

## News Interview

Muriel Langenberger dirige la fondation suisse Pro Mente Sana depuis l'été dernier.

[m.langenberger@promentesana.ch](mailto:m.langenberger@promentesana.ch)  
[www.promentesana.ch](http://www.promentesana.ch)

*RSP : Pro Mente Sana est un acteur central de la santé psychique en Suisse. Vous vous engagez aussi fortement pour la déstigmatisation des maladies psychiques. Quelles sont vos priorités pour les années à venir ?*



ML : Depuis la pandémie de Corona, on parle plus souvent de la santé psychique et de la prévention. Mais les maladies psychiques restent un sujet tabou, ce qui entraîne une stigmatisation. Nous essayons de briser ce tabou de la manière suivante :

- Avec la **campagne "Comment vas-tu ?"**, nous encourageons les gens à nommer leurs sentiments, les incitons à parler de leur stress psychique et leur donnons des conseils pour renforcer leur santé mentale. "Comment vas-tu ?" est une campagne menée par Pro Mente Sana et les cantons suisses alémaniques sur mandat de Promotion Santé Suisse.
- Avec le programme **ensa Premiers secours pour la santé psychique**, nous mettons l'accent sur la prévention, afin que même les non-spécialistes puissent apprendre à reconnaître à temps les signes avant-coureurs et à apporter les premiers secours lorsque des personnes de leur entourage privé ou professionnel traversent des problèmes ou des crises psychiques.
- Nous soutenons la **Mad Pride**, qui aura lieu le 7 octobre 2023 à Lausanne, en tant que partenaire parrain de l'association Mad Pride avec le RSP et la Coraasp. Cet événement a pour but de lutter contre les préjugés et la discrimination envers les personnes souffrant de troubles psychiques.

*RSP : Et comment voulez-vous - et pouvez-vous - en tant que Pro Mente Sana, promouvoir la santé psychique en Suisse ?*

ML : Depuis la création de notre fondation, nous contribuons, avec des personnes concernées, à des activités de **sensibilisation à la santé psychique**. Nous informons et transmettons des connaissances et des faits sur les handicaps psychiques. C'est important, car aujourd'hui encore, le public ignore beaucoup de choses et a des préjugés sur les personnes atteintes de maladies psychiques.

Grâce à leur expérience, **les pairs** apportent une contribution importante à notre travail. Ils montrent que se rétablir d'une maladie psychique est possible et donnent ainsi de l'espoir aux autres personnes concernées et à leurs proches.

Il est important que les personnes concernées, leurs familles et leurs proches reçoivent le soutien nécessaire. Nous leur offrons un conseil psychosocial et un conseil juridique. Les deux équipes de conseil travaillent en étroite collaboration. Notre expérience de ces derniers mois a montré que les problèmes et les cas des personnes en quête de conseils, sont de plus en plus compliqués. C'est pourquoi nous travaillons de plus en plus de manière interdisciplinaire.

*RSP : Pro Mente Sana a introduit en Suisse les cours de premiers secours pour la santé mentale avec le soutien de la Fondation Beisheim. Je trouve que c'est une excellente chose et j'espère qu'ils se répandront aussi largement et rapidement que les défibrillateurs. Allez-vous vous engager dans ce sens ?*

ML : Absolument, le travail de prévention est extrêmement important ! Plus on intervient tôt, plus la personne concernée peut recevoir rapidement l'aide nécessaire et plus une maladie est traitée tôt, plus l'évolution de la guérison est favorable.

Pour continuer à diffuser les cours de premiers secours, nous profitons de nos grandes connaissances et de notre vaste réseau d'entreprises, d'écoles et d'instructeurs\* dans toute la Suisse. Actuellement, nous recevons de nombreuses demandes d'entreprises, ce qui est très réjouissant. Mais nous souhaitons également atteindre de nouvelles institutions et organisations, en particulier celles qui travaillent *avec des jeunes*.

*Interview : Alfred Künzler, Réseau Santé Psychique Suisse, [info@npg-rsp.ch](mailto:info@npg-rsp.ch)*