



# NPG | RSP

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

## Santé psychique: on avance

### Madame, Monsieur, intéressés par la santé psychique,

Le «Dialogue de la Politique nationale de la santé» a validé fin mai le rapport **«Santé psychique en Suisse. État des lieux et champs d'action»** (l'ancien «Projet-dialogue sur la santé psychique»). La plate-forme permanente de la Confédération et des cantons a confié aux auteurs la mission d'élaborer une proposition de procédure pour la mise en œuvre des mesures par domaine. L'OFSP, la CDS et la fondation Promotion Santé Suisse présenteront une proposition de procédure ensemble d'ici l'automne 2015 *lire le rapport*.

Aussi le **Plan d'action national prévention du suicide** avance comme prévu. Les workshops passés sont en cours d'analyse *plus*.

La campagne nationale **sur la santé psychique «Comment VAS-TU?»** est efficace et entame sa deuxième phase *Communiqué de presse* (en allemand). Le site Web existe désormais en français *ici*. Tout nouveau partenaire est le bienvenu.

Le **rapport de l'OCDE «Fit Mind, Fit Job»** présente des approches pour lutter contre le fort taux de chômage des personnes atteintes de troubles psychiques *plus*.

Une nouvelle étude présente des résultats fiables sur **les bénéfices financiers de la prévention en entreprise** *lien* (en allemand).

Comme nous sommes tous différemment concernés, nous attirons de nouveau votre attention sur le rapport «Mental Health Promotion and Prevention: The Economic Case» de Knapp et al. (2011). Il explique

en détail **l'utilité économique des différentes mesures de prévention**, dans un contexte d'entreprise jusqu'au facteur 9.7 (rendement de l'investissement), **au niveau économique global** jusqu'à un facteur 83, à savoir à travers des programmes d'apprentissage socioémotionnels *lire le rapport*.



Justement à propos **d'apprentissage socioémotionnel**, au Tessin, la SUPSI (Scuola universitaria professionale della Svizzera italiana) a mis au point un projet qui a aussi été apprécié par l'OCDE *lire le rapport*. Le jeu correspondant du caméléon, mis au point pour les parents et les enfants peut aussi être téléchargé en français *ici* (*descendre dans la page*).

Une autre étude explique **la relation entre santé psychique et comportement individuel en matière de santé**. Les facteurs essentiels sont les suivants: ne pas fumer, boire peu d'alcool, faire du sport, garder un poids normal, manger des fruits et des légumes *lire l'étude*.

Connaissez-vous la liste des **organisations sélectionnées, qui soutiennent financièrement des projets de promotion de la santé et de prévention**? *télécharger ici* Le canton d'Argovie a lui aussi décerné un prix aux activités axées sur la santé psychique *plus*.

Notre **rapport annuel 2014** peut désormais être téléchargé *ici*. Actuellement le réseau Santé Psychique Suisse compte 141 organisations membres *liste / devenir membre*.

Vous trouverez d'autres **informations** sur la santé psychique *ici*.

Je vous souhaite un bel et agréable été.

Bien à vous.

 [alfred.kuenzler@npg-rsp.ch](mailto:alfred.kuenzler@npg-rsp.ch)



**10 pas pour la santé psychique**

- s'accepter tel que l'on est
- rester actif
- en parler
- apprendre de nouvelles choses
- rester en contact avec des amis
- demander de l'aide
- pratiquer des activités créatives
- se détendre
- participer
- ne pas renoncer

Profitez gratuitement de cette campagne  
[www.npg-rsp.ch/10pas](http://www.npg-rsp.ch/10pas)  
Pro Mente Oberösterreich ([www.promenteoee.at](http://www.promenteoee.at)) est l'auteur de ces pictogrammes

## «Comment VAS-TU?» dans le canton de Lucerne: une campagne qui vit avec le réseau

Le 10 octobre 2014, Journée de la santé mentale, le canton de Lucerne a lui aussi lancé la campagne «Comment VAS-TU?» [lien](#). L'objectif de cette action est d'encourager à parler de la santé psychique et de supprimer les préjugés contre les troubles psychiques. Pour ce faire, le canton de Lucerne fait appel au réseau déjà existant, et l'enrichit.

