→ Deutsche Version *zum Download* / En cas de problème d'affichage, *téléchargez le fichier ici*.

Mars 2014 *npg-rsp.ch* ***News***

NPG | RSP

Netzwerk Psychische Gesundheit Schweiz
Réseau Santé Psychique Suisse
Rete Salute Psichica Svizzera

L'année de la santé psychique

Madame, Monsieur, intéressés à la santé psychique

2014 s'annonce intense et importante pour le thème de la santé psychique en Suisse, que l'on doit encourager et faire avancer. A l'échelle nationale, deux processus parallèles sont en cours, et le RSP est impliqué dans les deux.

- Un ***Manifeste sur la santé psychique*** est élaboré pour le *congrès de partenariat «Public Mental Health»* (du 21–22.8.14 à Olten).
- Le *Dialogue de la politique nationale de la santé* a lancé un projet sur la Santé mentale (lisez la page suivante pour plus d'informations). Dans ce cadre, la *vue d'ensemble sur le thème dans les cantons* sera actualisée.

Comme de nombreux autres cantons, Zoug encourage la santé psychique avec sa nouvelle *stratégie «Santé psychique dans le canton de Zoug 2013 – 2020» (en allemand)*.

Le dimanche 2 mars s'est déroulée la Journée des malades dans toute la Suisse, cette fois sur le thème «***Troubles psychiques: Ayons le courage d'en parler!***» *en savoir plus*.

Peu après aura lieu la ***Journée internationale du bonheur*** *en savoir plus*. «Les bien-être social, économique et environnemental sont indissociables», a déclaré Ban Ki-moon, le secrétaire général de l'ONU *en savoir plus*. Le ***World Happyness Report*** présente quelques pistes à ce sujet. L'UE est déjà en train de remplacer le produit intérieur brut (PIB) par un index de richesse globale, plus complet *«Beyond GDP» Initiative*, et ***Nature*** s'engage en ce sens *en savoir plus*.

save the date & call for abstracts

Les troubles psychiques coûtent chaque année 19 milliards de francs à l'économie suisse. Selon l'***Enquête suisse sur la santé***, une personne sur cinq souffre d'importantes contraintes dans sa profession *en savoir plus*. Le ***nouveau rapport de l'OCDE*** présente également le potentiel du travail: les actifs ont des durées de traitement plus courtes et se rétablissement mieux *en savoir plus*.

Utilisez le ***monitoring politique*** documentant les interventions parlementaires relatives à la promotion de la santé et à la prévention au niveau de la Confédération, des cantons et des grandes villes de Suisse *en savoir plus*.

Depuis la dernière newsletter, le réseau a publié 33 ***messages et indications actuels*** sur la santé psychique *ici*. Par exemple, sur la santé psychique ***au travail*** *ici*, sur la *Rencontre thématique sur la santé psychique dans les* ***familles*** ou sur le ***suicide*** *1 2*.

Un ***nouveau document de base*** pour les organisations membres - et celles qui souhaitent le devenir - est disponible au téléchargement *ici*. Il règle la participation à prix réduit au *congrès de partenariat «Public Mental Health»*.

Pour finir, j'aimerais attirer votre attention sur une ***manifestation*** intéressante: l'Université de Lausanne traite «La Question des Ressources en Santé Mentale» *en savoir plus*. Annoncez les événements que vous organisez à l'intention des professionnels de la santé psychique *ici*.

Je vous souhaite un agréable printemps!

Meilleures salutations,

Alfred Künzler, Dr phil.
Chef du bureau de coordination
alfred.kuenzler@npg-rsp.ch

Les organismes responsables du Réseau Santé Psychique Suisse:

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Département fédéral de l'intérieur DFI
Dipartimento federale dell'interno DFI
Bundesamt für Gesundheit BAG
Office fédéral de la santé publique OFSP
Ufficio federale della sanità pubblica UFSP

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Département fédéral de l'intérieur DFI
Dipartimento federale dell'interno DFI
Bundesamt für Sozialversicherungen BSV
Office fédéral des assurances sociales OFAS
Ufficio federale delle assicurazioni sociali UFAS

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Staatssekretariat für Wirtschaft SECO
Secrétariat d'Etat à l'économie SECO
Segreteria di Stato dell'economia SECO

GDK Schweizerische Konferenz der kantonalen Gesundheitsdirektorinnen und -direktoren
CDS Conférence suisse des directrices et directeurs cantonaux de la santé
CDS Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori cantonali della sanità

Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Projet-dialogue sur la santé psychique

Lisez sur cette page et les pages suivantes des rapports d'organisations intéressantes dans le domaine de la santé psychique.

