



Plan d'action cantonal (PAC)

Santé psychique NE

Enfants et adolescents

Neuchâtel – 2017

Lysiane Ummel Mariani
Joanne Schweizer Rodrigues

Approuvé par le Chef du Département des finances et de la santé le 10 avril 2017

Contenu

Partie I – Résumé.....	3
Vision	3
Groupes cibles et thèmes	3
Objectifs	3
Durée	3
Etapes	3
Partie II – Concept	5
1. Situation initiale.....	5
1.1. Au niveau national.....	5
1.2. Au niveau cantonal.....	5
2. Motifs à l’origine du programme	10
3. Groupes cibles, settings et méthodes	12
4. Vision objectifs et mesures	13
4.1. Vision	13
4.2. Objectifs et mesures.....	14
5. Organisation	15
6. Partenaires privilégiés	15
7. Evaluation et monitoring.....	15
Partie III - Métainformations	16
Liste des abréviations	17
Annexe.....	17

NB : L'ensemble des fonctions ou professions mentionnées dans ce document s'entendent aussi bien au féminin qu'au masculin. Cependant, pour des raisons de lisibilité du texte, le masculin neutre a été retenu au niveau de la rédaction.

Partie I – Résumé

Vision

La vision du programme est la suivante : *Les enfants et les adolescents ainsi que les adultes qui les encadrent (multiplicateurs) sont en bonne santé psychique et ont un environnement de vie favorable à leur santé psychique. Ils connaissent, et font appel le cas échéant, aux ressources cantonales à même de les soutenir dans les situations de vie difficiles. Les principaux troubles sont en diminution et/ou mieux dépistés et pris en charge. L'égalité des chances en matière de santé psychique et d'accès aux ressources est notamment recherchée.*

Groupes cibles et thèmes

Ce plan d'action cantonale (PAC) concerne le module santé psychique – enfants et adolescents (module C), soit dès la grossesse et jusqu'à 20-25 ans environ.

Il est complémentaire au PAC Alimentation & Activité physique (A&A) préexistant concernant le même public cible. Il sera complété par les deux modules en lien avec les personnes âgées, sur les thématiques de l'alimentation et l'activité physique et de la santé psychique, en principe en 2018. A terme, les quatre modules seront mis en œuvre dans le canton et intégré dans un concept commun.

Objectifs

Les objectifs du programme sont résumés dans le tableau ci-après.

Durée

Le programme se déroule sur quatre ans, dès acceptation par Promotion santé suisse (PSCH), soit en principe de début juillet 2017 à fin juin 2021. Il pourra cependant être révisé le cas échéant en cours de période, notamment afin d'être adapté en un concept commun avec le PAC A&A, dont le contrat s'achève fin 2019.

Etapes

Dépôt : 12 avril 2017

Réponse PSCH : attendue le 15 juin 2017

Début de la mise en œuvre : 1^{er} juillet 2017, pour une durée de 4 ans

Rapports intermédiaires et annuels : chaque année à fin mars et fin novembre

Rapport définitif : fin 2021

Objectifs et mesures pour le Canton de Neuchâtel

Objectifs cantonaux détaillés	Mots clefs	Mesures
D'ici 2021, les enfants, les adolescents et leurs personnes de référence sont conscients que chacun(e) peut traverser des situations difficiles. Ils valorisent la recherche d'aide et connaissent les offres de conseil/soutien disponibles dans leurs cadres de vie.	Déstigmatisation Oser parler et demander de l'aide Connaître les ressources locales d'aide	I1 : FemmesTISCHE I2 : Animations en classe ou lieux d'accueils des jeunes I3 : Promotion de la santé psychique des LGBT ¹ I4 : Promotion de la santé à la Maison de santé I5 : Ateliers médias P1 : Distribution de la brochure « Promouvoir la santé dès le plus jeune âge » à la consultation des 34 semaines de grossesse. P2 : Association neuchâteloise d'accueil et d'action psychiatrique (ANAAP) et Info-Entraide NE C1 : Santépsy.ch C2 : Information et sensibilisation des jeunes, dans les écoles et les lieux de formation R1 à R4 : Les activités de mises en réseau sont transversales aux trois objectifs et décrites dans une section spécifique
D'ici 2021, le canton, les communes et les infrastructures accueillant des enfants, des adolescents ou leurs familles sont organisés de manière à promouvoir la santé mentale et à renforcer les compétences / ressources des enfants et des adolescents.	Intégrer la thématique dans les lieux de vie (settings)	I6 : Tina et Toni I7 : Analyse des besoins crèches et parascolaires I8 : Appel à projets Centres d'animation socio-culturelle I9 : Analyse des besoins des enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques P3 : Centres de puériculture et dépistage DPP P4 : Promotion de la santé psychique dans le cadre scolaire C3 : Campagne HBI - Healthy Body Image
D'ici 2021, les professionnels multiplicateurs ² du canton de Neuchâtel sont formés et sensibilisés à l'importance de la promotion de la santé mentale dans le but de mieux intervenir en cas de besoin et de renforcer les ressources / compétences.	Formation des mutiplicateurs Mieux intervenir en cas de besoin	I10 : Formation «Faire face au risque suicidaire» I11 : Formations «à la carte» I12 : Sensibilisation des parents « Il n'y a pas qu'une seule façon d'éduquer » I13 : Mise en œuvre d'un programme d'intervention autour d'un "hotspot"

Les mesures sont détaillées en annexe 1. Selon la catégorisation de PSCH, les mesures se déclinent en interventions (I), mesures policy (P), mesures de communication (C) et activités de mise en réseau (R).

¹ Lesbiennes, gays, bisexuels et transsexuels

² Par multiplicateurs, on entend tout professionnel ou bénévole, qui par son rôle, est en contact direct avec la population, par exemple les professionnels de la santé, les enseignants, les membres d'associations, etc.

Partie II – Concept

1. Situation initiale

1.1. Au niveau national

Au niveau national, la thématique de la santé mentale³ gagne en importance depuis plusieurs années, en raison de l'impact de cette thématique pour la santé publique de notre pays. Les principales connaissances scientifiques à ce sujet ne sont pas reprises ici puisqu'elles sont mentionnées extensivement dans le Rapport de base n° 6 de Promotion santé suisse *La santé psychique au cours de la vie*⁴.

La préoccupation pour cette thématique est notamment à l'origine en 2004 du projet de Stratégie nationale visant à protéger, à promouvoir, à maintenir et à rétablir la santé psychique de la population en Suisse, de la création en 2011 du Réseau santé psychique suisse, dans lequel notre canton est activement impliqué depuis le début, et récemment du lancement des travaux en vue d'une Stratégie nationale de prévention du suicide.

De plus, la santé psychique est l'une des priorités du Dialogue Politique nationale de la santé. Dans ce cadre, un rapport intitulé *Projet-dialogue sur la santé psychique* a été déposé le 3 novembre 2014. Ce dernier fait apparaître des besoins et propose des mesures dans quatre champs d'action, en particulier:

- 1) sensibilisation et déstigmatisation;
- 2) actions de promotion de la santé, de prévention et de détection précoce;
- 3) politiques publiques et
- 4) défense des intérêts, structures et ressources.

A noter également que le canton de Neuchâtel participe très activement à un groupe de travail latin concernant cette thématique, rattaché à la Commission latine de prévention et de promotion de la santé (CPPS), et qui a débouché notamment sur la création du site www.santepsy.ch lancé officiellement le 10 octobre 2016.

1.2. Au niveau cantonal

Au niveau cantonal, la santé mentale est une priorité de promotion de la santé depuis 2009 déjà. En effet, elle figure explicitement comme telle dans le **Plan directeur de prévention et de promotion de la santé**, approuvé par le Conseil d'Etat le 23 avril 2009. Le **Plan cantonal de santé mentale**, qui découle de ce plan directeur, a été validé par le Conseil d'Etat le 13 mars 2013. Ce Plan décrit les

³ Nous utilisons, dans le cadre de ce document, les termes de santé mentale et de santé psychique comme synonymes.

⁴ *Rapport 6, La santé psychique au cours de la vie, Rapport de base, Promotion santé suisse, avril 2016.*

intentions neuchâteloises en la matière en 10 objectifs et reste la base conceptuelle globale du présent concept de Plan d'action cantonal.

