

www.santépsy.ch, un site latin pour promouvoir la santé mentale

Réseau Santé Psychique Suisse, 2 mars 2017

Alexia Fournier Fall / CPPS

Partenaires du projet

- Les partenaires

CLASS | Conférence Latine
des Affaires
Sanitaires et Sociales

Coraasp
Coordination Romande des Associations
d'Action pour la Santé Psychique

- Le financement

- Cantons de JU/NE/VD/FR/GE/VS/TI (pour l'adaptation en italien)
- Loterie Romande
- Promotion Santé Suisse (campagne de promotion du site 2017)

Objectifs généraux

- Sensibiliser la population aux questions de santé psychique
- Réaliser un portail d'informations générales sur la santé psychique
- Répertorier et rendre accessible les offres de prestations existantes en Suisse latine
- Promouvoir l'existence du site de façon à en faire une source d'informations et d'orientation connue largement

Objectifs complémentaires

- Contribuer à rendre la santé psychique naturelle et moins «taboue»
- Favoriser la dé-stigmatisation des personnes affectées dans leur santé psychique

Construction du site **santépsy.ch**

Des contenus, un visuel et un outil technique déclinés dans cette perspective de promotion de la santé (et non un site sur les maladies psychiques)

- Des contenus élaborés de façon graduelle, en prenant en compte le chemin de la vie, dans une vision de la santé considérée un *continuum*
- Rédigés dans un langage très accessible (partenariat avec l'association Lire & Ecrire); adressé au public dans un langage personnalisé «vous/nous/»)
- Relus par un comité de relecture intercantonal composé de différentes expertises
- Adaptation en allemand et en italien en cours
- Une base de données répertoriant les offres disponibles dans les cantons latins
- Une place donnée aux témoignages
- Un visuel positif et «léger» (photos, mixité des personnes, tranches de vie, activités ...)
- Un développement technique en mode «responsive»

Construction du site santépsy.ch

Les thématiques abordées

- Prendre soin de sa santé mentale (je me pose des questions sur ma santé psychique ou celle d'un proche ; que faire ? → en parler, demander de l'aide, que faire en cas d'urgence)
- Les différentes étapes et moments de la vie qui peuvent l'influencer (changements au cours de la vie ; vie familiale ; vie professionnelle ; problèmes de santé physique ; sexualité ; migration ; violences, maltraitements, abus ; addictions et dépendances ; etc.)
- Les principaux troubles psychiques et comment y faire face (troubles anxieux ; troubles bipolaires ; schizophrénie ; troubles addictifs ; troubles du comportement alimentaire ; troubles de la personnalité borderline ; détresse existentielle et suicide)
- Des témoignages des personnes concernées et de proches (il s'agit aussi de messages d'espoir, montrant que l'on peut vivre avec un trouble psychique même si on ne peut le surmonter complètement)
- Un répertoire des offres d'aide et de soutien disponibles en Suisse romande (base de données répertoriant les principales offres en Suisse romande, destinée à être régulièrement étoffée avec de nouvelles offres en lien avec la promotion de la santé mentale)



Roger, 47 ans

Suite à mon grave accident de chantier, j'ai souffert de dépression...

→ Tous les témoignages



ACTUALITÉS

VIE ET SANTÉ
PSYCHIQUE

QUE FAIRE ?

TROUVER
UNE ADRESSE

TÉMOIGNAGES

QUI SOMMES-NOUS?

SANTÉPSY, ON EN PARLE!

La santé mentale nous concerne tous. Une personne sur deux est touchée un jour ou l'autre dans sa santé psychique. Il est important de s'intéresser à ce qui contribue au bien-être et à une bonne santé mentale.

Lorsqu'un trouble psychique survient, la personne concernée et son entourage se sentent bien souvent démunis, voire isolés. C'est pourquoi il est indispensable de pouvoir trouver rapidement de l'aide.

Je me pose des questions sur ma santé psychique

Est-ce que tout vous paraît soudain différent ? Etes-vous angoissé-e tout en ne sachant pas ce qui se passe ?

Je m'inquiète pour la santé d'un

Vous avez remarqué qu'une personne que vous aimez ne va pas

Barbara, 18 ans

Mon père souffre d'un trouble bipolaire; c'est important pour moi de pouvoir en parler...

Tous les témoignages



ACTUALITÉS

VIE ET SANTÉ
PSYCHIQUE

Vie et santé psychique

QUE FAIRE ?

TROUVER
UNE ADRESSE

TÉMOIGNAGES

QUI SOMMES-NOUS ?

SANTÉPSY, ON

La santé mentale nous concerne tous un jour ou l'autre dans sa vie. Elle est ce qui contribue au bien-être de chacun.

Lorsqu'un trouble psychique survient, l'accompagnement et l'entourage se sentent concernés. Il est indispensable de pouvoir en parler.

Ce site internet informe sur la santé mentale et répertorie les offres d'aide.

Qu'est-ce que la santé psychique?

Que faire pour prendre soin de sa santé psychique?

Événements de la vie qui peuvent affecter la santé psychique

Contexte de vie et santé psychique

Les principaux troubles psychiques

Détresse existentielle et suicide

Je me pose des questions sur ma santé psychique

Est-ce que tout vous paraît soudain différent ? Etes-vous angoissé-e tout en ne sachant pas ce qui se passe ?

Je m'inquiète pour la santé d'un proche

Vous avez remarqué qu'une personne que vous aimez ne va pas bien, qu'elle ne se comporte pas comme d'habitude ?

Promotion du site

- Nécessité de promouvoir le site auprès de la population et des professionnels
- Organisation d'actions de communication en plusieurs phases:
 - Lors du lancement, 10.10.2016 : communiqué de presse bien repris dans la presse romande, information aux organisations de promotion de la santé et aux organisations en lien avec la santé mentale
 - Nov-déc. 2016: information via les réseaux dans les cantons, présence lors du Salon Planète santé, articles thématiques dans différents médias
 - Avril 2017: Mailing avec matériel promotionnel aux médecins généralistes, psychiatres, pédiatres, pharmacies, hôpitaux, centres médicaux ambulatoires.
 - Octobre 2017: film promotionnel à l'intention de la population
- 2018: réflexion stratégique pour une promotion via les réseaux sociaux (Facebook, Twitter, etc...)

Intérêt du projet

- Un portail d'informations latin dédié à la santé psychique en 3 langues
- Un projet intercantonal de promotion de la santé
- Un partenariat public-privé
- La possibilité pour les organisations de se référencer et de transmettre leurs actualités
- Une base de références commune à l'ensemble des cantons latins
- Une base pour des campagnes de communication autour de la promotion de la santé psychique

Merci de votre attention