



communiqué de presse

LA FONDATION ARHM, LE RÉSEAU NATIONAL DES PORTEURS D'AMBASSADEURS SANTÉ MENTALE ET UNIS-CITÉ



APPELLENT TOUS LES CITOYENS À promouvoir la santé mentale des jeunes

La Fondation ARHM, le réseau national des porteurs du dispositif Ambassadeurs Santé Mentale et Unis-Cité lancent la troisième édition de la Journée nationale de la santé mentale positive qui aura lieu le 15 mars 2025. A travers la participation à des actions concrètes, tous les citoyens sont invités à se mobiliser partout en France afin de permettre l'ouverture d'un dialogue autour de la question de la santé mentale dans sa dimension positive, qui s'inscrit pour cette troisième édition **sous le prisme des jeunes**.

Une journée nationale **sous le signe des jeunes**

Initiée par le Mouvement de la Santé Mentale au Québec (MSMQ), la Journée nationale de la promotion de la santé mentale positive a été reprise par la Fondation ARHM et Unis-Cité depuis 2023. Aujourd'hui, elle représente un temps fort annuel qui s'inscrit dans le dispositif Ambassadeurs Santé Mentale, co-porté par un réseau national de porteurs de projet et Unis-Cité. Celui-ci vise à réduire la stigmatisation en santé mentale chez les jeunes en mobilisant des jeunes en Service Civique, formés et accompagnés pour intervenir auprès de leurs pairs.

A l'occasion de cette Journée, ils s'associeront à d'autres promotions de volontaires d'Unis-Cité (Re'pairs Santé par exemple) et **se feront les porte-paroles d'un sujet qui les concerne directement : la santé mentale des jeunes**. Ils mèneront dans ce cadre des **actions d'aller vers le grand public**, et inviteront chacun de nous à réfléchir à cet enjeu commun, où chacun entretient un lien avec la jeunesse : parents, amis, enseignants, professionnels jeunesse ou de santé... La journée mettra à la fois en avant le rôle central que peuvent jouer les jeunes dans leur santé mentale, mais aussi l'importance du rôle réflexif que joue l'environnement dans lequel ils s'inscrivent.

Changer les représentations de santé mentale : **un enjeu de santé publique**

En 2021, 2 jeunes sur 3 présentaient un trouble de santé mentale (IPSOS, 2021). Les 18-24 ans étaient 20,8 % à être concernés par la dépression en 2023 (Santé Publique France). En 2022, 9,5 % parmi les jeunes de 17 ans étaient concernés par des symptômes anxio-dépressifs sévères et 18 % ont eu des pensées suicidaires. Nous le constatons maintenant depuis plusieurs années et notamment depuis la crise de covid-19, **la santé mentale des jeunes constitue un enjeu majeur**.

Or, certaines recherches montrent que les personnes vivant avec des troubles disent souffrir davantage d'une stigmatisation que des symptômes mêmes de la maladie (Hamilton et al., 2016). En termes de prévalence, les 18-24 ans montrent des difficultés à se confier, craignent de ce qu'ils pourraient découvrir sur eux, que l'entourage l'apprenne. Au Canada, d'après le CAMH (Centre de Toxicomanie et de Santé Mentale), 40% des individus souffrant de troubles mentaux ne consultent pas de médecin par peur d'être stigmatisés. **La stigmatisation de la santé mentale représente une limite importante dans le recours à des professionnels adaptés**, et s'avère être une problématique de santé publique majeure.

C'est dans ce cadre que la Journée propose un temps fort pour réduire la stigmatisation et interroger nos représentations sur la santé mentale : sur la nôtre, mais également sur celle des jeunes. A quoi les jeunes sont-ils particulièrement exposés ? A quels enjeux les nouvelles générations sont-elles confrontées ? **Une compréhension commune de ces enjeux est indispensable pour soutenir la santé mentale des jeunes**.

Ensemble, pour le BIEN-ÊTRE DES JEUNES

Cette troisième Journée nationale de la santé mentale positive vise à :



Faciliter la compréhension sur les besoins en santé mentale des jeunes



Diminuer la confusion entre santé mentale et maladie mentale chez les jeunes



Promouvoir les comportements promoteurs de santé et valoriser les ressources collectives en santé mentale.



Donner la parole aux jeunes

Le 15 mars, nous pouvons donner la parole aux jeunes, et co-construire une vision partagée sur la santé mentale des jeunes. La santé mentale représente bien plus qu'une absence de maladie, et s'inscrit dans une approche holistique où le concept de santé mentale prend sa place sur un double continuum : celui de l'absence ou la présence de trouble psychique, mais également celui de la perception de bien-être et de mal-être (Corey Keyes, 2010). La perception de bien-être résulte de plusieurs facteurs : le bien-être émotionnel, psychologique et sociétal. Il revêt une dimension subjective et dynamique qui amène chaque individu à recourir à des ressources particulières dans une situation donnée pour maintenir ou développer un état de bien-être et d'équilibre psychique. Le bien-être des jeunes sera ainsi fonction de leur possibilité à réaliser des activités en cohérence avec leurs objectifs de vie, à entretenir des relations sociales, et à se développer dans un environnement favorable.