Cette priorité a été clairement ré-exprimée dans la [Stratégie cantonale de prévention et de promotion de la santé](#), approuvée par le Conseil d'État neuchâtelois le 11 janvier 2016 (à consulter sous www.ne.ch/promotionsante).

On peut y apprendre notamment que les troubles psychiques sont actuellement très répandus en Suisse, ainsi que dans notre canton (13% de la population de notre pays déclare souffrir de problèmes psychiques moyens et près de 5% de problèmes psychiques importants⁵, selon le Monitoring 2016 de L'Obsan, *La santé psychique en Suisse*⁶). En effet, les différents indicateurs neuchâtelois concernant la santé psychique, analysés dans le [Rapport de base sur la santé pour le canton de Neuchâtel](#)⁷ sont tous moins favorables que la moyenne Suisse. On observe en particulier un faible sentiment de maîtrise de la vie, plus de symptômes graves de dépression et un taux de rentes AI pour causes psychiques très élevé. A noter également que le Canton de Neuchâtel connaît les taux de chômage, de divortialité et d'endettement parmi les plus hauts du pays, qui sont des déterminants importants de la santé psychique.

Quelques indicateurs en lien avec la santé psychique

Le tableau ci-dessous se base sur le *Rapport de base sur la santé pour le canton de Neuchâtel, données de l'enquête suisse sur la santé (ESS) 2012*⁸. Les différences statistiquement significatives entre NE et CH sont indiquées par un *, entre hommes NE et femmes NE par **. La méthodologie et le nombre de répondants pour chaque item sont détaillés dans le rapport à consulter sous www.ne.ch/promotionsante

	NE	CH
Proportion de personnes ayant des problèmes psychiques moyens à importants - total	24.9*	18
Proportion de personnes ayant des problèmes psychiques moyens à importants – femmes	31.8*/**	20.8
Proportion de personnes ayant des problèmes psychiques moyens à importants - hommes	17.3	15.1
Proportion de personnes ayant un faible sentiment de maîtrise de la vie - total	27.5*	20.6
Proportion de personnes ayant un faible sentiment de maîtrise de la vie – femmes	29.4	22.1
Proportion de personnes ayant un faible sentiment de maîtrise de la vie - hommes	25.7	19.1

⁵ Pour la définition détaillée de l'indicateur « problèmes psychiques » moyens ou importants, se référer au rapport *La santé psychique en Suisse, Monitoring 2016, Obsan Rapport 72*, Daniela Schuler et al, 9.12.16, accessible sur le site de l'Obsan.

⁶ *La santé psychique en Suisse, Monitoring 2016, Obsan Rapport 72*, Daniela Schuler et al, 9.12.16.

⁷ *Rapport de base sur la santé pour le canton de Neuchâtel, Exploitations standardisées des données de l'Enquête suisse sur la santé 2012 et d'autres bases de données*, Obsan, Dossier 37, 2014.

⁸ *Rapport de base sur la santé pour le canton de Neuchâtel, Exploitations standardisées des données de l'enquête suisse sur la santé 2012 et autres bases de données*, Obsan dossier 37, 2014, téléchargeable sur www.ne.ch/promotionsante.

Proportion de personnes ayant des symptômes dépressifs – total	7.6	6.5
Proportion de personnes ayant des symptômes dépressifs – femmes	9	7.2
Proportion de personnes ayant des symptômes dépressifs – hommes	6.3	5.8
Proportion des personnes ayant un sentiment de solitude – total	41	36.1
Proportion des personnes ayant des sentiments de solitude – femmes	50.6*/**	42.4
Proportion des personnes ayant des sentiments de solitude- hommes	30.2	29.5
Proportion de personnes ayant une ou plusieurs personnes de confiance – total	95.2	95.7
Proportion de personnes ayant une ou plusieurs personnes de confiance – femmes	94.8	96
Proportion de personnes ayant une ou plusieurs personnes de confiance – hommes	95.6	95.4
Proportion de personnes qui ont consommé des médicaments la semaine précédant l'enquête - total	58*	48.6
Proportion de personnes qui ont consommé des médicaments la semaine précédant l'enquête – femmes	60.9*	53.2
Proportion de personnes qui ont consommé des médicaments la semaine précédant l'enquête - hommes	54.9*	43.8
Proportion de personnes subissant des nuisances au travail - total	56.8	49.7
Proportion de personnes subissant des nuisances au travail – femmes	48.3	41.6
Proportion de personnes subissant des nuisances au travail - hommes	64	56.5
Proportion de personnes satisfaites au travail - total	82.1	88.3
Proportion de personnes satisfaites au travail – femmes	83.3	89.4
Proportion de personnes satisfaites au travail – hommes	81.2	87.4
Proportion de personnes qui estiment (plutôt) « difficile » de retrouver un emploi comparable en cas de perte d'emploi – total	54	52.2
Proportion de personnes qui estiment (plutôt) « difficile » de retrouver un emploi comparable en cas de perte d'emploi – femmes	62.6	55.1
Proportion de personnes qui estiment (plutôt) « difficile » de retrouver un emploi comparable en cas de perte d'emploi – hommes	46.7	50.3

Si les troubles psychiques font partie des maladies les plus fréquentes, ils comptent également parmi les plus handicapants. Ils amoindrissent la qualité de vie des personnes concernées, entravant leur capacité à accomplir les activités de la vie quotidienne et à travailler. Ils représentent une grande souffrance, pour les personnes qui en sont atteintes et pour leurs proches. Les troubles psychiques ont également un impact économique. La baisse de la productivité et les absences prolongées du travail occasionnent, en effet, des coûts importants.

Alors que les données à disposition montrent que les interventions et les stratégies visant à promouvoir la santé mentale et à prévenir les troubles psychiques sont efficaces et donnent des résultats dans les domaines sanitaire, social et économique, selon l’OMS, seul 3 à 5% des programmes et projets de promotion de la santé concernaient des aspects de santé psychique (données 2004).

Pour toutes ces raisons, la Stratégie cantonale de prévention et de promotion de la santé a défini la santé mentale comme une priorité de promotion de la santé pour notre canton et a posé les objectifs suivants:

Objectif de santé (suivi de la tendance):

D’ici 2026, la santé mentale de la population neuchâteloise s’améliore.

Indicateurs:

- ↘ taux de décès par suicide
- ↘ taux de la population avec problèmes psychiques moyens ou importants
- ↗ taux de la population avec problèmes psychiques moyens ou importants ayant bénéficié d’un traitement les 12 derniers mois
- ↗ taux de la population ayant un sentiment de maîtrise de la vie moyen à élevé.

Objectif de processus/d’activité

D’ici 2022, le plan de santé mentale est la référence en la matière pour les professionnels et les organisations concernés du canton ainsi que les services de l’Etat et se concrétise dans divers settings.

Indicateurs:

Référence est faite au plan de santé mentale dans les contrats de prestations des principaux acteurs, notamment CNP, ANNAP et Info-entraide ainsi que lors des collaborations en la matière entre les services de l’Etat.

Au moins une formation annuelle est mise sur pied (ou promue spécifiquement) pour les professionnels relais et permet à ces derniers de mieux détecter et intervenir en situation de crise.

Au moins une action tout public a lieu par année (objectifs: connaissance des ressources existantes et déstigmatisation des problèmes psychiques)

A noter par ailleurs qu'une commission permanente du Conseil d'État traite de ces questions et assure le suivi de la mise en œuvre du Plan cantonal. Il s'agit de la **Commission cantonale de psychiatrie et de santé mentale**. De nombreux services, institutions, associations et autres organismes du canton sont également impliqués dans la mise en œuvre de ce plan. Des échanges et des collaborations ont déjà été instaurés avec un grand nombre d'entre eux. Parmi les acteurs majeurs, citons le Centre neuchâtelois de psychiatrie (CNP), l'Association neuchâteloise d'accueil et d'action psychiatrique (ANAAP), ainsi que les organismes représentés dans la Commission cantonale de psychiatrie et de santé mentale. Un accent particulier a également été mis sur le développement des contacts avec les services et offices de l'administration cantonale concernés par les questions de santé mentale.

