptions se trouvent sur le [site du Dry January](#).

Formations :

Soutenir la santé mentale des jeunes

FORMATION

Soutenir la santé mentale des jeunes

Jeudi 15 janvier 2026, de 9h00 à 17h00
à Microcity, Neuchâtel

Formatrice : Gilberte Voide Crettenand, formatrice santépsy.ch

Public-cible : Professionnel.le.s des domaines du social, de l'éducation, de la santé, de l'animation socioculturelle, des loisirs, etc.

Marquée par de profondes transformations, l'adolescence est une période sensible où la santé mentale joue un rôle clé. Pour mieux comprendre ces enjeux et renforcer la dimension de promotion de la santé psychique dans votre pratique.

Cette formation vous offre des repères essentiels et des outils concrets :

- ✓ Comprendre ce qu'est la santé psychique
- ✓ Identifier les enjeux de développement psychosocial et leurs liens avec la santé psychique à l'adolescence
- ✓ Connaître les principes de promotion de la santé psychique des adolescent.e.s
- ✓ Identifier son pouvoir d'agir dans son rôle et son contexte professionnel

Cette formation est gratuite, mais les places sont limitées !

Inscription 

Avec le soutien de :    

En cas de questions, n'hésitez pas :
à nous écrire à scap.opse@ne.ch ou
à nous téléphoner au 032 889 62 00

Cette formation d'une journée permet de comprendre comment évoluent les besoins émotionnels des jeunes et comment leur offrir un soutien adapté.

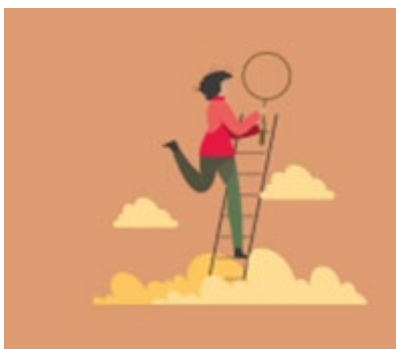
Au programme : comprendre ce qu'est la santé psychique, identifier les enjeux de développement psychosocial et leurs liens avec la santé psychique à l'adolescence, connaître le principe de promotion de la santé psychique et identifier son pouvoir d'agir dans son rôle et son contexte professionnel.

Public cible : professionnel.le.s des domaines du social, de l'éducation, de la santé, de l'animation socioculturelle, ou encore des loisirs...

Jeudi 15 janvier 2026, de 9h00 à 17h00 à Neuchâtel

👉 Programme et inscriptions [ici](#)

Renforcer ses compétences en participation



Une formation gratuite en trois demi-journées aura lieu à Lausanne dès mars 2026 afin de promouvoir intégrer la participation dans les actions de promotion de la santé mises en œuvre par les organisations de terrain et les communes.

Au programme : clés théoriques, méthodes efficaces et travail sur les projets des participant.e.s

Public-cible : professionnel.le.s des organisations de promotion de la santé et de la prévention, du domaine social, autorités et employé.e.s des communes

👉 Programme et inscriptions jusqu'au 15 janvier [ici](#)

Ressources :

La santé accessible à toutes et à tous ? Un rapport essentiel pour comprendre et identifier les iniquités en santé



L'OBSAN a publié tout récemment un rapport sur les iniquités en matière de santé en Suisse qui donne un aperçu aussi complet que possible. Il comprend plus de 30 indicateurs de santé et montre comment ceux-ci varient en fonction de caractéristiques sociales (p. ex. sexe, formation, revenu, contexte migratoire).

Le rapport met ainsi en lumière que certains groupes de population, tels que les femmes, les personnes à faible niveau de formation ou revenus, les personnes issues de la migration ou encore les populations LGBTQ+ peuvent être plus à risques de développer des maladies psychiques ou encore des affections chroniques.

