



## Le GROUPE INFO

En 2001, des soignants issus de différentes professions (médecins, infirmiers, psychologues et assistants sociaux) ainsi que des usagers de la psychiatrie et des proches se sont réunis régulièrement en partenariat avec une infirmière de santé et un médecin de deux gymnases lausannois pour élaborer une action de promotion de la santé mentale et de prévention auprès de jeunes adultes, correspondant aux besoins des services de santé et des élèves. Ce projet, mis en place dans les écoles dès 2002, évolue et s'enrichit en fonction des collaborations avec nos partenaires qui sont sur le terrain.

La venue du **GROUPE INFO** dans un établissement scolaire est mise sur pied avec la participation de toutes les personnes liées à la gestion de la santé dans l'école, telles que l'infirmière, les membres de la direction, les médiateurs, le psychologue, des élèves, etc.

## Les thèmes

Lors de nos interventions, nous abordons trois grands axes:

- ◆ La **promotion de la santé mentale**, en suscitant une réflexion personnelle et collective pour chercher ce qui favorise une bonne santé mentale; en échangeant et en discutant sur les représentations que les jeunes ont des troubles psychiques et des personnes qui en souffrent.
- ◆ La **déstigmatisation des troubles psychiques**, en démystifiant la psychiatrie, en combattant les stéréotypes et en influençant les représentations, parce que, en réduisant la stigmatisation, on permet aux jeunes entre autres un meilleur accès aux soins en cas de nécessité.
- ◆ La **mise en évidence des réseaux d'aide existants** (ressources du gymnase, associations, sites Internet, consultations pour les jeunes, etc.) par le biais de matériel approprié, de conseils et d'une abondante documentation. Cela donne aux jeunes la possibilité de s'orienter en cas de situation difficile – que ce soit pour eux-mêmes, pour leur famille ou pour leurs amis – et les conduit à avoir de l'empathie et de la tolérance pour les personnes fragilisées.

## Nos moyens

Pour entrer en contact avec les jeunes, nous disposons d'un stand et d'outils, tels que:

- ◆ une **carte** mettant en évidence les «**réseaux**»
- ◆ des **posters** sur les **représentations des troubles psychiques**
- ◆ un **poster** sur la **santé mentale**
- ◆ un **poster** sur la **psychiatrie aujourd'hui**
- ◆ des **questions** sur les grands sujets qui touchent les jeunes
- ◆ un nombre important de **dépliants** et de **brochures d'information**

En fonction des circonstances, nous adaptons certains de ces outils à la demande de l'établissement scolaire qui nous reçoit, afin de mieux répondre aux attentes des élèves.

## Les interventions en classe

Des **tandems**, formés d'un soignant et d'un usager ou d'un soignant et d'un proche, vont au-devant des jeunes. Dans l'intimité de la classe et à travers l'expérience de chacun, les échanges se font avant tout sur la santé mentale, sur la nécessité de la sauvegarder, sur les troubles psychiques, sur l'importance d'une prise en charge précoce et sur les traitements existants.

Les intervenants prennent la parole pour dire leur vécu, leur maladie ou leur santé retrouvée; pour raconter des moments de la vie d'un proche qui accompagne une personne malade ou pour parler des expériences que les soignants vivent dans leur carrière. Ces moments privilégient des échanges plus étroits, d'où émergent très souvent des questions plus personnelles ou des témoignages vibrants de la part des élèves.

Nous ne fournissons pas aux jeunes des définitions toutes faites, mais cherchons avec eux ce qui définit le mieux la santé mentale et quels sont les moyens de se faire aider.