Un programme spécifique a vu le jour, dans le but de concrétiser les objectifs du Plan cantonal. Il s'agit du programme « Surmonter les crises de vie et prévenir le suicide ». Il vise à intervenir très en amont de la crise suicidaire, par des activités globales de promotion de la santé et des ressources personnelles, par la déstigmatisation des problématiques de santé psychique, par la promotion des ressources d'aide existantes et la valorisation de la recherche d'aide, ainsi que par des activités de formation des multiplicateurs.

Les messages clefs retenus par le comité de pilotage institué au début de la campagne sont les suivants :

**Tout le monde peut traverser une période de crise ou de souffrance psychique, les causes sont multiples et complexes*

**La souffrance psychique est le plus souvent passagère, on peut en sortir*

**En parler, ça aide*

**Il y a des ressources d'aide et de prise en charge dans le canton*

Parmi les activités concrètes découlant de ce projet, mentionnons :

Coordination générale à travers la Commission cantonale de psychiatrie

Formation des professionnels sous l'égide entre autres du (CNP) – Groupe Romand de Prévention du Suicide (GRPS)

Interventions

- **auprès des professionnels**: par différentes activités de mise en réseau, formations, contacts privilégiés ;

- **auprès des jeunes**: via les activités de la santé scolaire, différentes activités de sensibilisation « à la carte » auprès des écoles du secondaire II (distribution BD *Les Autres* ; concours avec une classe pour la réalisation d'un film de sensibilisation, diffusé ensuite dans les cinémas du canton ; concours avec une classe autour de la réalisation d'une œuvre graphique concernant la santé psychique reproduite sur un sac en coton et distribuée ensuite largement; etc...), collaboration avec Pro Juventute et Stop Suicide ;

- **auprès des médias**: ateliers de sensibilisation, liste des ressources, concours et banque d'images en discussion ;

- **auprès d'autres publics**: via les mandats de prestations ou collaborations qui lient le Service de la santé publique aux acteurs concernés: CNP, ANAAP, HNE-Centres de puériculture (protocole de détection de la dépression post-partum⁹), Info-entraide ou les organismes de promotion de la santé en général ;

Information générale et inventaire des acteurs: santepsy.ch

Le présent PAC reprend les grandes lignes des messages et activités ci-dessus, axés spécifiquement sur les enfants et les adolescents. Il les élargi encore d'avantage du côté de la promotion de la santé.

2. Motifs à l'origine du programme

Nécessité : Dans notre canton, comme en Suisse, la santé mentale est une priorité de santé publique. Plusieurs statistiques concernant le canton ont été mentionnées plus haut, confirmant cette nécessité. Des prestations de qualité existent déjà dans le canton, mais leur intégration sous forme de programme permettra de les renforcer, de les mettre en synergie, de les faire mieux connaître et de garantir leur mise en réseau. L'accent sera mis sur les jeunes en âge de scolarité – obligatoire et post-obligatoire- ainsi que sur les familles. L'objectif est de valoriser et de renforcer l'existant et d'améliorer l'accessibilité des prestations existantes. De ce fait, il n'a aura donc pas un nombre important de projets nouveaux, mais plutôt des soutiens ciblés à des prestations existantes, afin de renforcer leur impact auprès du public cible. Un accent sera également mis sur la communication, à

⁹ Trouble dépressif survenant dans les suites d'un accouchement.

travers les canaux et réseaux existants, notamment afin de participer à briser le tabou autour des thématiques de santé mentale et faire connaître les ressources existantes. L'objectif est donc de capitaliser sur l'existant, en y insufflant une réflexion sur la santé mentale.

Besoins : Un important travail d'analyse de la littérature, de la situation spécifique du canton et de consultation des acteurs cantonaux a été mené lors de l'élaboration du *Plan cantonal de santé mentale de 2013*¹⁰, travail renouvelé lors de l'élaboration du présent PAC. Les besoins cantonaux ont été traduits dans les dix objectifs du Plan cantonal, pour la population dans son ensemble. Le présent PAC santé psychique se donne comme but de promouvoir l'égalité des chances pour tout un chacun, c'est pour cette raison qu'il met un accent particulier sur certaines phases de vie ou populations vulnérables : le secondaire II, les enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques, les personnes souffrant de problèmes psychiques elles-mêmes, les LGBT ou d'autres populations souffrant de discrimination. Plusieurs domaines ont également été identifiés, qui mériteraient un approfondissement de l'analyse de la situation avant d'entreprendre des mesures concrètes, permettant notamment d'agir sur ces settings spécifiques. Il s'agit, par exemple, de mieux connaître les besoins des crèches et parascolaires, qui ont exprimé être confrontés de manière importante à ces thématiques, mais sans que des mesures concrètes ne soient encore pressenties. Cette analyse des besoins irait de pair avec une analyse des besoins en matière de santé sexuelle, les deux étant fortement reliées. Enfin, une des thématiques récurrentes à la commission de psychiatrie est de déterminer comment soutenir au mieux les enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques. Depuis plusieurs mois également, il semblerait qu'un lieu sensible en matière de suicide ait été identifié dans le canton. Sur impulsion de la police, un groupe de travail a été initié par le SCSP et devrait déboucher, à terme, sur un plan d'interventions préventives, encouragé par les expériences positives mentionnées à ce sujet dans la littérature.

Expériences négatives et positives : Parmi les expériences positives, citons le fait que le canton de Neuchâtel a déjà l'expérience de la gestion d'un PAC (PAC A&A depuis 2007), connaît bien le réseau et travaille déjà régulièrement avec des partenaires de provenances professionnelles très diversifiées. La collaboration est étroite avec le reste de la Suisse romande ainsi qu'au sein de l'Association suisse des responsables cantonaux de la promotion de la santé (ARPS). Au niveau des expériences « négatives », nous pouvons mentionner la difficulté, parfois, à faire participer activement les acteurs multiplicateurs, dont ce n'est pas la mission première, non pas par manque d'intérêt, mais de temps ou de ressources. Il s'agit dans ce cas de faire un travail de conviction (*advocacy*) pour que la thématique monte dans les priorités des multiplicateurs concernés.

Conditions cadres cantonales et synergies avec d'autres programmes : Comme nous l'avons mentionné, dans notre canton, une partie importante de la population est en situation de vulnérabilité liée sans doute aux hauts taux de chômage, d'endettement ou de divortialité pour ne citer que quelques facteurs. Parallèlement, la thématique de la promotion de la santé bénéficie d'un soutien politique important, comme le confirme le *Programme de législation 2014-2017* et la *Stratégie cantonale 2016-2026* déjà mentionnée. Grâce à ce soutien, le canton a pu légitimement développer plusieurs nouveaux programmes dont les objectifs entrent totalement en cohérence avec le présent PAC. Mentionnons notamment le *PAC A&A*, le projet *Migration et Santé* soutenu par

¹⁰ Disponible sur www.ne.ch/promotionsante - rubrique santé mentale

Parmi ses mesures phares, le Programme de législature 2014-2017 mentionne la promotion de la santé et indique que « les mesures de promotion de la santé et de prévention sont les plus efficaces et peuvent même conduire à réduire ou à contenir les coûts de l'ensemble du dispositif sanitaire »

l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), la conception actuellement en cours d'un **Programme de santé sexuelle et reproductive**, la réorganisation en profondeur des bases réglementaires du **système de santé scolaire**, dont la concrétisation est également en cours, la création d'une **Maison de santé** pour la santé des requérants d'asile, ou encore la conception d'un **Programme alcool**. Parmi les mesures structurelles d'autres départements, mentionnons également le soutien à la **ligne 147** ou la **politique d'encouragement de l'intégration précoce** du Service de la cohésion multiculturelle (COSM) par exemple. Le présent PAC va essentiellement capitaliser sur ces bases préexistantes et développer certains aspects de manière plus approfondie. **Ce qui manque encore, c'est une véritable réflexion sur les possibilités de promotion de la santé psychique dans le domaine de l'entreprise et du travail.** Cela concerne en priorité un public adulte, mais également le public « jeunes », dont les apprentis ou les jeunes en formation. Il n'a cependant pas été possible, au vu des ressources actuelles, d'intégrer cette thématique dans le cadre de ce PAC. Ce sera par contre une lacune à combler le cas échéant dans une deuxième phase.

