

Conseil du futur U24

Manuel: Positions des parties prenantes

C'est parti! Voici une mine d'informations.

Chers conseillers et conseillères du futur,

Après des mois de préparation, le jour J est enfin arrivé. Plus de 1000 jeunes intéressés ont répondu à notre invitation à participer au Conseil du futur. Environ 80 ont été tirés au sort – vous toutes et tous – pour discuter, dans les mois à venir, du thème choisi par votre génération. La composition du Conseil du futur est le reflet idéal de votre groupe d'âge en Suisse: vous provenez de différents horizons (âge, sexe, langue, domicile, origine ou formation) et pouvez jouer le rôle de porte-paroles typiques de votre époque.

Selon un sondage représentatif mené auprès de quelque 5000 personnes âgées de 16 à 24 ans, une nette majorité de la jeunesse en Suisse a exprimé sa préférence pour le sujet «Santé mentale». Ici comme ailleurs, les problèmes psychologiques des adolescent:es et des jeunes adultes ne cessent de se multiplier. La santé mentale dépend de nombreux facteurs, et les défis se révèlent complexes. Pour établir des mesures et proposer des solutions, nous avons défini, avec le concours d'organismes majeurs, une question concrète sur laquelle vous vous pencherez dans les mois à venir.

Ces organisations et institutions sont aussi diverses que les intérêts qu'elles représentent dans le domaine de la santé mentale. Le premier week-end, vous assisterez aux conférences présentées par certaines de ces parties prenantes et vous aurez l'occasion de leur poser des questions sur place. Étant donné que toutes ne pourront pas être présentes, nous avons décidé de recueillir leurs positions sur la santé mentale dans ce petit manuel. Ces textes vous serviront d'inspiration et de pistes de réflexion, mais il n'y a aucune obligation de les lire ni de les intégrer dans votre raisonnement. En effet, à l'inverse des expert:es scientifiques et de leurs analyses, ces organisations expriment des avis et des points de vue spécifiques qui peuvent parfois diverger.

Nous vous souhaitons à toutes et à tous des journées stimulantes dans le cadre de ce projet pionnier et nous nous réjouissons de soutenir votre travail de manière efficace dans les semaines à venir.

Bien à vous,

Che Wagner et Lara Oliveira König, co-responsables du Conseil du futur U24



Table des matières

	Page
C'est parti! Voici une mine d'informations	3
Table des matières	5
Choix de la thématique et définition de la question	6
Les positions des parties prenantes	7
Careum	8
CSS	9
Association faïtière Familles arc-en-ciel	10
Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH	11
Association faïtière suisse pour l'animation socioculturelle enfance et jeunesse AFAJ	12
Commission fédérale des migrations CFM	13
Commission fédérale pour les questions liées aux addictions et à la prévention des maladies non transmissibles (CFANT)	14
Fédération Suisse des Psychologues (FSP)	15
Association professionnelle de la pédiatrie ambulatoire	16
Centre de compétence de la haute école spécialisée de Suisse orientale	17
Living Museum	18
Pro Juventute	19
Santé publique Suisse	20
Association Professionnelle Suisse de Psychologie Appliquée SBAP	21
Union patronale suisse	22
Centre de pédiatrie sociale, hôpital cantonal de Winterthour	23
Croix-Rouge Suisse	24
Fondation CareCross & Association Professionnelle Suisse d'Hypnothérapie APSH	25
Travail.Suisse et Jeunesse.Suisse	26
syndicom	27
UNICEF Suisse et Liechtenstein	28
ZETA Movement	29
Société zurichoise de psychiatrie et de psychothérapie	30
De l'espace pour tes notes personnelles	32
Publireportage Partenariat médias	42

Choix de la thématique et définition de la question

Le sujet de la santé mentale a clairement été plébiscité par les jeunes pour l'édition de 2023.

Il a été déterminé pendant un processus à plusieurs étapes:

- En janvier 2023, les jeunes de Suisse ont été appelés à nous communiquer les sujets qui les intéressent. Plus de 739 contributions valables ont été reçues de toute la Suisse.
- Les responsables du projet ont réparti ces propositions en thématiques.
- La commission thématique du Conseil du futur, composée de 30 membres, s'est réunie le 28 février 2023 pour discuter des thématiques. Elle en a sélectionné cinq: la santé mentale; l'éducation pour favoriser l'égalité des chances; la durabilité socialement viable; la migration et la cohésion sociale; la participation démocratique.
- De mi-mars à mi-mai 2023, 20 000 jeunes âgés de 16 à 24 ans ont choisi l'un de ces cinq sujets dans le cadre d'un sondage représentatif mené dans toute la Suisse. Le résultat a été sans ambiguïté: 40,1% des jeunes ont placé la santé mentale en tête de liste.