🔗 [Vers le rapport Obsan 10/25](#)

Un panorama complet sur la santé mentale en Suisse



Le rapport national sur la santé 2025 offre une analyse approfondie de la santé mentale en Suisse. Il examine son évolution au sein de la population et l'examine à la lumière de nombreux facteurs sociétaux, sociaux et environnementaux : conditions de travail, usage des médias numériques, environnement naturel ou bâti, et bien plus encore.

Le rapport met également en évidence les compétences en santé mentale de la population, les offres existantes ainsi que les défis actuels en matière de promotion de la santé et de prévention. Il propose en complément un état des lieux détaillé de la prise en charge dans le système de santé, incluant les aspects liés aux coûts et au financement.

Les messages clés, les pistes de réflexion et les recommandations d'action sont disponibles sous forme de [publication en ligne](#)

Rétrospectif :

Succès pour le colloque cantonal de promotion de la santé 2025



Succès pour le colloque cantonal de promotion de la santé 2025

L'événement a rassemblé un large public et a donné lieu à des échanges particulièrement riches autour de la thématique de l'intelligence artificielle en promotion de la santé et prévention. Nous remercions l'ensemble des intervenant.e.s et participant.e.s pour leur contribution à cette belle dynamique.

L'Office de promotion de la santé se réjouit de vous y retrouver l'année prochaine ... restez connectés !

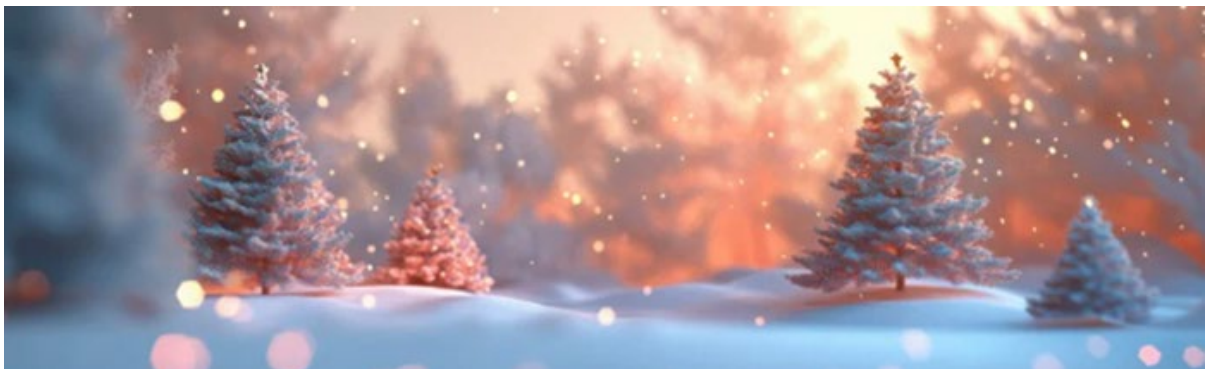
Toute notre équipe vous souhaite

de très belles fêtes, placées sous le signe du bien-être et de la sérénité.

Prenez soin de vous et de vos proches.

Rendez-vous l'année prochaine pour poursuivre ensemble

notre engagement en faveur de la promotion de la santé !



Équipe et contact OPSP :

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

Lysiane Ummel Mariani : Cheffe d'office

Marie-France Badertscher : Collaboratrice scientifique 65+

Charlotte Blanc : Collaboratrice scientifique alimentation & activité physique et santé sexuelle

Lou-Anne Do : Collaboratrice scientifique promotion des compétences en santé

Chloé Grisel : Collaboratrice scientifique adulte en âge de vie active

Manon Mendez : Collaboratrice scientifique addictions et santé scolaire

Joanne Schweizer Rodrigues : Collaboratrice scientifique santé mentale

Isabelle Vuille : Collaboratrice spécialisée

Service de la santé publique
Office de la promotion de la santé et de la
prévention
Rue de Tivoli 28
Case postale 1
2002 Neuchâtel 2
032 889 62 00 | www.ne.ch/PromotionSante



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