3. Groupes cibles, settings et méthodes

Groupe cibles : prioritairement les **enfants, leurs familles ainsi que les adolescents en âge de scolarité secondaire I et II, de même que certaines populations vulnérables**. Ces groupes cibles ressortent comme particulièrement pertinents en ce qu'ils sont dans une phase d'évolution importante, d'une part pour les familles par l'arrivée des enfants, d'autre part pour les adolescents, par le passage entre l'enfance et l'âge adulte, moment de nombreuses transitions, au niveau professionnel, de la structure du foyer, au niveau de l'autonomie financière, au niveau de la vie affective et de l'entrée dans une sexualité active, etc. Il y a donc un cumul d'événements stressants.

Relevons par exemple que la moitié des troubles psychiques durables sont déjà présents à 14 ans, et les trois-quarts avant 25 ans. Dans le canton de Neuchâtel, 22.5% des 15-34 ans souffrent de problèmes psychiques moyens à importants. Or, selon certaines études, jusqu'à 75% des jeunes en souffrance psychique ne seraient pas pris en charge. Cette période est donc également charnière pour permettre aux personnes concernées de reconnaître la problématique et rechercher, si besoin, une aide appropriée.

Parallèlement, les jeunes sont plus enclins à rechercher de l'aide face à des problèmes de santé psychique s'ils :

- disposent de certaines connaissances au sujet de la santé mentale et des ressources d'aide,
- se sentent capables d'exprimer leurs sentiments,
- ont établi des relations de confiance avec des personnes susceptibles de leur procurer de l'aide.

Le PAC visera donc à toucher le plus de settings possibles, concernant ces groupes cibles, dans une approche par *phases de vie*, essentiellement par des mesures de formation-sensibilisation, de communication (faire connaître les ressources existantes et lutter contre la stigmatisation) d'intégration de la question de la santé psychique dans les activités existantes et de valorisation de ces dernières. Ceci également dans une optique de *durabilité* et de pérennisation des mesures. La *mise en réseau* est à cet égard essentielle. Seront notamment concernés : les écoles et les lieux de formation, ainsi que les structures professionnelles d'animation socio-culturelle (« centres de loisirs »). Le grand défi sera par contre de toucher également les enfants et adolescents qui ne sont plus insérés dans ces lieux. Des efforts de mise en réseau seront donc à faire également avec les professionnels du domaine social ou de la santé. Parmi les multiplicateurs concernés, citons: les enseignants, les éducateurs, les parents, la police, les professionnels de la santé ou les travailleurs sociaux par exemple. Des actions pour et avec le grand public seront également organisés afin de travailler sur l'objectif de déstigmatisation.

Au niveau des méthodes, le PAC poursuit résolument une vision de *salutogenèse*, les interventions cherchant notamment à renforcer les compétences du public cible, afin de lui permettre de prendre activement soin de sa santé psychique (interventions dans les settings) ainsi qu'à développer les connaissances et ressources nécessaires pour réagir adéquatement en cas de survenue d'un problème de santé psychique. Enfin, une grande importance est accordée à la préparation des professionnel multiplicateurs, afin qu'ils soient à même d'accueillir les questionnements du groupe cible.

4. Vision objectifs et mesures

4.1. Vision

Les enfants et les adolescents ainsi que les adultes qui les encadrent (multiplicateurs) sont en bonne santé psychique et ont un environnement de vie favorable à leur santé psychique. Ils connaissent, et font appel le cas échéant, aux ressources cantonales à même de les soutenir dans les situations de vie difficiles. Les principaux troubles sont en diminution et/ou mieux dépistés et pris en charge. L'égalité des chances en la matière de santé psychique et d'accès aux ressources est notamment recherchée.

4.2. Objectifs et mesures

Les objectifs du programme cantonal découlent notamment des objectifs C3, C4 et C5 des conditions cadres de Promotion santé suisse¹¹. Ils sont résumés ci-dessous, avec des mots clefs en regard des mesures correspondantes.

Objectifs	Mots clefs	Mesures
D'ici 2021, les enfants, les adolescents et leurs personnes de référence sont conscients que chacun(e) peut traverser des situations difficiles. Ils valorisent la recherche d'aide et connaissent les offres de conseil/soutien disponibles dans leurs cadres de vie.	<i>Déstigmatisation</i> <i>Oser parler et demander de l'aide</i> <i>Connaître les ressources locales d'aide</i>	I1 : FemmesTISCHE I2 : Animations en classe ou lieux d'accueils des jeunes I3 : Promotion de la santé psychique des LGBT I4 : Promotion de la santé à la Maison de santé I5 : Ateliers médias P1 : Distribution de la brochure « Promouvoir la santé dès le plus jeune âge » à la consultation des 34 semaines de grossesse P2 : ANAAP et Info-Entraide NE C1 : Santépsy.ch C2 : Information et sensibilisation des écoles et lieux de formations R1 à R4 : Les activités de mises en réseau sont transversales aux trois objectifs et décrites dans une section spécifique
D'ici 2021, le canton, les communes et les infrastructures accueillant des enfants, adolescents ou leurs familles sont organisés de manière à promouvoir la santé mentale et à renforcer les compétences / ressources des enfants et des adolescents.	<i>Intégrer la thématique dans les lieux de vie (settings)</i>	I6 : Tina et Toni I7 : Analyse des besoins des crèches et parascolaires I8 : Appel à projets Centres d'animation socio-culturelle I9 : Analyse des besoins des enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques P3 : Centres de puériculture et dépistage DPP P4 : Promotion de la santé psychique dans le cadre scolaire C3 : Campagne HBI - Healthy Body Image
D'ici 2021, les professionnels multiplicateurs du canton de Neuchâtel sont formés et sensibilisés à l'importance de la promotion de la santé mentale dans le but de mieux intervenir en cas de besoin et de renforcer les ressources / compétences.	<i>Formation des multiplicateurs</i> <i>Mieux intervenir en cas de besoin</i>	I10 : Formation «Faire face au risque suicidaire» I11 : Formations «à la carte» I12 : Sensibilisation des parents « Il n'y a pas qu'une seule façon d'éduquer » I13 : Mise en œuvre d'un programme d'intervention autour d'un "hotspot"

A noter que les mesures sont décrites dans l'annexe 1.

¹¹ Explications détaillées sous : www.promotionsante.ch.

5. Organisation

« Donneur d'ordre » et signataire du contrat	Département des finances et de la santé – Chef de Département
Responsabilité stratégique	SCSP - Déléguée à la promotion de la santé - 0.7 EPT, dont environ 0.15 EPT pour le PAC santé psychique
Responsabilité opérationnelle	SCSP - chargée de programme SM- 0.6 EPT
Comité de pilotage et suivi scientifique	Commission cantonale de psychiatrie et santé mentale – Présidence : SCSP-médecin cantonal - environ 0.05 EPT + temps de travail des membres

6. Partenaires privilégiés

Le PAC capitalisera autant que possible sur les ressources et compétences déjà bien existantes dans le canton. **Les membres de la commission de promotion de la santé et de prévention ainsi que ceux de la commission cantonale de santé mentale** ont été intégrés au processus de conception de ce PAC et ont été consultés formellement sur la dernière version en décembre 2017.

Sont par ailleurs à mentionner comme partenaires déjà fortement impliqués, outre les membres des deux commissions déjà mentionnés, les organismes suivants (liste non exhaustive) : l'ANAAP, le CNP, Stop Suicide, Info-Entraide NE, Parlons-en, le Groupe Sida Neuchâtel, les Services de l'enseignement obligatoire (SEO) et des formations post-obligatoires et de l'orientation (SFPO), Médecins du Monde, la Croix-Rouge neuchâteloise, As'trame ou l'Association l'Education donne de la force, pour n'en citer que quelques uns.

7. Evaluation et monitoring

Le canton de Neuchâtel finance, chaque 5 ans, un sur-échantillonnage cantonal lors de l'Enquête suisse sur la santé, afin de pouvoir suivre l'évolution de la situation au niveau épidémiologique, notamment en lien avec les objectifs de la *Stratégie cantonale de prévention et de promotion de la santé*.

