

La Fresque de la Santé Mentale® se déploie partout en France pour sensibiliser à la santé mentale



(Animation d'un atelier de la Fresque de la Santé Mentale®, un outil de sensibilisation proposé par Nightline)

À l'approche de la Journée mondiale de la santé mentale, Nightline lance sa nouvelle campagne de sensibilisation en faveur de la [Fresque de la Santé Mentale®](#) : un outil pédagogique développé depuis plus d'un an, avec le soutien de la Fondation Sisley d'Ornano et en partenariat avec Psycom pour la conception. Michel Cymès et le créateur de contenus Clément Gauthier, nouveaux ambassadeurs de l'association, s'engagent pour promouvoir cet outil auprès du grand public.

Un outil pour démocratiser et changer les représentations en santé mentale

D'après le baromètre "Le bien-être mental des Français" réalisé par la Fondation Aesio avec l'IFOP, en 2023, la santé mentale reste un tabou pour 73 % des Français. Pour aborder le sujet autrement et toucher une audience encore plus large, Nightline a développé la [Fresque de la Santé Mentale®](#) en collaboration avec des jeunes, des étudiants, des professionnels de santé et différents partenaires, membres de l'écosystème de la santé mentale.

La simplicité de ce modèle d'atelier permet de sensibiliser un grand nombre de personnes dans une démarche interactive et validée scientifiquement. En construisant ensemble une fresque visuelle composée de 36 cartes-concepts illustrées, et en échangeant sur les réalités de la santé mentale, les participants sont invités à déconstruire les idées reçues et à renforcer leur compréhension et leur empathie.

La Fresque de la Santé Mentale® n'est pas conçue comme un outil thérapeutique et ne se substitue pas à une consultation. L'objectif est de parler de santé mentale en général, collectivement, et non de sa propre santé mentale.

La santé mentale, une responsabilité collective partout et pour tous

Le mercredi 2 octobre marquera le lancement de la nouvelle campagne de Nightline en faveur de la Fresque de la Santé Mentale® avec un événement organisé par l'association pour ses partenaires et nouveaux ambassadeurs : le docteur Michel Cymès, personnalité publique bien connue des Français, ainsi que le créateur de contenus Clément Gauthier, connu sous le pseudonyme @clemgot sur TikTok et qui aborde ouvertement des sujets liés à la santé mentale sur ses réseaux sociaux, ont rejoint l'équipe d'ambassadeurs de l'association pour promouvoir la Fresque de la Santé Mentale® auprès du grand public. L'actrice et autrice Victoire Maçon-Dauxerre, ambassadrice de l'association depuis 2 ans et personnalité particulièrement investie pour une meilleure représentation des troubles psychiques auprès des politiques et dans les médias, a également confirmé sa présence à cet événement de lancement.

Cette campagne, réalisée avec le soutien du Ministère de la Santé et de l'Accès aux soins, le Crous de Paris via la CVEC et la Fondation Aésio, coïncidera avec la Journée mondiale de la santé mentale, célébrée chaque 10 octobre en lien avec l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), marquant ainsi, comme depuis plusieurs années, un moment fort de l'engagement de l'association en faveur d'une mobilisation collective pour la sensibilisation aux questions de santé mentale.

À l'issue de leur formation offerte par Nightline France, de nombreux animateurs encadreront des ateliers sur l'ensemble du territoire métropolitain et ultramarin, notamment dans les neuf régions d'activité de l'association. Si cette première phase vise à cibler les 18-30 ans plus particulièrement (mais pas exclusivement), la Fresque de la Santé Mentale® poursuivra son expansion après la campagne, avec une phase de déploiement ciblant les plus de 30 ans.

Des actions diverses et variées pour promouvoir cette initiative

Parce que la santé mentale est l'affaire de toutes et tous, Nightline imagine une campagne innovante, au plus près des individus.

La Fresque de la Santé Mentale® fera ainsi son entrée en gare avec une campagne d'affichage mise en place dans le Hall 3 de la Gare de Lyon du 8 au 14 octobre prochain. La Fresque de la Santé Mentale® sera également visible en ville grâce au réseau d'écrans Phénix qui permet de diffuser des messages d'intérêt public, et sur les campus et lieux de vie étudiants avec des affiches diffusées par les partenaires universitaires de l'association.

Sur les réseaux sociaux de Nightline et via des partenariats avec des créateurs de contenus et des médias digitaux ciblés tels que Être Étudiant ou Les Petits Frenchies, de nombreux contenus seront diffusés pour continuer à sensibiliser largement aux enjeux cruciaux de la santé mentale tout en donnant envie au plus grand nombre de participer à la Fresque de la Santé Mentale®.

Qui sommes-nous ?

Nightline France est une association qui œuvre à améliorer la santé mentale des jeunes et des étudiant-e-s à l'échelle individuelle, collective et systémique, à travers un large panel de ressources développées *par et pour* les jeunes avec l'appui de professionnel-le-s. Parmi nos initiatives phares :

- 👍 **SOUTENIR** • Un service d'écoute nocturne tenu par et pour des étudiant-e-s sur tout le territoire de 21h à 2h30
- 👍 **OUTILLER** • La Fresque de la Santé Mentale®, un atelier de sensibilisation pédagogique et participatif pour tous
- 👍 **FORMER** • Le dispositif « Sentinelles Étudiantes » pour repérer ses pairs étudiant-e-s en détresse et les orienter
- 👍 **INFORMER** • Un annuaire interactif qui cartographie les dispositifs d'aide psychologique gratuits pour les étudiant-e-s
- 👍 **SENSIBILISER** • Communication auprès des jeunes, recherche, plaidoyer institutionnel...

Quelques chiffres :

(sur l'année universitaire 2023-2024)

- 👍 **400 bénévoles** • Près de 400 bénévoles font vivre Nightline partout en France accompagné-e-s par des professionnel-le-s
- 👍 **25 000 jeunes** • 280 actions de proximité dans plus de 70 villes ont sensibilisé environ 25 000 jeunes sur leurs lieux de vie
- 👍 **9 régions** • Nightline dispose d'un maillage territorial en Métropole & Outre-mer au plus près du terrain et des jeunes
- 👍 **18 330 contacts** • Plus de 18 000 tchats et appels reçus et 309 nuits d'écoute pour agir face à la détresse étudiante