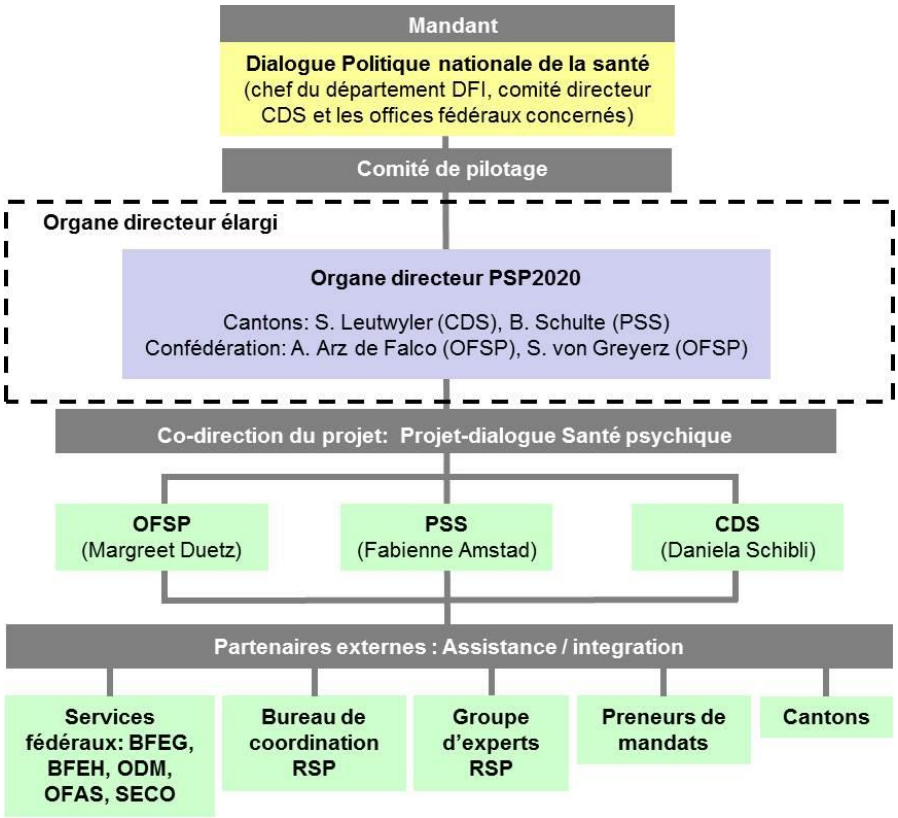
La Confédération et les cantons s'efforcent, depuis le rejet de la Loi sur la prévention, de renforcer la collaboration et la coordination dans le domaine de la prévention et de la promotion de la santé. Il s'agit là aussi d'une demande du Conseil fédéral. Dans la stratégie «Santé 2020», le Conseil fédéral défend le renforcement et l'amélioration de la coordination des diverses activités menées en matière de promotion de la santé, de prévention et de dépistage précoce dans le cadre de l'augmentation des maladies non transmissibles.

Ainsi, le Dialogue Politique nationale de la santé a décidé qu'entre autres, c'est le thème de la santé psychique qui doit être traité. A ce sujet, un groupe de projet a été constitué. Il est dirigé par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP), la Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé (CDS) et la Fondation Promotion Santé Suisse (PS-CH).

Les travaux préliminaires ont commencé dès l'été 2013. D'ici à fin 2014, le groupe de projet, en collaboration avec des partenaires, élaborera un rapport qui présentera la situation réelle ainsi que le besoin d'action. Ce rapport doit formuler les axes principaux d'optimisation et de perfectionnement des structures ainsi que la collaboration et coordination dans le domaine de la santé psychique. Sur cette base, des mesures orientées sur les courts, moyens et longs termes doivent être proposées. Au début 2015 le rapport sera mis en consultation.

Lorsque l'on parle de santé psychique, nous ne pensons pas uniquement au maintien et à la promotion de la santé psychique. Nous pensons aussi à la prévention et au dépistage précoce des maladies psychiques ainsi qu'aux interfaces avec les soins et la prise en charge des personnes souffrant d'une maladie psychique, ou au soutien des proches.

Nous nous réjouissons de collaborer avec de nombreux partenaires dans le cadre de ce projet. Nous aimerions utiliser la newsletter du Réseau Santé Psychique Suisse (RSP) pour vous tenir au courant des travaux réalisés dans le cadre du projet.



Fabienne Amstad,
Margreet Duetz,
Daniela Schibli,
Co-direction
www.santenationale.ch

>Info partenaires stratégie nationale MNT

Association « Prévention du Stress chez les Adolescents »

Rue du 31-Décembre 35 - 1207 Genève | Tél.: 079 961 92 74 | Courriel : traquetontrac@gmail.com

Le programme " Traque ton Trac " a pour but la prévention et la gestion du stress chez les adolescents. Il met l'accent sur la nécessité d'une collaboration interprofessionnelle avec le réseau médical et éducatif concerné par l'adolescence. Ce programme est financé par « Promotion Santé Suisse » dans le cadre du fonds Projets novateurs.