Nous avons invité par écrit plusieurs parties prenantes à nous soumettre des questions possibles et à participer à un atelier permettant de définir la question définitive.

La question définitive traitée par le Conseil du futur U24 est la suivante:

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Les positions des parties prenantes

Le Conseil du futur U24 sera ouvert à différents points de vue, opinions et expériences. C'est pourquoi vous avez été tirés au sort pour en devenir membres. Le Conseil du futur sera donc aussi représentatif que possible.

Conformément au règlement du Conseil du futur, chaque organisation, groupe informel ou institution (ci-après appelés les parties prenantes) dont le domaine d'activité et l'expertise sont liés à la thématique du Conseil du futur U24 (paragraphe 2.16) ou qui sont directement concernés par la thématique traitée par le Conseil du futur U24 (paragraphe 17.1) ont le droit de communiquer leurs avis aux membres du Conseil du futur U24

En juillet et août 2023, l'équipe chargée du projet a invité par écrit plus de 100 parties prenantes à faire part aux membres du Conseil du futur de leurs apports et de leurs positions sur le thème de la santé mentale. 24 parties prenantes ont répondu à cette invitation.

Tu trouveras ci-dessous les réponses des parties prenantes. Nous les avons classées par ordre alphabétique.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Plusieurs approches se soutenant réciproquement permettent d'améliorer la santé mentale des jeunes à long terme.

1. Premièrement, il faut promouvoir les compétences en matière de santé des enfants et des adolescent:es. Ils doivent être capables de trouver, de comprendre et d'évaluer des informations pertinentes pour leur santé. Sur cette base, ils pourront prendre des décisions quotidiennes favorisant leur santé en général, et leur santé mentale en particulier. Pour cela, des mesures de sensibilisation et de formation sont nécessaires.
2. Deuxièmement, ils doivent avoir un accès aisé à des informations faciles à comprendre, ainsi qu'à des consultations, à un suivi et à des thérapies.
3. Troisièmement, il faut combattre la stigmatisation des problèmes de santé mentale, y compris chez les jeunes. Des campagnes et un travail d'information appropriés amélioreront la sensibilisation à ce sujet, son acceptation et sa gestion par notre société.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

La santé mentale pendant la formation: les entreprises formatrices peuvent favoriser un bon départ dans la vie professionnelle

Le début de la vie professionnelle est une étape passionnante. On rencontre beaucoup de gens et c'est souvent la première fois que l'on gagne de l'argent. En même temps, on est confronté à de nombreuses nouvelles tâches. On doit répondre aussi bien aux exigences scolaires qu'à celles de l'entreprise formatrice. Il est essentiel de prendre soin de soi. Cela évite d'être dépassé par les événements et d'en souffrir mentalement. En prenant soin de sa santé mentale, on augmente la capacité d'apprentissage et la résistance au stress.

Voici comment les entreprises formatrices peuvent influencer positivement la santé mentale des jeunes qu'elles emploient:

1. Parler ouvertement de la santé mentale et transmettre activement des informations sur ce sujet.
2. Dans le travail quotidien, créer des espaces permettant d'être en pleine conscience.
3. Favoriser la capacité à gérer le stress, les échecs et les crises.

Association faïtière Familles arc-en-ciel



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

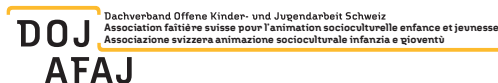
L'association faïtière Familles arc-en-ciel souhaite augmenter la visibilité de la communauté LGBTQIA+, notamment dans les écoles et les hôpitaux. Chaque école publique ou privée en Suisse devrait permettre (voire imposer) aux enseignant:es de parler de sujets queer aux élèves de tout âge, de la petite enfance jusqu'à l'adolescence. Des formations continues devraient être régulièrement proposées aux enseignant:es afin de permettre l'inclusion des personnes concernées et des enfants issus de familles arc-en-ciel ainsi que de lutter contre les différentes discriminations. Notre association propose du matériel pédagogique ainsi que des brochures d'information pour les adultes et des livres pour les élèves.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Le Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz LCH (association faîtière des enseignantes et enseignants suisses) considère la santé mentale des jeunes en Suisse comme une préoccupation majeure. Voici ce que notre association demande pour améliorer la situation:

