

<https://edd.enseigne.ac-lyon.fr/spip/spip.php?article864>



ACADÉMIE
DE LYON

Education au Développement Durable



La santé mentale des jeunes, on en parle ?

- RESSOURCES - Par thèmes - ODD 3 et Ecole promotrice de santé -

Date de mise en ligne : mardi 10 octobre 2023

Copyright © Education au Développement Durable - Lyon - Tous droits

réservés



Depuis la crise du COVID, la question de la **santé mentale** est davantage présente. Il en est notamment question chez les jeunes.

Pourquoi ?

Parce que 13% d'entre eux souffrent de troubles psychiques en Europe (1.6 million de mineurs en France) et seuls 50% bénéficient d'un suivi psychologique ou psychiatrique.

En effet, en France, le nombre de professionnels a diminué d'un tiers de puis 2010 et 58% des lits d'hospitalisation ont fermés en pédopsychiatrie. On dirige alors les jeunes dans des CMP, centres médico-psychologiques.

Troubles scolaire anxieux, troubles du comportement ou de l'alimentation, comportements à risque ou encore éco-anxiété (angoisse liée aux changements climatiques et aux catastrophes naturelles qui en découlent) sont des affections qui touchent particulièrement les jeunes.

C'est pourquoi la journée du **10 octobre -journée mondiale de la santé mentale** - est l'occasion de **sensibiliser les enfants et les jeunes au bien-être psychologique**.

Voici donc une liste de ressources que vous pouvez utiliser en classe, dans vos écoles ou établissements :

– le [site Internet dédié à la santé des jeunes](#) dans lequel on trouvera les numéros utiles et gratuits, des quiz, des enquêtes ou encore un forum qui permet aux jeunes de poser des questions, échanger et trouver des réponses ;

– le **livret pédagogique téléchargeable "Le jardin du dedans"**, édité par [Psycom](#) (site d'information sur la santé mentale) et soutenu par [Unicef France](#), qui permet de sensibiliser les enfants à la santé mentale et d'aider les adultes à aborder les questions complexes avec eux. Ce livret est destiné aux enfants âgés de 8 à 11 ans (cycle 3) ;

– la [campagne digitale de santé publique France](#) sur la santé mentale des adolescents "**En parler, c'est déjà se soigner**". Elle s'adresse aux 11-17 ans et regroupent des spots audio, des vidéos stories et un spot TV ;

– **deux podcasts Radio France** sur la santé mentale des adolescents : "[A l'écoute des ados en souffrance](#)" dans l'émission Grand reportage du 15 septembre 2023 et "[Harcèlement, santé mentale : quels droits au bien être pour les](#)

[enfants ?](#)" dans l'émission Etre et avoir du 2 octobre 2023.

Mais parce que le bien-être mental n'est pas l'apanage des jeunes et touchent le grand public, le site de Santé publique France a listé les différents dispositifs, sites de références, contacts et numéros utiles sur son [site](#).

Noémie Collas Pradel