Plus spécifiquement dans le cadre de ce PAC santé psychique, le SCSP procédera annuellement à **l'auto-évaluation de l'atteinte des objectifs de chacune des mesures**, selon les indicateurs définis dans le tableau des impacts. Cette analyse est restituée à Promotion santé suisse sous forme de rapport d'évaluation selon le modèle et l'échéancier proposé par Promotion santé suisse. Un rapport final fera la synthèse des données récoltées pendant les quatre ans et procédera à l'analyse de l'atteinte des objectifs.

Plusieurs mesures sont encore, dans le présent concept, à l'état d'intentions générales et le SCSP consacrerait l'année 2017 à faire une analyse plus poussée de la situation ou à affiner leurs objectifs spécifiques. Ces projets, ainsi que tous les projets délégués par mandat, intégreront au minimum un concept d'auto-évaluation. Les mesures prévues dans ce PAC sont financièrement modestes, l'auto-évaluation sera donc privilégiée, voire des évaluations déléguées à des étudiants. Une évaluation externe professionnelle de grande envergure n'est pas prévue à ce stade (sous réserve de certains projets intercantonaux).

Partie III - Métainformations

Direction stratégique :

Lysiane Ummel Mariani
Déléguée à la promotion de la santé
Service de la santé publique
Rue Pourtalès 2
2000 Neuchâtel
032 889 52 19
Lysiane.mariani@ne.ch

Direction opérationnelle

Joanne Schweizer Rodrigues
Chargée de programme
Service de la santé publique
Rue Pourtalès 2
2000 Neuchâtel
032 889 52 35
Joanne.schweizer@ne.ch

Liste des abréviations

A&A	Alimentation et activité physique
AI	Assurance invalidité
ARPS	Association suisse des responsables cantonaux de prévention et promotion de la santé
CAPPES	Centre d'accompagnement et de prévention pour les professionnels des établissements scolaires
COSM	Service de la cohésion multiculturelle
CPPS	Commission latine de prévention et de promotion de la santé
ESS	Enquête suisse sur la santé
LGBT	Lesbienne-gay-bisexuel et transgenre
Obsan	Observatoire suisse de la santé
PAC	Plan d'action cantonal
PPS	Prévention et promotion de la santé
PSCH	Promotion santé suisse
SCSP	Service cantonal de la santé publique
SEO	Service de l'enseignement obligatoire
SPsy	Santé psychique

Annexe

Annexe 1 : Objectifs détaillés du PAC santé psychique Neuchâtel



Plan d'action cantonal (PAC)

Santé psychique NE

Enfants et adolescents

Neuchâtel – avril 2017

Annexe 1

Description des mesures

Lysiane Ummel Mariani
Joanne Schweizer Rodrigues

Description des mesures

Cette annexe décrit brièvement les mesures mentionnées dans le Plan d'action cantonal (PAC) santé psychique du canton de Neuchâtel, pour les enfants et les adolescents, afin de répondre aux trois objectifs cantonaux. Ces objectifs, les mots clefs les résumant ainsi que les mesures permettant d'y répondre sont indiqués dans le tableau ci-dessous.

Objectifs	Mots clefs	Mesures
D'ici 2021, les enfants, les adolescents et leurs personnes de référence sont conscients que chacun(e) peut traverser des situations difficiles. Ils valorisent la recherche d'aide et connaissent les offres de conseil/soutien disponibles dans leurs cadres de vie.	Déstigmatisation Oser parler et demander de l'aide Connaître les ressources locales d'aide	I1 : FemmesTISCHE I2 : Animations en classe ou lieux d'accueils des jeunes I3 : Promotion de la santé psychique des LGBT I4 : Promotion de la santé à la Maison de santé I5 : Ateliers médias P1 : Distribution de la brochure « Promouvoir la santé dès le plus jeune âge » à la consultation des 34 semaines de grossesse P2 : ANAAP et Info-Entraide NE C1 : Santépsy.ch C2 : Information et sensibilisation des écoles et lieux de formations R1 à R4 : Les activités de mises en réseau sont transversales aux trois objectifs et décrites dans une section spécifique
D'ici 2021, le canton, les communes et les infrastructures accueillant des enfants, adolescents ou leurs familles sont organisés de manière à promouvoir la santé mentale et à renforcer les compétences / ressources des enfants et des adolescents.	Intégrer la thématique dans les lieux de vie (settings)	I6 : Tina et Toni I7 : Analyse des besoins crèches et parascolaires I8 : Appel à projets Centres d'animation socio-culturelle I9 : Analyse des besoins des enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques P3 : Centres de puériculture et dépistage DPP P4 : Promotion de la santé psychique dans le cadre scolaire C3 : Campagne HBI - Healthy Body Image
D'ici 2021, les professionnels multiplicateurs du canton de Neuchâtel sont formés et sensibilisés à l'importance de la promotion de la santé mentale dans le but de mieux intervenir en cas de besoin et de renforcer les ressources / compétences.	Formation des mutiplicateurs Mieux intervenir en cas de besoin	I10 : Formation «Faire face au risque suicidaire» I11 : Formations «à la carte» I12 : Sensibilisation des parents « Il n'y a pas qu'une seule façon d'éduquer » I13 : Mise en œuvre d'un programme d'intervention autour d'un "hotspot"

Selon la terminologie de Promotion santé suisse, les mesures se déclinent en interventions (I), mesures policy (P), mesures de communication (C) et activités de mise en réseau (R). Les mesures neuchâteloises sont numérotées en fonction.

A noter que nombre de mesures existent déjà et sont financées par le canton. Elles ne sont donc pas formellement des mesures du PAC, parce que non financées par ce biais. Certaines sont néanmoins rappelées ici afin de montrer la diversité et la complémentarité des différentes mesures et donner une image certes non exhaustive, mais relativement complète, des acteurs cantonaux en présence.

Les mesures sont décrites ci-après en regard de l'objectif principalement concerné, sauf la mise en réseau qui est décrite à la fin, en tant que mesure transversale.

Mesures en lien avec l'objectif 1

I1 : FemmesTISCHE

Mesure existante (PAC A&A)

Financée par le PAC santé psychique : partiellement

Ce projet de promotion de la santé à destination essentiellement des femmes migrantes est bien connu en Suisse. Il s'agit d'utiliser le réseau interpersonnel des femmes concernées pour mettre sur pied des animations conviviales en groupe autour de thématiques de promotion de la santé. La gestion de ce projet serait déléguée à la Croix-Rouge neuchâteloise. L'objectif est un lancement courant 2017, avec 10 tables rondes annuelles dès 2018 au plus tard. Le projet est déjà financé par le PAC A&A, mais un modeste soutien supplémentaire est prévu par le PAC santé psychique, afin de prendre en compte un éventuel changement de statut des animatrices.

Ce projet sera fortement coordonné avec un projet existant, le Réseau mères de contact (RMC), par un « copil » commun. Le RMC est un projet du Service de la cohésion multiculturelle du canton de Neuchâtel. Il vise à proposer des visites à domicile à des femmes d'immigration récente ayant récemment accouché. Les visites sont effectuées par des « pairs », mères elles-mêmes et culturellement proche de la femme visitée. Ce projet est délégué à la Croix-Rouge neuchâteloise et des synergies intéressantes seront dégagées avec FemmeTISCHE. Une coordination se mettra également en place avec les autres organismes concernés par le même public, notamment RECIF.