1. Promouvoir la santé mentale dans le système scolaire: les écoles doivent être un espace sûr, permettant l'épanouissement et le développement. Les enseignant:es et les directions d'école ont besoin de formations adéquates, du soutien apporté par les services spécialisés ainsi que de ressources pour pouvoir réagir à temps aux problèmes.
2. Renforcer les relations sociales: les contacts sociaux sont essentiels pour le bien-être des jeunes. D'où l'importance d'encourager les activités de jeunesse, le sport et les loisirs.
3. Développer l'offre de soins destinés aux jeunes: les services spécialisés devraient fournir plus d'informations sur les maladies mentales; un accès plus rapide aux thérapies et le soutien des personnes concernées sont nécessaires.

**Association faîtière suisse pour
l'animation socioculturelle enfance
et jeunesse AFAJ**



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. En matière de santé mentale (en particulier pour le dépistage précoce et la prévention), les offres et les personnes de référence extrascolaires sont des facteurs essentiels pour stabiliser et protéger les enfants et les jeunes. Ces structures devraient être développées au niveau communal dans toute la Suisse.
2. Un travail d'éducation et de sensibilisation devrait être effectué et encouragé dans tous les domaines touchant à l'éducation et à la vie des jeunes. D'autres mesures devraient être prises (prévention, diagnostic, intervention, suivi) et les programmes de prévention devraient inclure les enfants et les adolescents en fonction de leur âge. Toutes les offres devraient être facilement accessibles et disposer de capacités suffisantes.
3. Il est essentiel que soient régulièrement recueillies des données sur la santé mentale des enfants et des adolescents ainsi que sur l'offre de services psychiatriques et psychothérapeutiques. Cela permettrait d'assurer qu'une prise en charge adéquate soit garantie.

Commission fédérale des migrations CFM



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössische Migrationskommission EKM
Commission fédérale des migrations CFM
Commissione federale della migrazione CFM
Federal Commission on Migration FCM

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

L'inclusion et l'égalité des chances sont essentielles.

1. Valoriser socialement les jeunes (indépendamment de leur nationalité, de leur origine migratoire, de leur sexe, etc.) et pratiquer une politique d'inclusion sont indispensables. Actuellement, il existe un grand potentiel d'amélioration en termes d'accès aux droits civiques et dans l'organisation participative des lieux de vie.
2. Les droits de l'enfant devraient être mieux protégés dans les processus législatifs et dans la pratique des autorités, y compris en ce qui concerne la migration. Des mesures d'intégration globales sont nécessaires pour tous les jeunes migrant:es. Il s'agit d'investir dans leur formation, leur vie professionnelle, leur intégration à long terme et leur éventuel retour au pays.
3. Au niveau des institutions, il est important de favoriser les innovations et de développer les compétences afin de lutter contre la discrimination structurelle des jeunes issus de l'immigration. Cela implique aussi d'améliorer les conditions de vie des groupes marginalisés et vulnérables.

Commission fédérale pour les questions liées aux addictions et à la prévention des maladies non transmissibles (CFANT)

Eidgenössische Kommission für Fragen zu Sucht und Prävention nichtübertragbarer Krankheiten
Commission fédérale pour les questions liées aux addictions et à la prévention des maladies non transmissibles
Commissione federale per le questioni relative alle dipendenze e alla prevenzione delle malattie non trasmissibili
Cumissiun federala per dumondas davart la dependenza e davart la prevenziun da malsognas betg transmissiblas

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Les bases de la santé mentale sont posées dans la petite enfance. La CFANT recommande donc de mettre l'accent sur les mesures destinées aux familles les plus défavorisées:

1. Améliorer les conditions socio-économiques: réduire la pauvreté est l'une des mesures prioritaires permettant de renforcer la santé mentale des parents et de leurs enfants. Cela implique un accès universel à des services de garde de qualité, dont les enfants issus de milieux démunis bénéficient beaucoup.
2. Il est prouvé que les programmes de soutien facilement accessibles aux parents de jeunes enfants ont un effet positif sur leurs compétences éducatives et, par conséquent, sur le bien-être psychologique des enfants défavorisés. Des services de proximité facilement accessibles, par exemple sous forme de visites à domicile, sont essentiels.

