

**Parlons
santé
mentale!**
GRANDE CAUSE NATIONALE



Agir ensemble pour promouvoir la santé mentale des jeunes

Jeudi 5 juin 2025



Partages d'expériences

Service sanitaire dans le Maine-et-Loire

Intervention santé mentale dans les collèges et lycées

Pr Elise RIQUIN, CHU d'Angers - Alexis BUSSON, Université d'Angers

Le service sanitaire dans le Maine-et-Loire

Intervention en santé mentale dans les collèges et lycées



Qu'est-ce que le Service Sanitaire ?



Une déclinaison de la stratégie nationale de santé : Promouvoir les comportements favorables à la santé et réduire les inégalités sociales et territoriales en santé.



Un stage obligatoire pour les étudiants des filières médicales et paramédicales instauré à l'échelle nationale en 2018.



Une formation des étudiants aux enjeux de la promotion de la santé, au développement des compétences psycho-sociales et au travail en interdisciplinarité.

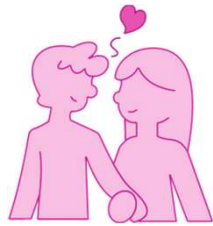
Le Service Sanitaire dans le Maine-et-Loire



Les thématiques d'interventions



Nutrition et activité physique



Vie affective et sexuelle



Addictions



Hygiène, maladies transmissibles et vaccination



Bien vivre son avancée en âge



Sommeil



Ecrans



Harcèlement scolaire



Santé mentale

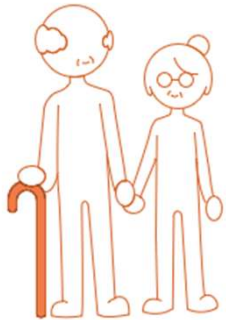


Santé environnementale

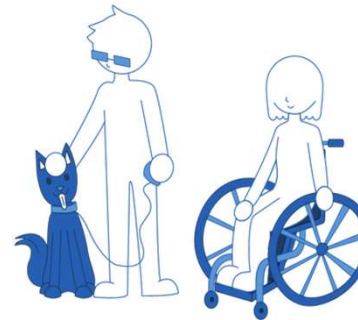
Les terrains de stage



Des établissements scolaires publics et privés
(Ecoles, collèges, lycées)

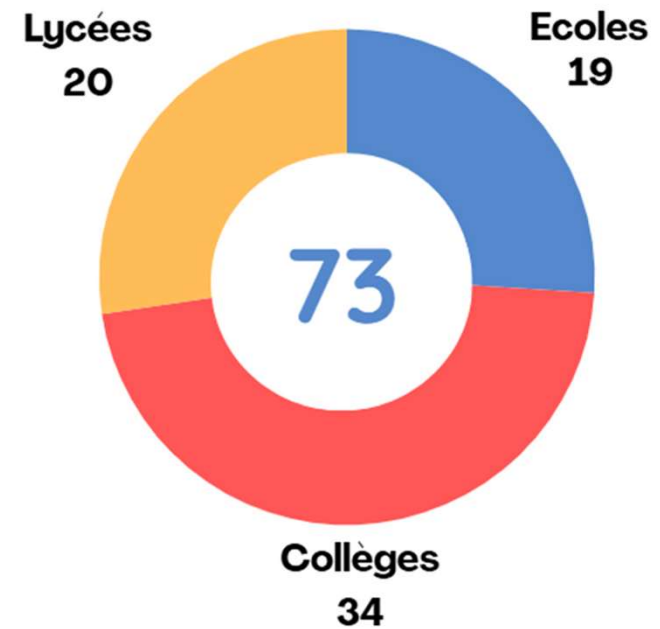
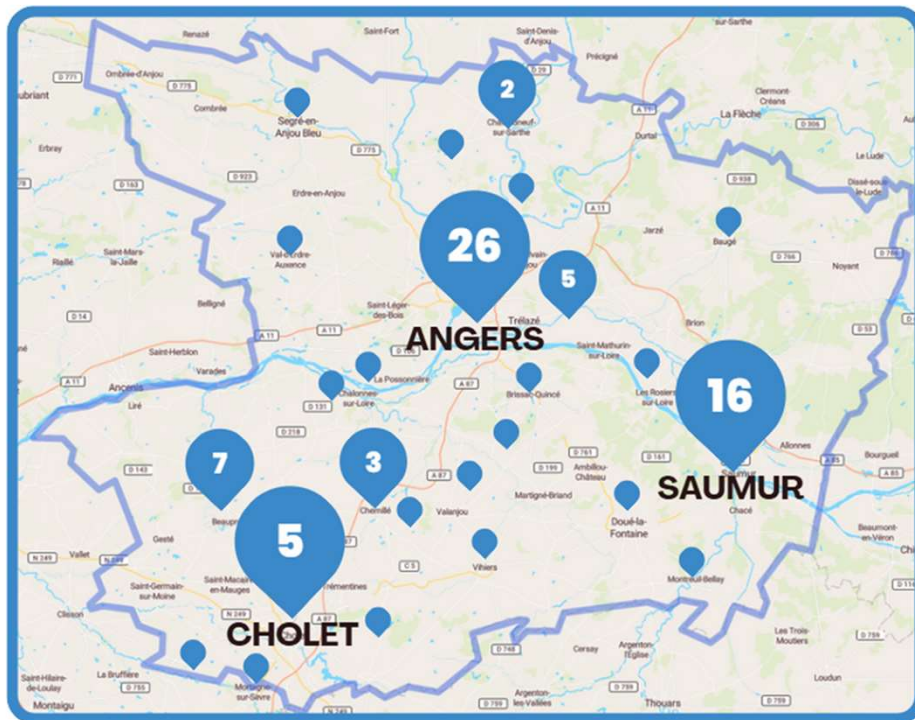


Des établissements accueillant des personnes âgées
(Foyer logement, résidence autonomie, EHPAD, etc.)