### Douze organisations de Lucerne participent depuis le début

Les années précédentes, les différents acteurs du canton de Lucerne étaient déjà actifs à 100%. Quand le débat autour d'une campagne nationale a commencé, l'engagement était pour eux une évidence. Douze organisations se sont inscrites suite à l'appel du printemps 2014, acceptant d'apporter soit un soutien financier, soit des idées. Le canton de Lucerne (avec l'aide des partenaires lucernois) a donc porté le projet dès le début de la campagne.

Coordonnés par les responsables du programme «Santé psychique», les partenaires se sont engagés dans les activités de la campagne organisées dans le canton de Lucerne: Pour lancer l'opération, ils ont distribué à la gare de Lucerne 10 000 pièces en chocolat avec l'inscription «Comment VAS-TU?» et ont organisé une projection de film avec débat. D'autres acteurs ont annoncé leur engagement comme partenaires de la campagne pour l'automne 2015.

### Faire passer le message à la population grâce au réseau

Presqu'une commune du canton de Lucerne sur deux a placardé les affiches ou publié un article dans le journal local. Les écoles, églises, centres d'information et institutions ont attiré l'attention sur la campagne avec les brochures et les affiches. Les supports de la campagne ont été distribués à l'occasion des diverses manifestations des acteurs lucernois. La deuxième phase a démarré dans le même contexte fin mai. La campagne était de nouveau déployée dans les communes, mais en plus dans les cabinets médicaux et ceux des psychothérapeutes.

### Automne 2015: accentuation sur le thème travail et la santé psychique

A l'automne 2015, le thème travail et santé psychique sera au cœur de la campagne. Les acteurs lucernois organiseront de nouveau de nombreux événements qui leur permettront de transmettre le message de la campagne à la population. Sont prévus des films avec débats, des journées portes ouvertes et des réunions d'information.

*Bernadette Würsch, Responsable du programme «Santé psychique»  
bernadette.wuersch@lu.ch*

### Les partenaires lucernois

La campagne est largement soutenue par le département de l'action sociale et de la santé du canton de Lucerne, ainsi que par les institutions Luzerner Psychiatrie, Fondation Brändi, Traversa, IG Arbeit, la collectivité ecclésiastique, Verband Innerschweizer PsychologInnen (associations des psychologues suisses), Selbsthilfe Luzern (infoentraide), Tel. 143 Zentralschweiz et Fabia.



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

*Certaines personnes sont attirées sexuellement par les enfants, mais toutes ne sont pas des abuseurs. Comment les aider à gérer leurs fantasmes et à ne jamais passer à l'acte?*

La prévention avant le premier passage à l'acte d'abus sexuel auprès de ces personnes, parmi lesquelles se trouvent des hommes, quelques femmes et de nombreux adolescents et jeunes, a été longtemps ignorée. Cette problématique est pourtant bien présente et touche env. 1%<sup>1</sup> de la population masculine. Dans les pays où des structures s'adressent à ces personnes, des centaines de demandes d'aide parviennent spontanément.

*Témoignage de Gab (prénom fictif)*

*« J'ai 19 ans et je suis confronté à des pensées pédophiles depuis un moment. Je n'ai jamais fait de mal ou touché un enfant d'une manière sexuelle, et même si je pense que je ne suis même pas capable d'un tel acte, et que je suis conscient du préjudice qu'il constituerait pour un enfant, j'ai quand même peur d'avoir ça en moi, de faire ça. J'ai peur et je suis plein de culpabilité et d'anxiété, j'ai pensé au suicide... »*

*(Source : virped.org – traduction libre)*

Ces constats, auquel s'ajoute le fait que le nombre d'enfants victimes ne semble pas avoir significativement diminué depuis les années 80, a incité l'Association DIS NO à mettre sur pied la première structure romande s'adressant aux personnes n'étant jamais passées à l'acte.