" Traque ton Trac " est conduit par des psychologues et soutenu par d'autres acteurs de la santé du canton de Genève. Il vise la promotion de la santé chez les jeunes (15 à 20 ans), ainsi que la prévention d'états dépressifs, de troubles paniques, d'abandons scolaires ou d'addictions.

Ce programme s'articule sur trois axes :

- des ateliers donnant **aux jeunes** des moyens de gérer leur stress en situation d'examens, par l'apprentissage de techniques d'ancrage et de relaxation, des explications psychologiques sur les mécanismes du stress, de la mémoire et du sommeil, des conseils pour la préparation des examens. L'échange entre pairs est une dimension importante ;
- des conférences visant à sensibiliser **le réseau professionnel** intervenant auprès des jeunes (médecins de famille, pédiatres, psychiatres, psychologues, infirmières scolaires, enseignants, assistants sociaux, etc.) afin de renforcer la prévention dans ce domaine ;
- des ateliers destinés **aux parents** d'adolescents, les sensibilisant à d'autres manières de communiquer. Ils comprennent mieux les enjeux psychiques de l'adolescence. L'échange en groupe leur permet d'avoir accès à de nouvelles ressources.

Ce programme a pour objectifs de répondre différemment aux besoins de chacun :

- les adolescents : avoir une meilleure **maîtrise** de soi cognitive et émotionnelle, une amélioration rapide des compétences de mémorisation, une amélioration du sommeil, la capacité d'être calme et confiant en situation d'examen et d'affronter toutes situations ;
- le réseau professionnel : renforcer les compétences au **dépistage** de jeunes en état de stress et assurer le relais dans le développement de ce programme ;
- les parents : les aider à mieux **comprendre** les effets du stress sur les compétences d'apprentissage et la santé mentale de leur adolescent, et à développer de nouvelles manières de **communiquer** avec eux lors de situations conflictuelles.

Un atelier présentant le programme " Traque ton trac " sera proposé lors de la 3ème Rencontre du Réseau Santé Psychique / Swiss Public Health Conference 2014 les 21 / 22 août prochains.

Marguerite Albasini Castro, Psychologue FSP, spécialiste en psychothérapie, co-responsable du projet
traquetontrac@gmail.com,
www.reseau-delta.ch/pdf/Flyer-Traque-ton-trac.pdf

Ostschweizer Forum für
PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Trägerschaft

Ensemble pour la santé psychique en Suisse orientale

Alors que la mobilité des personnes ne cesse d'augmenter, le thème «Santé psychique» lui non plus ne s'arrête pas aux frontières. Le nouveau «Forum de Suisse orientale pour la Santé Psychique» (Ostschweizer Forum für Psychische Gesundheit) voit trois cantons et un pays s'engager ensemble pour une meilleure santé psychique.

Dans le cadre des activités de prévention, il est aussi de plus en plus important de promouvoir activement un bon équilibre psychique. Pour ce faire, la mise en place d'une collaboration efficace entre les acteurs décisifs est un facteur de succès essentiel. Au cours des dernières années, les trois cantons de Suisse orientale St-Gall, Appenzell Rhodes-Extérieures et Appenzell Rhodes-Intérieures ainsi que la Principauté du Liechtenstein ont collaboré, par moments très étroitement, dans le cadre des «Alliances contre la dépression». Cette coopération au-delà des frontières a porté ses fruits: divers projets et offres ont ainsi vu le jour dans la région et ont suscité un grand intérêt auprès de la population.

Afin de poursuivre l'engagement commun et la collaboration avec les partenaires régionaux, les cantons de St-Gall, Appenzell Rhodes-Extérieures et Appenzell Rhodes-Intérieures ont fondé le «Forum de Suisse orientale pour la Santé Psychique». Les réseaux et contacts créés localement dans le cadre des Alliances ont été intégrés dans une nouvelle organisation à l'orientation thématique plus large. Le but du forum est de traiter et promouvoir le sujet de la santé psychique, de mettre en réseau les acteurs de la Suisse orientale et de renforcer l'échange entre les services spécialisés, les personnes concernées, leurs proches et les personnes intéressées. Le forum propose une plateforme permettant à tous les cantons de la région intéressés ainsi qu'à la Principauté de Liechtenstein de s'engager pour le sujet de la «Santé psychique», indépendamment des différents projets.

Le forum a été fondé fin 2012 en tant qu'association à but non lucratif. Ses membres sont les cantons participants et depuis novembre 2013 la Principauté de Liechtenstein. Tous les membres sont représentés au sein du Comité. Grâce à sa structure allégée à l'extérieur de l'administration gouvernementale, l'organisation est très flexible et ses membres peuvent préserver leurs ressources et les utiliser de manière optimale: en 2013, le forum a lancé une plateforme en ligne commune présentant des informations, des offres de soutien et un calendrier des manifestations pour toute la région. Une brochure informative a été distribuée, d'autres sont prévues.

Fabrina Cerf, Spécialiste
Reto Fausch, Président
info@forum-psychische-gesundheit.ch,
www.forum-psychische-gesundheit.ch