I2 : Animations en classe / lieux d'accueil des jeunes

Mesure existante, à développer

Financé par le PAC santé psychique : oui

Les élèves du secondaire II ont été identifiés comme un public cible particulièrement important pour la santé psychique dans le canton. En effet, ils ne sont plus touchés par les activités de la santé scolaire développées à l'école obligatoire, tout en étant à un âge de grands bouleversements (choix en lien avec leur future vie professionnelle, bouleversements au niveau du développement physique, social, sexuel, etc.). Ils sont ainsi à un âge où peuvent se manifester les premiers signes de certaines maladies psychiques. Il est donc essentiel qu'ils puissent être informés sur la santé psychique, qu'ils connaissent les ressources à leur disposition et qu'ils soient encouragés à demander de l'aide en cas de besoin. Les établissements de formation ont à cet égard un rôle majeur à jouer, tant dans leur organisation en tant que lieu favorable à la santé psychique, qu'en tant que lieu de transmission d'information. L'objectif du SCSP est notamment d'utiliser la BD *Les Autres*, éditée par Stop Suicide, pour la mettre à disposition des écoles lors d'interventions de leur choix sur la santé psychique (concours sur le thème, journées ou semaines thématiques, projets d'établissements, etc.). La manière de réaliser ces interventions est volontairement laissée « à la carte », afin de coller au mieux aux besoins des établissements concernés, sur une base volontaire. Les interventions sont souhaitées dans la durée, sur l'année scolaire, idéalement intégrées dans une véritable démarche de promotion de la santé, raison pour laquelle l'objectif quantitatif reste modeste.

Toujours dans l'optique de s'adresser aux personnes vulnérables, ici notamment parce qu'arrivées récemment dans le canton et ne connaissant potentiellement pas bien les ressources d'aide à disposition, une attention particulière sera portée aux classes JET et pré-JET, réunissant donc les jeunes migrants en phase d'apprentissage du français dans le cadre de la formation professionnelle. Enfin, la possibilité sera laissée de pouvoir répondre à la demande d'autres lieux accueillant des adolescents, répondant aux mêmes objectifs.

I3 : Promotion de la santé psychique des lesbiennes, gays, bisexuels et transgenres (LGBT)

Mesure nouvelle

Financé par le PAC santé psychique : oui

Les personnes LGBT jouissent d'un état de santé moins bon que la population prise dans son ensemble, notamment en matière de santé psychique, de comportements à risque et de suicidalité. De plus, la stigmatisation est reconnue dans la littérature comme étant un des freins importants pour le maintien de la santé mentale ainsi que pour la recherche d'aide ou de soins. La communauté LGBT est notamment touchée par cette stigmatisation. Afin de lutter contre cette stigmatisation ainsi que de proposer des interventions spécifiques d'information et de prévention aux personnes LGBT, une collaboration sera mise en place avec les acteurs cantonaux du domaine, à savoir notamment le Groupe Sida Neuchâtel et l'Association neuchâteloise Togayther. Les contours de l'intervention commune ne sont cependant pas encore définis à ce stade et l'année 2017 servira essentiellement à en dessiner les contours par la conclusion d'une convention de collaboration. Certaines pistes ont

été évoquées à ce stade, à savoir notamment des activités de sensibilisation des professionnels de la santé appelés à prendre en charge les personnes LGBT, une collaboration avec le site Blues-out, ou la mise en place d'une campagne de communication faisant appel à des témoignages (inspirée par exemple de la campagne It get's better).

I4 : Promotion de la santé à la Maison de santé

Mesure nouvelle

Financé par le PAC santé psychique : oui

La Maison de santé réunit, à Neuchâtel, les consultations infirmières à destination des personnes requérantes d'asile ainsi que la consultation Réseau Migration santé, pour les personnes ne bénéficiant pas de statut de séjour légal. A terme, la Maison de santé deviendra le maillon central pour la santé des populations vulnérables et le lieu d'orientation vers les autres ressources de santé. Un programme d'activités de promotion de la santé sera mis en place à la Maison de santé, intégrant notamment la thématique de la santé psychique. Ce programme, essentiellement d'éducation à la santé et d'animations axant sur le lien social, est un premier pas et devrait se développer vers un processus de réflexion plus large sur la promotion de la santé (dont psychique) dans les lieux de vie que sont les centres pour requérants d'asile.

I5 : Ateliers médias

Mesure existante, à développer

Financé par le PAC santé psychique : oui

La littérature démontre que la manière dont les médias abordent la question de la santé mentale a un impact sur cette dernière. En effet, la stigmatisation ressort comme un frein majeur à la recherche d'aide. De plus, la littérature laisse à penser que la manière dont les médias relatent le suicide peut être à l'origine d'un effet « Werther » (risque d'imitation et augmentation de la suicidalité) ou au contraire « Papageno » (axé sur les ressources d'aide et préventive). Le Service de la santé publique organise ainsi, en collaboration avec Stop Suicide et au minimum une fois par année, une action de sensibilisation à l'attention des médias cantonaux (en prévision : ateliers de réflexion, concours pour étudiants de l'UniNE, banque d'images). C'est aspect pourra également, le cas échéant, être abordé à l'échelle intercantonal. Les médias cantonaux bénéficient par ailleurs d'un document de synthèse régulièrement mis à jour et listant les ressources d'aide cantonales ainsi que des personnes de contact pour des interviews.

P1 : Distribution de la brochure « Promouvoir la santé dès le plus jeune âge » lors de la consultation des 34 semaines à la maternité.

Mesure existante

Financée par le PAC santé psychique : partiellement

L'objectif est de mettre à disposition de toutes les femmes accouchant dans le canton de Neuchâtel, une information concernant les ressources cantonales de conseil, de soutien et d'aide en lien avec la petite enfance. La brochure est distribuée systématiquement par la maternité d'Hôpital neuchâtelois, lors de la consultation de la 34^e semaine qui concerne plus de 90% des femmes accouchant dans le canton. La brochure est également disponible auprès des lieux accueillant des jeunes parents, notamment auprès des centres de puériculture et de divers professionnels de la santé. Elle est disponible également sur internet. Elle est actualisée régulièrement et existe en plusieurs langues.

P2 : ANAAP et Info-Entraide NE

Mesures existantes

Financées par le PAC santé psychique : non, sauf en cas d'activité spécifique

L'ANAAP est l'association neuchâteloise d'accueil et d'action psychiatrique. Elle accueille et soutient les personnes souffrant de problèmes psychiques et leurs proches et joue un rôle important dans la défense de leurs intérêts. Dans ce cadre, elle est soutenue par le canton et ses prestations de base ne sont pas comptabilisées dans le budget du présent plan d'action. Par contre, elle a également un rôle majeur à jouer dans l'objectif de déstigmatiser les problèmes liés à la santé psychique et pourra être soutenue spécifiquement pour des activités allant dans ce sens, dans le cadre du PAC.

Info-Entraide NE est l'association neuchâteloise chargée de promouvoir l'entraide autogérée. L'importance de l'entraide autogérée a effectivement été mise en exergue dans le *Plan d'action cantonal en 10 objectifs pour la santé mentale*. Info-Entraide NE est un partenaire important pour la mise en œuvre des objectifs cantonaux de promotion de la santé mentale. Ses prestations de base ne sont pas comptabilisées dans le budget du présent plan d'action. Par contre, elle joue comme l'ANAAP un rôle dans l'objectif de la déstigmatisation et pourra le cas échéant être soutenue spécifiquement pour des activités allant dans ce sens, dans le cadre du PAC. De même, si des groupes de paroles spécifiques en lien avec ce PAC voient le jour, leur soutien pourra être assuré par le budget du PAC (lien avec les projets pour les parents par exemple).

C1 : Santépsy.ch

Mesure existante, à développer

Financée par le PAC santé psychique : oui

Le canton de Neuchâtel a contribué activement à la conception du site romand santépsy.ch. Dans le cadre de ce PAC, le canton continuera à participer au développement, au maintien et à la promotion active de ce site auprès de tous les publics cibles pertinentes, selon un plan de communication qui sera élaboré par le groupe de travail intercantonal.