L'Espace DIS NO, ouvert le 1er avril 2014, leur offre des prestations – soutien, conseil, information, orientation – afin qu'elles n'enfreignent jamais le seuil du respect de l'intégrité de l'enfant ni de leur propre dignité. Il est également à disposition de leur entourage, qui peut être confronté à plusieurs difficultés, par exemple suite à la découverte d'images pédopornographiques. Afin d'offrir une orientation thérapeutique de qualité, l'Espace peut compter sur un réseau de professionnels spécialisés dans ce domaine.

Durant sa première année d'activité, 10 personnes préoccupées par une attirance sexuelle envers les enfants, une peur de reproduire des abus vécus ou des contextes potentiellement incestueux, ont demandé une aide ou une orientation. A celles-ci s'ajoutent 23 professionnels et 19 personnes du grand public qui ont pris contact pour demander diverses informations.

Pour l'année à venir, nous travaillons à mieux faire connaître cette approche préventive novatrice encore largement ignorée.

*François Boillat, Directeur, et  
Lisa Ancona, collaboratrice  
[www.espacedisno.ch](http://www.espacedisno.ch)  
[espace@disno.ch](mailto:espace@disno.ch)*



<sup>1</sup> Seto, M.C. (2009). Pedophilia. Annu. Rev. Clin. Psychol. 5:391–407, pp. 392-393.

## Fil d'information Petite enfance: toutes les informations centralisées

Avec le fil d'information Petite enfance [www.reseau-accueil-extrafamilial.ch/fil](http://www.reseau-accueil-extrafamilial.ch/fil), le Réseau d'accueil extrafamilial suisse fournit des informations à jour sur la petite enfance, l'intégration, la santé et la lutte contre la pauvreté et présente aussi un regard sur la santé psychique des jeunes enfants. Il contribue ainsi au dialogue sur l'intégration «L'intégration dès la naissance – Entrer dans la vie en pleine santé» [www.dialog-integration.ch/fr/avant-l-ecole](http://www.dialog-integration.ch/fr/avant-l-ecole) de la Conférence tripartite sur les agglomérations CTA.

### Entrer dans la vie en pleine santé: 13 recommandations

La petite enfance est particulièrement importante pour la santé physique et psychique, la formation et l'intégration sociale et professionnelle. C'est pourquoi il est important pour toute la société que l'entrée dans la vie se passe le mieux possible. Le dialogue sur l'intégration «L'intégration dès la naissance – Entrer dans la vie en pleine santé» de la CTA agit en ce sens. Il recherche des mesures concrètes pour améliorer les conditions qui permettront un bon développement physique, moral et social dans la petite enfance. Le CTA fait *13 recommandations* dans ce sens.

### Information continue et dialogue petite enfance

Le réseau suisse d'accueil extrafamilial contribue à la mise en œuvre de ces recommandations, grâce au projet initié il y a deux ans, *plus*. Avec le fil d'information ciblé petite enfance, le réseau veille à apporter des contributions régulières sur les thèmes «petite enfance, intégration, santé, lutte contre la pauvreté» via les canaux des partenaires du dialogue. Vous trouverez centralisées ici toutes les informations sur la petite enfance [www.reseau-accueil-extrafamilial.ch/fil](http://www.reseau-accueil-extrafamilial.ch/fil).

### Santé psychique: dès le départ

Le contexte familial (ex. familles issues de l'immigration, statut social) et le comportement des adultes peuvent être un danger ou une chance et sont essentiels à la santé psychique des enfants *Brochure thématique sur la santé comme cadre d'orientation*. C'est peut-être (notamment) pourquoi la petite enfance est une phase critique dans la santé psychique. Le réseau d'accueil extrafamilial a à cœur de renforcer la prise de conscience des cercles professionnels et services spécialisés étatiques à ce sujet, notamment ceux intervenant en matière de grossesse, de naissance et au cours de la première année de vie. Dans notre «Fil d'information dédié à la petite enfance», nous aborderons donc des thèmes liés à la santé psychique pendant la petite enfance. N'hésitez pas à nous contacter si vous avez des idées ou des suggestions.

Eliane Fischer  
[e.fischer@netzwerk-kinderbetreuung.ch](mailto:e.fischer@netzwerk-kinderbetreuung.ch)

