

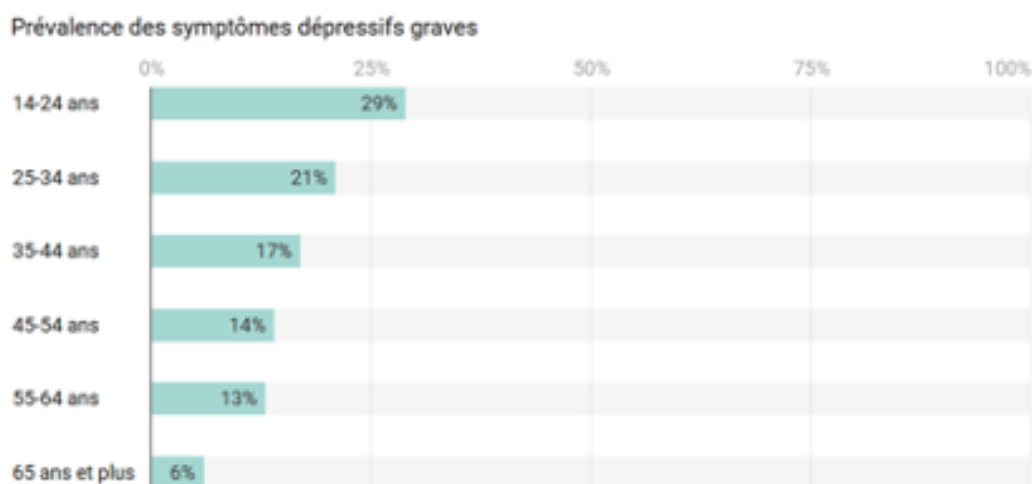
Postulat

«Covid-19 : protégeons la santé mentale des jeunes Yverdonnois et Yverdonnoises »

Alors que la crise du Covid se prolonge, un nombre grandissant d'entre nous se sent épuisé. Stress professionnel, financier ou familial, isolement social, incertitude quant à l'avenir : notre santé mentale est mise à rude épreuve.

Le phénomène va au-delà des fatigues passagères auxquelles nous sommes toutes et tous plus ou moins habitué·e·s. Une étude menée par des chercheurs et chercheuses de l'Université de Bâle^[1] le démontre : la pandémie affecte en profondeur la santé mentale de la population. Le taux de personnes souffrant de symptômes dépressifs **graves** est passé de 3,4% avant la crise à 9,1% pendant le premier confinement. En novembre 2020 (derniers chiffres à notre disposition), il se situait à 18%, soit près d'un cinquième de la population.

Les jeunes sont particulièrement touchés. 29% des 14-24 ans, soit près d'un tiers des adolescent·e·s et jeunes adultes, souffrent de symptômes dépressifs **graves**.



Les résultats concernent la période d'enquête du 11 au 19 novembre 2020. Pendant ce laps de temps, 11 612 personnes issues de toute la Suisse ont participé à l'enquête anonyme en ligne sur fr.coronastress.ch.

Source: [Corona Stress Study](#) • Insérer • Créé avec [Datawrapper](#)

L'étude bâloise n'est pas la seule à mettre en évidence cette inquiétante évolution. Pro Juventute a également tiré la sonnette d'alarme dans un rapport publié à la fin du mois de février. Il en ressort qu'en 2020, les demandes des jeunes adressées à leur numéro d'urgence concernant les questions de « "solitudes" ont augmenté de 37% par rapport à l'année précédente, celles concernant le fait de "perdre des ami·e·s" de 93% ». Les appels liés à des conflits intrafamiliaux ont également augmenté de manière drastique.

La Suisse romande semble plus affectée par ce phénomène que le reste du pays^[2].

Cette souffrance psychique des jeunes face à la crise du Covid se traduit également par une hausse des consultations et des hospitalisations en raison de troubles psychiques. Le CHUV a ainsi vu « les hospitalisations en pédopsychiatrie [augmenter] de 60% entre juin et septembre 2020 par rapport à l'année précédente »^[3].

Yverdon n'échappe pas à cette évolution inquiétante. Les suivis socio-éducatifs dans le domaine de la jeunesse sont en augmentation. Les éducateurs et éducatrices observent une hausse des situations de rupture avec le milieu scolaire et celui de la formation professionnelle : les jeunes qui ne vont plus à l'école, qui ne trouvent pas de place d'apprentissage, pas d'emploi, sont de plus en plus nombreux. Or, on le sait : la santé mentale est étroitement liée à l'insertion socioprofessionnelle.

Comme l'écologie, la santé mentale tient non seulement de la responsabilité individuelle, mais aussi de notre responsabilité collective. Pour tenter d'endiguer le phénomène et ses effets désastreux à court, moyen et long termes pour les jeunes concernés, leur entourage et l'ensemble de la population, des mesures doivent être mises en place urgemment à tous les niveaux : communes, cantons et Confédération doivent agir maintenant, avant qu'il ne soit trop tard. Sans cela, la pandémie de coronavirus pourrait bien se transformer en « burn-out pandémie » - pour reprendre les termes d'un article du *New Scientist*.