C2 : Information et sensibilisation des jeunes, des écoles et des lieux de formation

Mesure existante, à développer

Financée par le PAC santé psychique : oui

En complémentarité des interventions souhaitées en scolarité secondaire II (mesures I2), diverses actions d'information sont prévues pour les différents autres lieux fréquentés par les jeunes (école obligatoire, foyers, centres d'animation, etc.). Il s'agit d'une part d'organiser une campagne de communication annuelle, notamment autour de la Journée mondiale de la santé mentale, et d'autre part de capitaliser sur les moyens de communication existants. Ceci pour faire connaître les informations pertinentes liées à nos objectifs de garantir que les principaux lieux concernés aient accès à ces informations et puissent les relayer. Pour rappel, les messages à transmettre sont les suivants : tout le monde peut un jour être atteint dans sa santé psychique, on peut s'en sortir, parler ça aide, il y a des ressources d'aide dans le canton. Nous avons notamment prévu de :

- Fournir les informations concernant les ressources d'aide à disposition dans le canton aux écoles obligatoires, afin qu'elles les intègrent dans leur propre documentation, remise aux parents systématiquement en début d'année,
- Participer à une campagne de prévention initiée par Pro Juventute Arc Jurassien, spécifiquement axée sur les jeunes (2016-2017) et de participer à/ou mettre sur pied des campagnes d'informations annuelles pour les années suivantes, notamment autour de la journée mondiale de la santé psychique le 10 octobre,
- Rechercher un partenariat avec d'autres services de l'État afin de pouvoir créer et animer ensemble des contenus sur les réseaux sociaux,
- Fournir des informations pertinentes concernant les ressources d'aide à disposition dans le cadre de moyens d'information existants, comme par exemple le guide « Coup de pouce pour majeur » qui sera réédité et distribué largement dans le canton par le Service de protection de la jeunesse. Enfin, saisir de manière générale toute opportunité permettant de relayer nos messages.

Mesures en lien avec l'objectif 2

I6 : Tina et Toni Plus

Mesure existante, à développer

Financée par le PAC santé psychique : non

Le projet Tina et Toni est un projet d'Addiction suisse, basé sur le développement de compétences psycho-sociales chez les enfants de 4 à 6 ans. Le canton de Neuchâtel promeut activement le recours à ce matériel pédagogique dans les lieux d'accueil parascolaires et soutient les établissements dans leur mise en œuvre par l'organisation de trois séances de coaching pour les nouveaux utilisateurs et une demi-journée d'ancrage pour l'ensemble des utilisateurs (ceux des formations précédentes et les nouveaux). Une focale est actuellement mise sur le soutien du développement psychomoteur et sur l'activité physique, mais par le PAC, la focale sera élargie à la santé psychique. La promotion de l'offre auprès d'autres structures sera également analysée. Le recours à des projets similaires pour d'autres âges sera également évalué (Clever club/Sortir ensemble et se respecter).

I7 : Analyse des besoins dans les structures d'accueil parascolaire et les crèches (lien santé sexuelle)

Mesure nouvelle

Financée par le PAC santé psychique : oui

Il s'agit ici non pas réellement d'une intervention, mais de faire une analyse des besoins, attentes et expériences des lieux d'accueil parascolaire et les crèches en matière de santé psychique. Cette analyse des besoins pourra se faire de manière coordonnée avec une analyse des besoins en matière de santé sexuelle, deux thématiques largement connectées. Un mandat sera vraisemblablement confié pour cette analyse. Un plan d'action sera élaboré, notamment avec l'Association Neuchâteloise des Directeurs-trices d'Institutions de la Petite Enfance et le service étatique concerné.

I8 : Appel à projet pour les structures professionnelles d'animation socio-culturelle

Mesure nouvelle

Financée par le PAC santé psychique : oui

Afin de soutenir les lieux professionnels d'animation socio-culturels dans leur rôle crucial d'encadrement des jeunes, un appel à projet sera lancé. Un à trois projets devraient être soutenus chaque année. Nous passons volontairement par un appel à projet et non « l'imposition » d'une mesure prédéterminée, afin de permettre aux lieux concernées de mettre en œuvre de réels projets participatifs avec les jeunes qu'ils accueillent, dans une véritable démarche de santé communautaire locale.

I9 : Analyse des besoins pour les enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques

Mesure nouvelle

Financée par le PAC santé psychique : oui

La commission cantonale de psychiatrie et de santé mentale a identifié la problématique de la prise en charge des enfants dont les parents souffrent de problèmes psychiques, comme une mesure essentielle de prévention secondaire. En effet, ces enfants sont plus à risque de développer eux-mêmes des problèmes de santé psychique, suite au stress induit par leur situation.

Un état des lieux de l'existant, débouchant sur des pistes d'interventions, sera mené dans le cadre de ce PAC, en collaboration avec le Centre neuchâtelois de psychiatrie. Cette évaluation prendra également en compte les enfants dont les parents souffrent d'addiction, dont la situation est assez analogue.

P3 : Centres de puériculture et dépistage DPP

Mesure existante

Financée par le PAC santé psychique : non

Les centres de puériculture du canton accueillent (gratuitement dès 2017) les parents d'enfants de 0 à 4 ans et leur offrent conseils et soutien dans cette nouvelle étape de vie, dont l'impact sur la santé psychique a été démontré. En collaboration avec l'Hôpital neuchâtelois, un protocole de détection de la dépression post-partum (DPP) a notamment été mis en place, de même que des prestations de « Mommy help » (ou daddy help) pour soulager provisoirement un parent dans une situation de détresse (avec notamment un risque de DPP). Des activités de type socio-éducatives à l'attention des enfants et des familles complètent l'éventail (offre Le Patio). Les centres de puériculture collaborent par ailleurs avec de nombreux autres organismes ou institutions actives dans le canton et favorisent ainsi un bon niveau d'information sur ces questions.

P4 : Promotion de la santé dans le cadre scolaire

Mesure existante

Financée par le PAC santé psychique : non

Le système de santé scolaire a été récemment réformé dans le canton, laissant plus de place pour la promotion de la santé, dont notamment la promotion de la santé mentale. Les organes pour une gouvernance et une coordination plus fortes sont en place et déploieront des mesures au cours des prochains mois. Une coordination formelle est notamment instaurée avec le Service de l'enseignement obligatoire et le CAPPES – centre d'accompagnement et de prévention pour les professionnels des établissements scolaires.

Au niveau de la scolarité obligatoire, il sera examiné notamment, avec les acteurs de la santé scolaire, quels sont les besoins en formation et/ou de matériel pédagogique pour les enseignants ou

autres professionnels de l'école, afin de participer à la promotion de la santé mentale. Une attention particulière sera portée au projet « Bien dans ta tête, bien dans ta peau » mis actuellement en place, sous forme de projet pilote, par les cantons du Jura et du Valais (financièrement intégré dans C3).

Des activités de formation seront également organisées pour les professionnels de la santé scolaire (médecins et infirmier-ère-s) sur les thématiques de la santé mentale (financièrement intégré dans I11). Le CAPPES reste le centre cantonal de référence pour certaines questions en lien avec la santé mentale telles que la prévention de la violence, du (cyber-) harcèlement ou en cas de situation critique. Le canton participe également au Réseau d'écoles en santé (RES). La coordination entre le Service de la santé publique et le CAPPES et le RES sera assurée.

Pour mémoire : Autres mesures policy cantonales : Soutien à la ligne 147 - Stratégies cantonales en matière d'intégration précoce

Mesures existantes

Financées par le PAC santé psychique : non

Le canton de Neuchâtel connaît un nombre certain de mesures « policy », non financées dans le cadre de ce PAC, mais dont les objectifs et activités contribuent grandement à la promotion de santé psychique de la population. Elles ne sont donc pas détaillées ici, mais mentionnées dans le tableau des mesures de sorte à donner une image complète de la situation aux différentes étapes de vie et donner une image plus claire des acteurs en présence. Dans le cadre de ce PAC, l'objectif est de capitaliser sur ces ressources existantes et garantir la coordination. Ces acteurs sont donc concernés de près par la mise en réseau.

C3 : Campagne sur l'image saine du corps (Healthy Body Image)

Mesure nouvelle

Financé par le PAC santé psychique : oui

Les cantons latins collaborent étroitement en matière de promotion de la santé et notamment de santé mentale (par exemple site santepsy.ch). Une volonté commune de travailler sur la question de l'image saine du corps a notamment émergé. Les cantons du Jura et du Valais expérimentent actuellement le projet scolaire « Bien dans ta tête, bien dans ta peau » du programme québécois Equilibre. Le canton de Vaud est également partant, pour collaborer avec Neuchâtel, sur cette question auprès du « grand public ». Promotion santé suisse s'est également montrée intéressée à travailler sur ce thème, au niveau suisse. La manière détaillée n'est pas encore définie, mais l'objectif dans le cadre de ce PAC est de confirmer la collaboration intercantonale sur cette thématique durant l'année 2017 et de mener au moins une action commune de sensibilisation à ce sujet les années suivantes.