Fédération Suisse des Psychologues (FSP)



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

En Suisse, le nombre de places en psychothérapie est inférieur à la demande. C'est particulièrement vrai chez les enfants et les adolescent:es. Cette situation a été aggravée par la pandémie.

La FSP voit trois solutions possibles:

1. Élargir les possibilités de formation continue dans le domaine des enfants et des jeunes: une offre plus large augmenterait le nombre de spécialistes dans ce domaine.
2. Renforcer la prévention et la sensibilisation: les adultes en contact régulier avec des enfants et des jeunes devraient être mieux informés sur les maladies mentales, leurs manifestations et les points de contact en cas de soupçon.
3. Créer plus de places ambulatoires et résidentielles: en cas de maladie mentale, un traitement professionnel précoce est essentiel. Cela peut permettre d'éviter que des maladies ne deviennent chroniques ou que des mesures lourdes (séjours en clinique, etc.) ne soient nécessaires.

Association professionnelle de la pédiatrie ambulatoire



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. Élaborer une base de données sur la santé mentale des jeunes: pour favoriser la prévention et l'information sur la santé mentale, nous avons besoin en Suisse de meilleures données sur ce sujet dans ce groupe d'âge.
2. Sensibilisation et offres faciles d'accès: les jeunes doivent être mieux informés sur l'importance de la santé mentale, par exemple dans les écoles et les lieux d'apprentissage. Parallèlement à cela, il devrait y avoir des offres faciles d'accès où les jeunes peuvent être aidés simplement..
3. Augmenter l'offre de soutien professionnel: la Suisse manque de psychologues et de psychiatres suffisamment formés pour les enfants et les adolescent:es. D'où l'importance de créer des conditions cadres permettant que les enfants et les jeunes qui ont besoin d'aide soient conseillés et accompagnés en temps voulu et de manière compétente.

Centre de compétence de la haute école
spécialisée de Suisse orientale



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. Mieux interconnecter les lieux de vie: par exemple, les entreprises formatrices devraient travailler plus étroitement avec les écoles professionnelles. Les entreprises formatrices devraient garantir des conditions égales à tous les jeunes. Ce qui n'est pas du tout le cas dans la réalité.
2. Adapter la prévention et promouvoir la santé mentale: la littérature scientifique dit, par exemple, que la pleine conscience est bénéfique. Pourtant, cette recommandation ne convient pas à tous les jeunes. D'où l'importance d'approches spécifiques à chaque situation et proches des besoins.
3. Favoriser la réflexion et la différenciation: le stress n'est pas forcément synonyme de santé mentale, contrairement à l'erreur que certaines organisations continuent de commettre. De fait, la santé mentale se définit de manière beaucoup plus large. Pour nous, cela inclut des critères de qualité. De nombreux acteurs évoluent dans le domaine de la santé mentale sans avoir suivi de formation spécialisée. Ce qui peut entraîner des dommages malgré les meilleures intentions.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Créer plus d'offres de soin faciles d'accès, locales et surtout dénuées de lien précoce avec un diagnostic ou une stigmatisation. En effet, il suffit souvent de rencontrer des personnes du même âge ou partageant les mêmes idées dans une atmosphère sûre et détendue. Cela permet d'être soi-même sans être obligé de parler tout de suite. La discussion s'engage alors automatiquement sur la base d'une passion commune.

Pour que cela soit possible, il faut briser les conditions cadres: aujourd'hui, tout dépend des questions «qui va payer?» (l'assurance de base, une assurance complémentaire, l'assurance invalidité, etc.), «comment facturer?» (à l'heure, au forfait, par bon, etc.). Mais cela ne tient pas compte des attentes des personnes concernées et/ou de leurs familles.

Les offres médicales existantes ne sont destinées aux enfants et aux adolescent:es que jusqu'à 18 ans. Passé cet âge, ces personnes sont officiellement considérées comme des adultes en psychiatrie. Cela déclenche parfois de fortes angoisses. Pour terminer, le sujet de la vie professionnelle est délicat: dans ce contexte, la stigmatisation est reine, alors qu'il faudrait trouver des exemples positifs.