Plusieurs mesures peuvent être prises au niveau communal. Nous pouvons par exemple :

Favoriser le maintien du lien social chez les jeunes en faisant la promotion des activités (associatives ou communales) existantes qui leur sont proposées et qui sont compatibles avec les règles sanitaires (studio d'enregistrement, Ateliers DJ mix, Sports 1400, etc.), en développant et soutenant le développement de nouvelles activités, notamment en allant à la rencontre des jeunes là où ils/elles ont l'habitude de se retrouver (skate park, Rives, piscines, plages, etc.), mais aussi en encourageant le développement de structures de soutien entre pairs.

Encourager la pratique d'une activité physique en sensibilisant les jeunes et leur famille à l'importance de bouger pour le maintien d'une bonne santé mentale, en augmentant la capacité d'accueil dans les activités sportives jeunesse offertes par le JECOS (Sport 1400), mais aussi en organisant davantage d'activités sportives à destination des jeunes via le service des sports et en soutenant les clubs sportifs pour qu'ils puissent élargir momentanément leur offre et proposer leurs activités à de nouveaux « juniors ».

Sensibiliser les jeunes et leur entourage (parents, enseignant·e·s, infirmiers et infirmières scolaires, associations en contact avec les jeunes) par le biais des réseaux sociaux, de courriers, de courriels, d'affichages dans les lieux qu'ils/elles fréquentent, etc. aux signes premiers de la dépression et aux services et outils à disposition pour la prévenir ou y répondre : test d'autoévaluation des symptômes dépressifs (<https://fr.coronastress.ch/>), numéro de téléphone d'écoute et de soutien (147 Pro Juventute, 143 La Main tendue), sites internet d'information et d'orientation des jeunes (ciao.ch, etc.), brochures « Take care » de l'Institut des sciences de la santé et l'Institut de psychologie appliquée de la Haute école spécialisée de Zürich (ZHAW) qui proposent aux adolescent·e·s et aux parents de jeunes enfants des pistes d'activités à mettre en place pour prendre de soi ou de son enfant^[4], etc.

Favoriser l'accès aux services d'urgence en psychiatrie et en pédopsychiatrie pour les jeunes yverdonnois.es en diffusant auprès des jeunes et de leur entourage l'information sur les lieux de consultation existants à Yverdon (consultation ambulatoire en pédopsychiatrie, services à disposition dans les écoles, etc.), en mettant à disposition en concertation avec les professionnel·le·s un service 24h/24h pour les jeunes yverdonnois.es, voire en soutenant financièrement les consultations.

Soutenir les professionnel·le·s des services communaux au contact avec les jeunes (police, secteur jeunesse du JECOS, etc.) afin de leur offrir les outils et moyens nécessaires pour pouvoir aller à la rencontre, accompagner et recevoir les jeunes dans de bonnes conditions et faire face avec eux aux enjeux relatifs à leur santé mentale (mise à disposition en suffisance de lieux adaptés – ouverts et fermés, augmentation de la dotation en personnel,

notamment dans le domaine de l'éducation de rue et de la prévention, offre en formations, coaching, supervision, etc.).

Au vu de ce qui précède, nous demandons à la Municipalité, par le biais de ce postulat, d'étudier la possibilité de mettre en place des mesures ciblées au niveau communal pour accompagner les jeunes Yverdonnois et Yverdonnoises dans le contexte de la crise du Covid et favoriser leur bonne santé mentale à court, moyen et long terme.

Permettez-moi une dernière remarque pour conclure. Pour que ce postulat fasse pleinement sens et soit efficace, il paraît essentiel qu'une fois accepté par ce conseil il soit mis en œuvre en concertation étroite avec des jeunes d'âges et d'horizon différents (écolier·ière·s, apprenti·e·s, étudiant·e·s, jeunes en rupture, etc.).

Je vous remercie pour votre attention,

Pour le groupe des Vert.e.s, Céline Ehrwein, 25 avril 2021

[1] Université de Bâle, Swiss Corona Study, disponible on-line à l'adresse : <https://fr.coronastress.ch/> (dernière consultation le 17 mars 2021).

[2] Voir l'étude bâloise citée ci-dessus.

[3] RTS, Covid-19, le cri de détresse des jeunes, 4 février 2021.

[4] Institut des sciences de la santé et l'Institut de psychologie appliquée de la Haute école spécialisée de Zürich (ZHAW) »Prends soin de toi » et « Comment renforcer la santé mentale de mon enfant? », disponibles on-line à l'adresse <https://www.zhaw.ch/fr/gesundheit/forschung/gesundheitswissenschaften/projekte/take-care/#c150542> (dernière consultation le 17 mars 2021).