Mesures en lien avec l'objectif 3

I10 : Formation « Faire face au risque suicidaire »

Mesure existante

Financée par le PAC santé psychique : oui

Le Centre neuchâtelois de psychiatrie, en collaboration avec le Service de la santé publique, met en œuvre cette formation depuis 2015 dans le canton. Il s'agit d'une mesure fondamentale, de base, visant à former les professionnels multiplicateurs au problème du risque suicidaire, comment le « dépister », comment l'évaluer, comment le gérer et quelles sont les ressources d'aide à disposition dans le canton. Disposer de professionnels et multiplicateurs formés est en effet un prérequis aux activités de communication à destination du public.

I11 : Formations à la carte

Mesure existante, à développer

Financée par le PAC santé psychique : oui

Parallèlement à la formation susmentionnée, le Service de la santé public souhaite pouvoir répondre à des demandes de « formations à la carte », en fonction des besoins des professionnels multiplicateurs. Par exemple, une formation *ad hoc* des médiateurs scolaires a pu être organisée, à leur demande, avec notre appui. Des demandes des établissements de scolarité post-obligatoire sur les auto-mutilations ou les désordres alimentaires ont également été évoquées. Il est également prévu de proposer des formations régulières aux professionnels de la santé scolaire. Des sensibilisations plus larges, sur la santé psychique et ses déterminants, seront également soutenues. A nouveau, il nous semble primordial de pouvoir soutenir les professionnels non spécialistes de la santé psychique sur leur besoins concrets, plutôt que d'imposer des thématiques ou modes d'interventions standardisés. Dans une optique d'utilisation efficiente des ressources, les modules mis en place seront ouverts le plus largement possible aux corps de métiers potentiellement concernés. Les établissements soutenus seront également encouragés à aller au-delà de la simple sensibilisation, afin d'intégrer la prévention/promotion de la santé de manière globale et pérenne. Ces formations brèves sont donc à considérer également comme des « portes d'entrées ». Parallèlement, un modeste « programme de formation continue santé psychique » pourra être élaborée et promu par le PAC en fonction des opportunités et/ou lacunes constatées. Ceci permettra de mettre en valeur les ressources existantes dans le canton (Info-Entraide NE, As'trame, ANAAP, etc.).

I12 Sensibilisation des parents « Il n’y a pas qu’une seule façon d’éduquer »

Mesure nouvelle

Financée par le PAC santé psychique : oui

Le réseau Education donne de la force (EDF) est un réseau cantonal réunissant les institutions et associations intéressées à l’éducation des enfants. Elle réunit une soixantaine de membres collectifs engagés de près ou de loin dans le soutien à la parentalité dans des champs aussi divers que l’association des sages-femmes, les écoles des grands-parents, le mouvement de la condition paternelle ou le soutien lors de l’adoption. Le SCSP souhaite mettre à contribution ce réseau pour améliorer l’atteinte des parents et renforcer leurs ressources et compétences, leur transmettre des informations concernant la thématique de la santé mentale et promouvoir, là où c’est pertinent, une sensibilisation/formation à ce sujet. La première étape sera d’établir un inventaire des offres existantes et le faire connaître activement, de déterminer s’il y a des lacunes ou pas et déterminer dans quelle mesure elles peuvent être comblées. L’opportunité de groupes de parole « parents » sera également à examiner (en complémentarité avec femmetISCHE).

I13 : Mise en œuvre d'un programme d'intervention autour d'un "hotspot"

Mesure nouvelle

Financée par le PAC santé psychique : oui

Les contacts réguliers engagés avec le Centre neuchâtelois de psychiatrie et la police cantonale neuchâteloise ont permis d’identifier, dans le canton, l’émergence d’un « hotspot¹² » en matière de suicide. Sous l’impulsion de la police cantonale, un groupe de travail s’est constitué afin de déterminer ensemble les pistes de prévention possible. Dans le cadre de ce PAC, l’objectif est de finaliser ce travail et de faire une étude de faisabilité, en concertation avec les Service et autorités concernées par la gestion du site, obtenir une décision politique à ce sujet et mettre en œuvre le plan d’intervention décidé.

¹² Un hotspot est l’appellation donné à un lieu spécifique, accessible et en général public fréquemment utilisé pour des tentatives de suicide et est identifié par le public dans ce sens (traduction librement adaptée de Interventions to reduce suicides at suicide hotspots: a systematic review, Georgina Cox et al, BMC Public Health 2013, accessible sous <http://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-13-214>)

Mesures de mise en réseau

R1 : Commission cantonale de psychiatrie et de santé mentale

Mesure existante

Financée par le PAC santé psychique : oui

La commission cantonale de psychiatrie et de santé mentale est une commission pérenne du Conseil d'Etat, mentionnée dans la loi de santé. Elle réunit une quinzaine de membres d'horizons professionnels variés et officie en tant que « comité de pilotage » du PAC.

R2 : Réseau cantonal de santé mentale et de prévention du suicide

Mesure existante

Financée par le PAC santé psychique : partiellement

Le Service de la santé publique anime un réseau en lien avec la santé mentale au sens large, notamment par la tenue à jour d'un inventaire des acteurs (actuellement sur santepsy.ch), l'envoi régulier d'informations et l'organisation de lieu d'échange, de sensibilisation et de discussion. Cela se fait également au travers des activités générales de mise en réseau promotion de la santé (voir R3).

Néanmoins, la mise en réseau en matière de prévention du suicide a été identifiée par le canton comme une thématique prioritaire, d'une part en raison de son impact sur la santé, d'autre part en raison du développement récent de nombreuses initiatives publiques et privées. Le besoin d'une coordination renforcée spécifique s'est donc fait sentir. Cela sera fait par des rencontres régulières, sous l'égide du PAC, avec les acteurs principalement concernés (CNP, Stop Suicide, Pro Juventute, Parlons-en, etc.) sans cependant qu'une appellation spécifique à ce réseau ne soit communiquée, afin de maintenir l'accent sur la mise en réseau globale.

Une mesure complémentaire de cette mise en réseau sera également de confier à Parlons-en, qui est l'association neuchâteloise de prévention du suicide, l'organisation en collaboration avec les autres acteurs concernés, d'une rencontre thématique annuelle, sous forme de conférence par exemple. Cela permettra également de renforcer l'association, dont l'objectif est notamment le soutien des personnes et/ou les proches concernés par la problématique suicidaire. Cela soutient également l'objectif de déstigmatiser et faire connaître nos messages, de manière complémentaire aux aspects de formation des professionnels et aux aspects de communication plus large style « campagne ».

R3 : Activités cantonales de mise en réseau « promotion de la santé »

Mesures existantes

Financées par le PAC santé psychique : intégré partiellement dans RH

De manière générale, le SCSP anime le réseau de la promotion de la santé, notamment grâce à des activités régulières permettant aux professionnels de se rencontrer, d'échanger, de résoudre ensemble des questionnements communs. Sous forme de grand colloque annuel, d'échanges plus informels autour d'un petit déjeuner ou de groupes de travail spécifiques, la thématique de la santé mentale est largement prise en compte lors de ces moments d'échange, qui se veulent néanmoins transversaux en matière de promotion de la santé. Ces activités touchent les professionnels en lien avec la PPS, mais également les communes et les membres du Conseil de santé et de la Commission parlementaire de la santé.

R4 : Coordination au niveau intercantonal

Mesures existantes

Financées par le PAC santé psychique : intégré partiellement dans RH

La coordination au niveau intercantonal reste également un objectif majeur, notamment via la CPPS, l'ARPS, le Réseau suisse santé psychique, le groupe de travail latin et la participation aux journées de mise en réseau de Promotion santé suisse.

Pour toute information complémentaire

Direction stratégique :

Lysiane Ummel Mariani
Déléguée à la promotion de la santé
Service de la santé publique
Rue Pourtalès 2
2000 Neuchâtel
032 889 52 19
Lysiane.mariani@ne.ch

Direction opérationnelle :

Joanne Schweizer Rodrigues
Chargée de programme
Service de la santé publique
Rue Pourtalès 2
2000 Neuchâtel
032 889 52 35
Joanne.schweizer@ne.ch