Pro Juventute



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Les enfants et les jeunes subissent une charge mentale accrue. D'où la nécessité de renforcer immédiatement les services de première consultation faciles d'accès comme le numéro de téléphone 147. Ces services de première consultation devraient être mieux connus du groupe cible. Par ailleurs, les offres de soins psychothérapeutiques et psychiatriques en aval gagneraient à être renforcées et développées. Enfin, il faut davantage de prévention afin de favoriser la résilience et la santé mentale des enfants et des jeunes. Tout cela pourrait être possible grâce à des offres suffisantes (encouragement précoce des très jeunes enfants; apprentissage de la gestion active du stress; éducation active aux médias; etc.).

Santé publique Suisse



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. Il faut davantage de recherches et d'études afin de comprendre les causes du déclin de la santé mentale chez les jeunes et de pouvoir prendre des mesures adéquates.
2. Il faut davantage d'offres faciles d'accès et de places de thérapie pour les jeunes.
3. Il faut un débat de société avec des jeunes, des adultes et des spécialistes pour discuter des facteurs tels que l'accès et l'utilisation des réseaux sociaux, la protection du climat, etc.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. Dans le domaine de l'éducation: il faudrait mettre en place un accompagnement psychologique de courte durée dans tous les établissements d'enseignement afin de pallier les crises aiguës jusqu'à ce que les enfants/adolescent:es aient trouvé un accompagnement approprié à long terme, ainsi que pour assurer la prévention.
2. La mise en œuvre de certaines mesures de compensation des désavantages n'est toujours pas satisfaisante. D'où l'appel lancé aux établissements d'enseignement pour qu'ils rediscutent de la mise en œuvre.
3. Dans le domaine du travail: il y a un fort potentiel dans les modèles de travail flexibles permettant de mieux concilier les différents domaines de la vie.
4. Fondamentaux: promouvoir les offres, allant du soutien psychologique jusqu'à la psychothérapie. Réduire les longs délais d'attente et éviter ainsi la détérioration de la santé mentale qui en découle souvent. C'est pourquoi la SBAP œuvre pour que les conseillers et conseillères psychologiques certifiés par nos soins puissent être facturés via l'assurance complémentaire.

Union patronale Suisse



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

La sensibilisation est essentielle. D'où l'importance de sensibiliser les employeurs:euses et les employé:es afin de favoriser la prévention des problèmes liés à la santé mentale. Par ailleurs, la flexibilité des horaires de travail et la possibilité de planifier les journées aident souvent les employé:es.

Centre de pédiatrie sociale, hôpital cantonal de Winterthur



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. Introduire la matière «Santé & Vie» dans les écoles: enseigner des compétences pratiques sur différents sujets (santé mentale; bien-être et équilibre psychiques; alimentation durable; sommeil; activité physique; gestion du stress; entraînement à l'apprentissage; thèmes liés à la vie; utilisation judicieuse des réseaux sociaux; efficacité personnelle; santé planétaire) avec une cocréation conceptuelle par les jeunes, les enseignant:es, les employeurs:euses, les parents, les personnes concernées et les spécialistes, moyennant un ancrage légal ainsi que suffisamment de ressources.
2. Développer un modèle de société «durable» plutôt que «performante» par le biais d'un groupe de réflexion commun avec les milieux économiques, politiques, liés à la formation, la santé et la science ainsi qu'avec les jeunes (#PlanetaryHealth, #responsabilitéclimatique, #responsabilitéenvironnementale).
3. Revalorisation sociale de la famille; garantir des salaires/opportunités de carrière identiques quel que soit le genre; mieux rémunérer les professions psychosociales; augmenter les centres de santé intégratifs; encourager les données nationales ainsi que les études à long terme sur la santé mentale: temporairement, élargir l'offre de conseil et de traitement.

Croix-Rouge Suisse Jeunesse



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

En premier lieu, nous souhaitons que l'on parle plus ouvertement de la santé mentale et que ce sujet ne soit plus autant stigmatisé. En effet, si l'on n'aborde pas ce sujet, il n'est pas possible de provoquer des changements. Par ailleurs, la santé mentale est étroitement liée à la santé physique. Nous souhaitons également une approche plus large du problème. Concrètement, il faudrait mieux mettre en réseau les différentes organisations actives dans le domaine. L'objectif serait de permettre à toutes les personnes concernées de recevoir le soutien nécessaire au bon moment. De plus, nous voudrions que les jeunes soient formés sur le sujet et qu'ils deviennent des «ambassadeurs:drices» auprès du grand public et favorisent ainsi la sensibilisation. Enfin, le sujet de la santé mentale devrait aussi être abordé en lien avec le bénévolat.

