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

Mars 2015 *npg-rsp.ch* ***News***

NPG | RSP

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

Nous arrangeons tous les jours notre coiffure…

Madame, Monsieur, intéressés à la santé psychique,

«Nous arrangeons tous les jours notre coiffure, pourquoi pas notre mental?», demande un proverbe chinois. La ***campagne «10 pas pour la santé psychique»*** montre en quoi pourrait consister concrètement l'hygiène mentale. Plus de quinze organisations et cantons sont déjà impliqués à l'échelle de la Suisse. *Plus*

La deuxième conférence nationale «Santé2020» place les maladies psychiques au deuxième rang avec un «***besoin de coordination particulièrement élevé***». *Plus*

L'aspect économique de la prévention est en outre de plus en plus clair: ***les troubles psychiques sont en tête*** en ce qui concerne la durée de cas (jours d'incapacité de travail). *Plus*. La CFST met en lumière le thème des «***risques psychosociaux au travail***» de façon détaillée et d'un point de vue global. *Plus*. A ce sujet, vous pouvez aussi lire le rapport du SECO *à la page suivante*.

«Emodiversité»: une ***vie affective variée*** est optimale pour la santé. C'est ce que montre une nouvelle étude internationale. *Plus*

L'organisation romande Ciao.ch lance un ***jeu anti-stress*** *ici* pour les jeunes, et l'association biennoise Ideenbüro.ch un ***jeu de cartes*** *ici* avec 35 questions pour engager le dialogue avec des enfants.

Enfin, une proposition spéciale: StopSuicide vous offre des ***Ateliers de prévention du suicide*** des jeunes *ici*.

Vous trouverez *ici* de plus amples ***actualités*** sur la santé psychique.

Je vous souhaite un agréable printemps!
Amicalement,

alfred.kuenzler@npg-rsp.ch

Protection de la santé au travail: opération d'exécution prioritaire «Risques psychosociaux au travail» du SECO

Lisez sur cette page et les pages suivantes des informations sur des activités et organisations intéressantes dans le domaine de la santé psychique.

Dans le cadre de sa mission d'organe de haute surveillance pour l'exécution de la loi sur le travail, le Secrétariat d'Etat à l'économie (SECO) a lancé, en collaboration avec les inspections cantonales du travail, une opération d'exécution prioritaire pour 2014-2018. Lors de leurs contrôles d'entreprise réguliers, les autorités cantonales thématiseront les charges psychiques au travail.

Plusieurs enquêtes nationales ont montré qu'une personne sur trois avait le sentiment d'être souvent ou très souvent stressée au travail. De plus, environ 7% des personnes interrogées indiquent être confrontées au harcèlement au travail. De telles circonstances représentent un risque pour la santé; c'est pourquoi les dispositions de la loi sur le travail obligent les employeurs à agir de manière préventive.

Les autorités d'exécution ont conscience que beaucoup d'employeurs identifient le problème des charges psychiques, mais qu'ils ne savent pas comment agir de manière préventive. L'objectif de cette opération d'exécution prioritaire est donc aussi d'améliorer les connaissances sur la prévention dans les entreprises. Les inspections du travail informeront (cf. les publications du SECO à ce sujet), transmettront leurs connaissances spécialisées et, si nécessaire, exigeront des mesures.

Plusieurs organisations de partenaires sociaux comme l'Union patronale suisse, l'Union syndicale suisse, Travail.Suisse, etc. soutiennent cette action. Les organes d'exécution indiqueront également où trouver des informations complémentaires sur la gestion des personnes atteintes de troubles psychiques dans l'entreprise.

Maggie Graf, responsable Travail et santé
Secrétariat d'Etat à l'économie (SECO)
maggie.graf@seco.admin.ch

Aktionsbündnis Psychische Gesundheit Schweiz
Alliance Santé Psychique Suisse
Alleanza Salute Psichica Svizzera
Allianza Sanadad Psichica Svizra

Une organisation interprofessionnelle pour la «santé psychique»?

C'est avec cette idée qu'est née l'Alliance Santé Psychique Suisse (ASPS) en 2008. Aujourd'hui, elle rassemble plus de 50 organisations du domaine de la santé psychique ou des maladies psychiques. Dès le départ, ses objectifs étaient la promotion de la coopération entre les professionnels, les personnes concernées et les proches, la facilitation de la mise en réseau des acteurs nombreux, mais fragmentés en Suisse, la déstigmatisation, la sensibilisation de la population et l'influence politique. Aujourd'hui, tous ces objectifs restent valables.

