



AMBASSADEURS SANTE MENTALE

L'ENGAGEMENT CITOYEN AU SERVICE
DU BIEN-ÊTRE EN SANTÉ MENTALE
CHEZ LES JEUNES

MAI 2021 • NEWSLETTER



Cette année, deux promotions d'**Ambassadeurs Santé Mentale**, 16 jeunes âgés de 17 à 25 ans en service civique, interviennent auprès de leurs pairs âgés de 16 à 25 ans, en situation de vulnérabilité sur les territoires de l'Agglomération grenobloise et de la Métropole de Lyon.

La première étape du projet, qui consiste à former et accompagner les jeunes volontaires dans leur mission d'Ambassadeurs, s'est déroulée comme prévu entre novembre et décembre 2020.



Au programme 12 jours de formation intenses (!) pour développer les compétences des jeunes en santé mentale et en éducation pour la santé.

Les Ambassadeurs Santé Mentale ont notamment été formés aux **PSSM** (Premiers Secours en Santé Mentale), aux techniques d'animation en éducation pour la santé et en prévention.

Les ambassadeurs ont ensuite rencontré de nombreux acteurs des territoires ainsi que des personnes concernées du CLUB HOUSE de Lyon qui organise des journées d'immersion.



Le mois de janvier 2021 a été plus particulièrement consacré à la mobilisation des structures éducatives, sociales, médico-sociales et scolaires qui accueillent et accompagnent des jeunes auprès desquelles les Ambassadeurs allaient intervenir. Après quelques séances tests, ils ont ensuite programmé leurs interventions de prévention et promotion de la santé mentale auprès de jeunes, en lien avec les professionnels d'établissements tels que des lycées, CHRS, CROUS, bureau information jeunesse, foyers éducatifs et foyers de jeunes travailleurs, l'AFPA, Ecole de la 2ème Chance... et ce, jusqu'au 31 mars dernier.

Malgré quelques actions suspendues notamment en milieu scolaire, l'impact des restrictions sanitaires liées à la crise liée à la Covid-19 a été relativement faible.

Des Lives Instagram

Cette année, les Ambassadeurs Santé Mentale innovent encore en participant chaque semaine sur Instagram à des ateliers de prévention en ligne à destination des étudiants, avec un psychologue de l'Institut Jean Bergeret sur les questions relatives à la santé mentale des jeunes.

Ces ateliers enregistrent **entre 300 et 500 vues** pour chaque live et sont l'occasion d'échanger sur la santé mentale, de renforcer les connaissances et les pratiques des jeunes pour prendre soin de leur santé mentale.





Les Ambassadeurs ont également créé un support d'information avec les ressources locales en prévention pour chaque territoire répertoriant les lieux ressources en santé mentale, numéro, site web d'aide et de soutien ainsi qu'une info sur les live Instagram des mardis soir. Ce document sera diffusé lors de chaque intervention auprès des jeunes et des professionnels.

De nombreux thèmes de santé mentale sont abordés : savoir gérer son attention et l'instant présent, ses pensées et ses ruminations, ses émotions ; savoir éclaircir ses directions de vie, avancer avec la culpabilité, retrouver le sommeil ; rêver sa vie et vivre ses rêves ; l'estime de soi...*

Soutiens

Le projet bénéficie cette année du soutien de la Stratégie de prévention et de lutte contre la pauvreté et la Fondation NEHS.

Dans le cadre d'un partenariat avec la Délégation interministérielle à la prévention et la lutte contre la pauvreté, l'Agence nouvelle des solidarités actives (Ansa) accompagne depuis 2018 le déploiement et la mise en œuvre de la Stratégie nationale de prévention et de lutte contre la pauvreté.

Le projet « Ambassadeurs santé mentale auprès des jeunes » a ainsi bénéficié cette année de l'appui méthodologique de l'Ansa pour mieux identifier et valoriser son impact, un travail qui a donné lieu à l'élaboration d'un référentiel d'évaluation.

Essaimage du projet

Fort des enseignements et des premiers résultats obtenus, nous travaillons actuellement au renforcement du projet en Auvergne Rhône Alpes et également à un essaimage du projet en Ile de France avec l'association Œuvre Falret.

Au 31 mars 2021, le projet Ambassadeurs Santé Mentale c'est :



En savoir plus :

Jérôme Rastello
 04 27 18 79 56 - 06 31 03 37 97
 jerome.rastello@arhm.fr