Fondation CareCross & Association
Professionnelle Suisse d'Hypnothérapie
APSH



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Les sportifs et sportives de haut niveau utilisent quotidiennement des outils de mentalCARE pour réaliser des performances. Leurs techniques (se représenter leur capacité; travail avec l'inconscient; autohypnose) peuvent être apprises par tout le monde (et d'une manière facile par tous les jeunes) pour surmonter les angoisses, augmenter l'estime de soi et réussir toutes sortes d'examens.

Les personnes qui prennent soin de leur mental et utilisent des outils de mentalCARE stimulent leur force de résilience et mènent une vie plus facile. Le mentalCARE a donc sa place dans les écoles et les lieux d'apprentissage, au travail, dans les clubs (de sport) ainsi que dans les familles. Il devrait donc être inclus dans la formation des enseignant:es, des chef:fes, des entraîneurs:euses et de tous les responsables légaux. Les prestataires de formation publics et privés devraient inclure le mentalCARE dans leurs programmes de formation et proposer des cours aux personnes intéressées.

Les institutions de santé (y compris les caisses maladie) sont appelées à favoriser la prévention de la souffrance psychique grâce au mentalCARE et à verser des contributions de soutien.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Jeunesse.Suisse, l'organisation de jeunesse de Travail.Suisse, considère la santé mentale des jeunes comme un sujet essentiel.

Pour améliorer la situation, il faudrait d'une part des mesures préventives, par exemple des changements structurels favorisant la conciliation de l'école professionnelle et de l'apprentissage, qui représente actuellement une charge très lourde. Un moyen possible serait d'accorder six semaines de vacances aux apprenti:es. Par ailleurs, les personnes qui encadrent les apprenti:es devraient être mieux formées. Aujourd'hui, dans le secteur de la restauration par exemple, un cours de cinq jours est suffisant. La prévention devrait également être renforcée par l'éducation à la santé mentale.

D'autre part, les offres sont actuellement souvent insuffisantes en cas d'urgence. Cela entraîne de longs délais d'attente. Il faudrait des offres et des places appropriées et en nombre suffisant dans le domaine de la psychiatrie des jeunes. Cela éviterait que les problèmes psychiques ne s'aggravent et qu'ils ne retardent (ou rendent impossible) l'entrée dans la vie professionnelle, une étape importante pour l'équilibre psychique.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

syndicom propose, entre autres, les mesures suivantes pour améliorer la santé mentale des jeunes en Suisse:

1. Réduire le temps de travail
Sous l'impulsion de la jeunesse syndicale, le Conseil suisse des activités de jeunesse (CSAJ) a demandé une réduction du temps de travail rémunéré pour les apprenti:es et les jeunes adultes. Les syndicats s'engagent particulièrement pour cette revendication. De fait, il est prouvé qu'une réduction du temps de travail améliore la santé physique et mentale des jeunes travailleurs et travailleuses.
2. Informer pour lutter contre la stigmatisation et la discrimination
En Suisse, les personnes concernées devraient pouvoir parler de leurs problèmes et maladies psychiques ou de leur stress afin de réduire la stigmatisation et la discrimination. À cet égard, l'information et la sensibilisation sont essentielles, y compris sur les lieux de travail et dans les discussions avec les employeurs:euses.



Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

Les pathologies mentales sont un problème mondial qui touche une personne sur quatre au cours de sa vie. Les facteurs de risque sont la pauvreté, la violence, les discriminations, la maladie et les crises. De fait, les conditions dans lesquelles nous vivons ont une grande influence sur notre santé en général et sur notre bien-être psychologique. UNICEF Suisse et Liechtenstein estime qu'il est urgent d'agir pour améliorer la situation en Suisse:

1. Les données concernant la santé mentale des jeunes doivent être améliorées. Des études sont nécessaires afin de mettre en évidence les lacunes, de développer des mesures axées sur les besoins et de quantifier l'impact de ces dernières.
2. La stigmatisation autour de la santé mentale doit être éliminée. Cela pourrait être réalisé par des campagnes de sensibilisation et par l'implication des jeunes.
3. Il faut créer des alliances, pratiquer le lobbying et faire participer les jeunes. Tous les secteurs de la société doivent apporter leur contribution pour améliorer la santé des jeunes. Ce n'est qu'ensemble que nous parviendrons à changer les choses.