Entre-temps, le Réseau Santé Psychique Suisse (RSP) a été mis en place et se charge maintenant d'une grande partie du travail de mise en réseau. D'un côté, l'Alliance Santé Psychique Suisse s'est fortement concentrée sur des actions politiques. Souvenons-nous de la pétition «Pour nous tous – contre la marginalisation», qui a recueilli plus de 12 000 signatures, a déclenché un postulat au Conseil des Etats et a donné naissance au projet-dialogue «santé psychique Suisse». Ce projet va maintenant occuper les instances politiques.

En collaboration avec Ipsilon, l'organisation nationale pour la prévention du suicide, nous avons l'an dernier enfin pu fonder un groupe parlementaire pour la santé psychique, qui rassemble plus d'une vingtaine de parlementaires issus de tous les partis et qui est dirigé par le conseiller aux Etats J. Eder et le conseiller national A. Tschümperlin. Le groupe parlementaire est soutenu par un groupe de résonance dans lequel tous les grands acteurs nationaux du domaine de la santé psychique sont représentés. Mais l'Alliance a aussi considérablement contribué à la naissance de la campagne de sensibilisation nationale «Comment vas-tu?».

Si l'Alliance ne peut pas offrir d'avantages directs sous forme de prestations de services à ses membres, elle représente leurs intérêts au niveau politique, avec des interventions, des projets et des contacts. Malgré les succès et sa mission toujours majeure visant à être prise au sérieux sur le plan politique, l'Alliance demeure une organisation de milice avec des moyens financiers modestes et le travail bénévole de toutes les personnes impliquées. Si vous souhaitez promouvoir la santé psychique en Suisse, soutenez-nous par vos contributions ou par l'affiliation de votre organisation à l'Alliance. Vous en tirerez une forte influence politique pour les personnes concernées, les proches et les professionnels dans le domaine de la santé psychique.

Dr Hans Kurt, Président
Alliance Santé Psychique Suisse
www.aktionsbuendnis.ch/, kurt@solnet.ch

donna2 est une association qui a vu le jour en 2012 et exerce ses activités dans toute la Suisse. D'une part, elle se mobilise en faveur des femmes vivant avec un homme séparé ou divorcé qui a de ce fait des problèmes; d'autre part, elle veut faire évoluer radicalement les mentalités en ce qui concerne le mode de garde des enfants de parents séparés ou divorcés. Pour atteindre ces deux objectifs, l'association a recours au travail d'information et au lobbying.

Bien que tant de couples divorcent aujourd'hui et que l'on voie sans cesse apparaître de nouvelles configurations familiales, la réorganisation de la vie pour l'homme et sa nouvelle compagne ne peut se passer sans trop de difficultés que si l'ex-femme est «raisonnable». Et ce, d'une part, en raison des pratiques judiciaires, d'autre part en raison de la volonté de s'accrocher coûte que coûte aux vieux principes et traditions de la société.

Pour que la vie dans ces familles recomposées soit aussi agréable que possible pour toutes les personnes concernées, donna2 s'engage en faveur de la garde alternée.

Grâce à des études internationales menées sur de nombreuses années, on sait aujourd'hui qu'un enfant se développe mieux (sur les plans socio-émotionnel, cognitif et psychique) si la garde est assurée par les deux parents selon un rapport d'au moins 30-70%. Ce modèle correspond d'ailleurs mieux à la réalité vécue pendant les années de mariage: selon l'Office fédéral de la statistique, en 2010, les pères se sont occupés en moyenne à raison de 37% de la garde des enfants, lorsque le plus jeune avait moins de 7 ans.

Pour vous, lecteurs sensibilisés aux troubles psychiques, il est sans aucun doute possible d'imaginer ce qui doit se briser chez un enfant lorsque tout à coup, il ne passe plus qu'un week-end sur deux avec l'un de ses parents, comme cela se pratique couramment aujourd'hui. Quand on pense par exemple que pour un enfant de 7 ans, une semaine, c'est comme deux mois pour ses parents de 30 ans, on a vraiment le cœur serré.

Aujourd'hui, on entend dire qu'il y a de plus en plus de dépressifs en Suisse et toutes les raisons possibles sont évoquées pour expliquer ce phénomène. Un père abandonné par ses enfants est-il aussi compté dans ce chiffre? Et peut-il vraiment se concentrer et travailler avec tous les troubles psychiques que cela implique? On pourrait pousser le scénario à l'extrême, jusqu'à l'analyse de notre situation économique... Attention: le taux de divorce s'élève aujourd'hui à près de 50%!

Dans toutes ces situations complexes, les belles-mères et les secondes épouses ont souvent une fonction de point d'ancrage vitale. Afin qu'elles puissent échanger, donna2 travaille étroitement avec les deux psychologues du «Club des Affreuses» de Lausanne et a dernièrement fondé le «Krähenclub» au Kaufleuten de Zurich.

Katherin Heitmann-Säuberli, Présidente donna2
www.donna2.ch
info@donna2.ch