Des établissements médico-sociaux
(FAM, MAS, ITEP, IME, associations de solidarité, CCAS, ESAT, etc.)

Terrains de stage scolaires 2024-2025



Formation des étudiants

Des cours généraux

- Les déterminants de la santé et la santé environnementale
- Démarche et outils en santé publique
- Communiquer en santé
- Animation de prévention en milieu scolaire

Des modules « santé mentale »

- Être en bonne santé mentale
- Que faire dans l'hypothèse d'une mauvaise santé mentale ?
- Aborder la santé mentale - outils & posture

Des modules complémentaires

- L'estime de soi
- Le sommeil chez L'enfant et l'adolescent
- Violences en milieu scolaire (harcèlement/cyberharcèlement)



13

Equipes pluridisciplinaires
intervenues sur la thématique «
santé mentale »
(soit 65 étudiants en tout).

9

Etablissements scolaires
(collèges et lycées) ont
bénéficié de ces actions.

Intervention en santé mentale 2023-2025

1500

Elèves sensibilisés sur le
territoire.

Intervention en santé mentale 2023-2025

Aborder la SANTE MENTALE

- Promouvoir la bonne santé mentale
- Et non lutter contre les troubles psychiatriques

Intervention en santé mentale 2023-2025

Construction du programme

- Des temps de formation spécifiques en santé mentale
- Et surtout reprise d'autres thématiques de santé globale

Intervention en santé mentale 2023-2025

Concrètement

4 grandes thématiques en atelier

- Estime de soi
- Harcèlement
- Bien-être
- Gestion des émotions

Intervention en santé mentale 2023-2025

OBJECTIFS DU PROJET

- Déconstruire les idées reçues et informer les élèves sur la santé mentale
- Encourager le développement de l'estime de soi et de la prise en compte de son bien-être
- Prévenir le harcèlement scolaire et encourager les comportements bienveillants
- Apporter des outils concrets pour mieux gérer leur stress et leurs émotions
- Encourager les élèves à oser s'exprimer lorsqu'ils ne vont pas bien



OUTILS UTILISÉS

Principalement interactifs et participatifs

→ Ouvrent la *discussion* et permettent de faire émerger les *interprétations* des élèves.

Nous avons privilégié :

Des jeux **déclencheurs de débat** → Amener des échanges **spontanés**

Des formats **anonymes** ou **inclusifs** → Afin que chacun puisse s'exprimer

Des supports **simples, faciles à adapter** selon la classe et l'ambiance du groupe.

L'idée était de s'appuyer sur ce qu'ils disent pour construire les apports théoriques, et adapter notre posture en fonction de leurs réactions.

Intervention en santé mentale 2023-2025

ÉVALUATION ET IMPACT

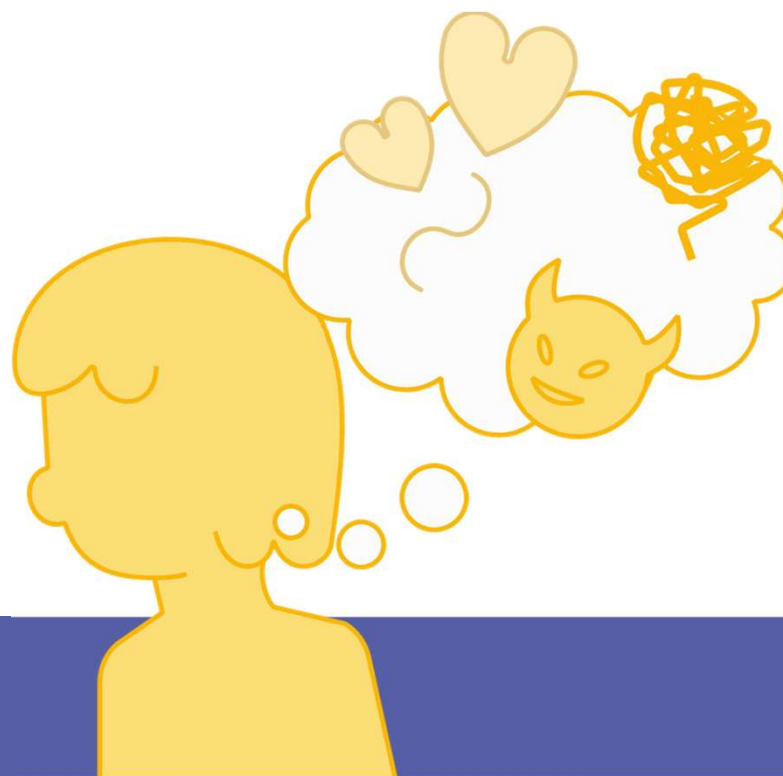
ÉVALUATION À COURT TERME :

Les élèves ont testé les techniques de relaxation (respiration en carrée, etc.) et ont exprimé un retour positif ("ça marche pour le stress", "j'ai refait la respiration avant un contrôle").

ÉVALUATION À MOYEN TERME :

Lors de la dernière séance, nous avons fait un nuage de mots pour voir l'évolution de leurs représentations : plus de termes liés au bien-être, à la gestion des émotions, et à la demande d'aide.

Merci de votre attention



**Parlons
santé
mentale!**
GRANDE CAUSE NATIONALE




**RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE**
*Liberté
Égalité
Fraternité*

ars
Agence Régionale de Santé
Pays de la Loire

Avez-vous des questions ?