ZETA Movement



ZETA Movement
Youth for Mental Health Awareness Switzerland
Für einen offenen und ehrlichen Dialog zur Psychischen Gesundheit
Pour un dialogue ouvert et honnête sur la santé mentale
Per un dialogo aperto e sincero sulla salute mentale

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?

1. Offrir de l'aide immédiate en cas de crise aiguë, supprimer les délais d'attente
De nos jours, il y a beaucoup trop peu de places dans les institutions psychiatriques, chez les psychologues et dans les offres faciles d'accès destinées aux jeunes. Les délais d'attente sont parfois extrêmement longs. Ils devraient être réduits de toute urgence. On pourrait remédier à cette situation en élargissant les offres disponibles en cas de crise aiguë. Cela éviterait que de nombreux jeunes soient privés de thérapie ou d'autres formes d'aide pendant de longues périodes.
2. Formation continue pour les décideurs et décideuses
Bien souvent, les personnes qui prennent des décisions en matière de santé mentale chez les jeunes ne sont pas suffisamment formées et informées. Des formations continues joueraient un rôle essentiel dans ce contexte.
3. Renforcer les offres de prévention et les faire connaître
En Suisse, il existe de nombreuses offres de prévention, mais elles ne sont pas assez connues (source: Sotomo, «Les jeunes en Suisse durant la pandémie»). Il faudrait remédier à cette situation et mettre à disposition un large éventail d'offres faciles d'accès.

Quelles mesures la Suisse doit-elle prendre pour créer des conditions cadres permettant d'améliorer la santé mentale des jeunes, en particulier dans les domaines de l'éducation, du travail, des loisirs, de la famille et de la santé publique?


Pour faire face au nombre croissant de personnes souffrant de troubles psychiques (jeunes, en particulier) en Suisse, la ZGPP estime qu'il faudrait en premier lieu agir sur la situation des soins (offre). Elle considère les mesures suivantes comme prioritaires dans ce domaine:

1. Offrir plus de places d'études pour la médecine (entre autres avec des ajustements du numerus clausus en faveur de la psychiatrie). La Suisse doit former elle-même davantage de personnel médical spécialisé et réduire ainsi sa dépendance vis-à-vis de l'étranger.
2. Promouvoir la relève auprès des étudiant:es en médecine (entre autres, mentoring de la psychiatrie grâce à une présence accrue dans les universités). Actuellement, trop peu d'étudiant:es entament une spécialisation en psychiatrie et psychothérapie, particulièrement en raison de la stigmatisation ambiante.
3. Renforcer la psychiatrie ambulatoire (notamment en augmentant la valeur du point tarifaire).

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a guide for handwriting notes.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.


De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a guide for handwriting notes.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a guide for handwriting notes.


De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.

De l'espace pour tes notes personnelles

A large grid of dots for taking personal notes. The grid consists of 20 rows and 40 columns of small, evenly spaced dots, providing a structured space for writing.

Rouge, orange ou vert: un feu de signalisation pour les fake news

Des élèves d'écoles professionnelles bricolent des outils pour vérifier la véracité des infos. Une initiative soutenue par la SSR.

Âgé de 24 ans, Pascal Straumann est dessinateur en bâtiment et se prépare à la maturité professionnelle. Il s'est plongé dans le thème des fake news dans le cadre du programme d'apprentissage «myidea»: «Je trouve passionnant de savoir quels intérêts se cachent derrière une déclaration. Existe-t-il des déclarations complètement neutres? Ce qui est intéressant, c'est de savoir qui est derrière, si la personne est impliquée financièrement, par exemple.»



Pascal Straumann



Je trouve passionnant de savoir quels intérêts se cachent derrière une déclaration. Existe-t-il des déclarations complètement neutres?»