A l'heure où les réseaux sociaux prennent place dans notre vie quotidienne, quel impact sur les relations sociales des jeunes ? Comment vivent-ils les enjeux écologiques actuels ? Comment adapter ses habitudes et son parcours de vie ? Autant de questions auxquelles les jeunes sont confrontés dans leur quotidien. Le 15 mars prochain, ils nous partageront ce que ces enjeux représentent pour eux, et de quelle façon ils se mobilisent pour y répondre.

Créer le lien social et intergénérationnel

Tous les jeunes disposent d'un pouvoir d'agir, et c'est ce que promeut notamment le dispositif Ambassadeurs Santé Mentale. Toutefois, l'agentivité de chacun ne peut se déployer sans la création d'environnements de soutien.

C'est pourquoi cette 3e édition se concentrera sur la mise en œuvre d'actions permettant de créer un lien intergénérationnel, visant à ouvrir le dialogue sur la santé mentale des jeunes entre les jeunes et les moins jeunes. Il s'agira également de convaincre les acteurs de la société de se mobiliser pour développer les conditions favorables à la santé mentale.

A l'occasion de cette journée, plus de 300 jeunes Ambassadeurs Santé Mentale et volontaires en Service Civique se mobiliseront pour réaliser partout en France des actions concrètes !

Elle mobilisera de nombreux acteurs de la santé mentale et de la jeunesse, avec notamment les porteurs du dispositif Ambassadeurs Santé Mentale : la Fondation ARHM, la Fondation Falret, le Club Famille, Santé Mentale France Bretagne, l'association Solipsy, la MDA de l'Hérault, la Maison des Ados de Loire Atlantique, l'EPSM de la Somme et l'EPSM de l'Agglomération Lilloise ! Le réseau national d'Unis-Cité sera également mobilisé à travers 40 antennes en France.

Cet événement est soutenu par le collectif Santé Mentale Grande Cause Nationale.

REJOIGNEZ-NOUS DU 4 AU 15 MARS PROCHAIN POUR :

- **Du 10 au 15 mars** : participez aux actions de sensibilisation organisées par plus de 300 jeunes en service civique partout en France, découvrez le contenu de ces actions [ICI](#).
- **Le 4 mars 2025** : un live Instagram sur la santé mentale positive animé par Yannick Descharmes, psychologue, sur la page instagram [ambassadeurs_santementale](#).
- **Le 11 mars 2025** : un live Twitch animé par Yannick Descharmes et Maïssa Fadhlaoui, psychologue sociale et ex-ambassadrice santé mentale, sur la page Twitch [Ambassadeurs_santementale_](#).

PLUS D'INFORMATIONS :

www.ambassadeurs-santementale.fr/journee-de-la-sante-mentale-positive-2025/



Reconnue d'utilité publique, la Fondation ARHM intervient dans les domaines de la santé mentale et du handicap. La complémentarité de ses activités (prévention, recherche, soin et insertion) **vise à améliorer le parcours et la qualité de vie des personnes accompagnées.** Fondation gestionnaire, elle met en œuvre des dispositifs innovants, en particulier dans le domaine de la prévention et promotion de la santé mentale. Fondation militante, **elle s'engage pour la déstigmatisation de la maladie mentale et du handicap, et agit pour l'inclusion dans la Cité.**

www.fondationarhm.fr
[Linkedin @FondationARHM](#)



L'association Unis-Cité est née de la conviction qu'il devrait faire partie de l'éducation de tous nos **jeunes de consacrer une année de leur vie à servir la collectivité** tout en faisant l'apprentissage du travail d'équipe dans la mixité sociale. Unis-Cité a inspiré et servi de modèle au lancement du Service Civique des jeunes en 2010. Présente dans plus de 116 territoires en France, Unis-Cité a déjà **mobilisé et accompagné plus de 50.000 jeunes dans un Service Civique « collectif »**, fondé sur la mixité sociale.

www.uniscite.fr
www.relais-service-civique.fr



Ambassadeurs
Santé Mentale

Il s'agit d'un **programme innovant à destination des jeunes les plus vulnérables** et répondant à un besoin non satisfait, la santé mentale, par une **approche de médiation en santé**, le « pair à pair » conjuguée à l'aller vers, ayant montré son efficacité. **Ce projet vise à former et accompagner un collectif de jeunes volontaires,** les ambassadeurs santé mentale, afin d'intervenir auprès de jeunes de 16 à 25 ans en situation de fragilité sociale, pour lutter contre la stigmatisation en santé mentale, favoriser le repérage précoce de la souffrance psychique et l'orientation vers les dispositifs promoteurs de santé mentale.

www.ambassadeurs-santementale.fr



La 3e édition de la Journée Nationale de Santé Mentale Positive est soutenue par le collectif Santé Mentale Grande Cause Nationale.

une portée nationale



Bretagne

