

# 10 recommandations pour promouvoir la santé mentale à Genève

Rencontre des membres RSP  
Anne-Marie Trabichet

# Contexte et démarches

- 2008-2015: Alliance genevoise contre la dépression
- 2014: Objectif du Conseil d'Etat
- 2014-2017: Révision de la politique cantonale PSP
- 2014: Enquête auprès de 59 acteurs concernés par la santé mentale à Genève
- 2015: Forum Ouvert avec les acteurs genevois
- 2015-2017: Groupe de travail "Promotion de la santé mentale"

# Groupe de travail

- "Selon vous, quels sont les principaux enjeux et priorités en matière de promotion de la santé mentale à Genève?"
- "Si vous aviez latitude et budget illimités, que choisiriez-vous de faire, créer ou changer pour promouvoir la santé mentale et prévenir les troubles psychiques à Genève?"

# Lignes directrices

- Périmètre de travail: la promotion de la santé et la prévention
- Définitions: les continuums de la santé psychique
- Base de travail: les déterminants de la santé mentale

# 3 principes généraux

- La transversalité: coopération intersectorielle avec les domaines de l'éducation, du social, de l'emploi, de l'environnement ou de la sécurité.
- La participation des personnes concernées: le public cible est la population générale avant qu'elle ne soit atteinte dans sa santé.
- La santé mentale tout au long de la vie: travailler sur les facteurs de risque et de protection

# 1. L'information

## "Normaliser" la notion de santé mentale parmi la population

- En promouvant une vision positive de la santé mentale
- En visibilisant les crises "normales" de l'existence et leur résolution
- En déstigmatisant la maladie psychique et les personnes qui en souffrent
- En améliorant la visibilité des ressources à disposition

## **2. Les ressources individuelles**

### **Renforcer les ressources individuelles et favoriser les comportements bénéfiques à la santé mentale**

- En développant les compétences sociales, cognitives et émotionnelles (compétences psychosociales) dès la petite enfance
- En promouvant des comportements de santé globale bénéfiques à la santé mentale
- En renforçant l'empowerment individuel et les compétences en santé

# 3. La communauté

## Renforcer la cohésion sociale, le lien communautaire et l'*empowerment* collectif

- En développant l'action communautaire de proximité
- En promouvant la participation, en particulier des enfants et des jeunes, des personnes âgées et des personnes migrantes
- En luttant contre l'isolement et l'exclusion



# 4. Le cadre de vie

## Agir sur les déterminants socio-économiques et environnementaux de la santé mentale

- En promouvant des conditions socio-économiques favorables à la santé mentale
- En promouvant un environnement physique favorable à la santé mentale
- En favorisant un environnement scolaire favorable à la santé mentale
- En permettant des conditions de travail favorable à la santé mentale

# 5. Les risques

## Prévenir les risques les plus importants pour la santé mentale

- En renforçant le filet de sécurité autour des individus pendant les périodes de vie, transitions ou événements pouvant les fragiliser
- En réduisant les facteurs de stress liés à l'école et au travail
- En luttant contre les discriminations et la violence
- En prévenant les carences affectives et les séquelles traumatiques liées à des situations familiales dysfonctionnelles, abusives ou négligentes
- En prévenant le décrochage scolaire et professionnel
- En prévenant les dépendances et la surconsommation d'alcool et de médicaments

# 6. Les vulnérabilités

## Réduire les inégalités de santé mentale en agissant sur les vulnérabilité

- En reconnaissant les risques et prévalences élevés de troubles psychiques parmi les populations migrantes, les personnes LGBTIQ, les aînés, les personnes précarisées, les familles monoparentales ou les malades chroniques, notamment
- En encourageant les collaborations entre les différents partenaires actifs auprès de ces populations
- En déployant des mesures ciblées qui leur soient spécifiquement destinées

# 7. Les obstacles

## Réduire les obstacles entre les personnes en souffrance et les possibilités d'aide

- En encourageant la demande d'aide
- En repérant précocément et en orientant les personnes en souffrance
- En facilitant l'accès aux soins

# 8. Le suicide

## Réduire le nombre de décès par suicide et le nombre de tentatives de suicide

- En réduisant l'accès aux méthodes de suicide (ponts, rail, armes)
- En prévenant le risque suicidaire parmi les groupes les plus à risque
- En limitant le risque d'imitation lié à la médiatisation du suicide
- En assurant une postvention après un suicide au sein d'un groupe de résonance (école, corporation, entreprise, EMS, etc.) et en soutenant les survivants
- En questionnant les liens entre suicide assisté et non-assisté chez les personnes âgées

# 9. La politique

## **Reconnaître et prendre en compte politiquement les enjeux en matière de promotion de la santé mentale**

- En informant les décideurs sur la santé mentale et les troubles psychiques
- En défendant les intérêts des personnes concernées
- En intégrant la promotion de la santé mentale dans les politiques publiques concernées

# 10. Le pilotage

**Assurer la coordination et favoriser la cohérence et la continuité des actions genevoises dans le domaine de la promotion de la santé mentale et la prévention des troubles psychiques**

- En renforçant la gouvernance
- En travaillant en coopération multisectorielle et partenariale avec les acteurs concernés (publics, privés, associatifs, professionnels ou bénévoles)
- En impliquant les acteurs concernés par la santé mentale de la population en sens large soit les acteurs de l'éducation, du social, de l'emploi, de la sécurité ou de l'aménagement du territoire
- En tenant compte des bonnes pratiques et actions déjà existantes ainsi que de la production scientifique et des avis d'experts
- En veillant à l'application des mesures, à leur évaluation et à leur pérennisation
- En mettant en commun les ressources existantes au niveau local et régional

# Merci de votre attention