Pascal Straumann, participant au programme «myidea»

Pascal Straumann a développé une idée commerciale pour vérifier la véracité des informations. «Je me suis inspiré du label alimentaire NutriScore. Si une information ou une affirmation est correcte, il y a une coche verte; en cas de doute, elle s'allume en orange; et si elle est fautive, elle est rouge.»

Pascal Straumann a imaginé que chaque information, chaque vidéo passe par différentes étapes avec les questions suivantes: l'image peut-elle être attribuée à un

pays, où se situe-t-elle exactement, qui en est à l'origine ou qui l'a réalisée, et quel est son degré de véracité? Pour le financement, il a pensé à des dons anonymes et à des expert-e-s engagé.e.s. «Une telle idée commerciale n'est probablement pas réalisable, c'était théorique. Mais je trouverais déjà bien de pouvoir vérifier rapidement et simplement la véracité de contenus.



Je trouverais déjà bien de pouvoir vérifier rapidement et simplement la véracité de nouvelles, de vidéos ou de déclarations.»

Pascal Straumann, participant au programme «myidea»

L'objectif du programme d'apprentissage «myidea», soutenu par la SSR, est de tester de telles idées d'entreprise. Les jeunes entrepreneurs et entrepreneuses y reçoivent les outils nécessaires pour faire leurs preuves sur le marché. «Penser et agir dans un esprit entrepreneurial signifie justement aussi faire usage de son esprit critique», précise Georg Berger, directeur BBZ Olten et président du Centre suisse pour la pensée et l'action entrepreneuriales (csPAE). «Quiconque entend résoudre des problèmes doit d'abord les identifier, puis examiner les faits et valider ses propres hypothèses – ce sont tous des éléments de la pensée critique.»



Quiconque entend résoudre des problèmes doit d'abord les identifier.»

Georg Berger, directeur BBZ Olten et président csPAE.

La pensée critique est justement importante pour l'innovation ainsi que pour reconnaître les cas de désinformation. Les fake news et les théories du complot existaient déjà autrefois, mais avec le développement numérique, elles se répandent aujourd'hui plus rapidement que jamais. Les projets comme «myidea», qui renforcent la pensée critique, apportent une réponse essentielle à ce problème.

Auteure: Daniela Huwyler

L'esprit critique et les compétences média sont indispensables à la démocratie directe. C'est pourquoi la SSR a conclu un partenariat avec la Conférence suisse des directrices et directeurs d'écoles professionnelles (CSD). Le programme d'apprentissage «myidea» a pour objectif d'offrir les mêmes chances à tous les élèves d'écoles professionnelles et de leur donner l'occasion d'acquérir des compétences entrepreneuriales. «La SSR et la CSD ont des intérêts similaires. Il est donc logique qu'elles soutiennent ensemble les jeunes», déclare Georg Berger, président csPAE.

Plus de **200 enseignant.es** ont déjà été formé.es à ce cursus particulier, et quelque **3000 apprenant.es** de toute la Suisse ont déjà participé à «myidea». publicvalue.srgssr.ch



COHÉSION



1 entreprise média, plusieurs langues

La SSR est la seule entreprise média de Suisse à produire des contenus audiovisuels dans les quatre régions linguistiques et dans toutes les langues nationales.

DÉMOCRATIE



La politique dans les quatre langues nationales

La SSR est partenaire de production de la Confédération et enregistre tous les débats du Parlement. Et ce, dans les quatre langues nationales.

JEUNESSE



«Fight Fake News» pour 5000 écolier.ères

La SSR soutient le programme «myidea», au travers duquel 5000 élèves d'écoles professionnelles apprennent à déceler les fake news.

Les organismes responsables sont la commission suisse pour l'UNESCO et la Société suisse d'utilité publique (SSUP).
La mise en œuvre du projet a été confiée à Pro Futuris, le Think + Do-Tank de la SSUP.



Schweizerische Gemeinnützige Gesellschaft
Société suisse d'utilité publique
Società svizzera di utilità pubblica
Societad svizra d'utilitad publica

Pro Futuris Think
+
Do Tank

Le Conseil du futur U24 a pu être mis en place grâce au soutien généreux de nos sponsors et partenaires.



Kanton Zürich
Gemeinnütziger Fonds



Auberges de
Jeunesse Suisses®



MIGROS
Pour-cent culturel

Loterie Romande

Fonds Swisslos des cantons d'Argovie, de Saint-Gall, de Soleure et
de Lucerne

Larix Foundation