

# Une expo pour promouvoir la santé psychique des jeunes

Le Service neuchâtelois de la santé publique inaugure « C'est pas tabou d'être à bout ! », une exposition qui vise à lever le voile sur la santé psychique des ados et à leur donner des pistes pour prendre soin de leur bien-être mental.



Le Canton de Neuchâtel se dote d'un nouvel outil pour sensibiliser les jeunes aux enjeux liés à leur santé psychique. L'exposition « C'est pas tabou d'être à bout ! », inaugurée le 23 mai 2024 au Centre de loisirs de Neuchâtel, vise à combattre les idées reçues, à mieux connaître les ressources d'aide à disposition et à susciter la réflexion. Un objectif est confié aux jeunes en début de visite : aider un·e ami·e qui rencontre une situation de mal-être, se questionne sur son avenir, subit du harcèlement ou souhaite faire son coming-out. Grâce à une application web qui accompagne l'exposition, les adolescent·es sont amené·es à renforcer de manière ludique et interactive leurs compétences en santé mentale.

## Une exposition itinérante à disposition sur demande

Le Service cantonal de la santé publique a développé ce projet en collaboration avec les jeunes ainsi que les animatrices et animateurs du Centre de loisirs de Neuchâtel et du Kallo à La Grande Béroche. Afin de pouvoir toucher le public visé le plus largement possible, l'exposition a été conçue dans l'optique de pouvoir être transportée et installée facilement dans divers lieux. Elle est mise à disposition gratuitement des écoles, des associations culturelles, des clubs sportifs ou des manifestations qui souhaiteraient l'accueillir.

Sa mise sur pied intervient dans un contexte où la santé mentale des jeunes s'est péjorée, comme l'a démontré une étude réalisée par Addiction Suisse en 2023. De plus, une enquête d'Unisanté (Lausanne) publiée en 2021 indique que les ami·es sont les personnes-ressources vers qui les jeunes se tournent le plus souvent en cas de détresse émotionnelle et qu'un tiers d'entre elles et eux ne se tournent vers personne en cas de dépression ou d'anxiété. L'exposition complète les autres actions pilotées par le Canton de Neuchâtel dans le domaine de la santé psychique, telles que les ateliers de STOP SUICIDE proposés à toutes les classes de 11<sup>ème</sup> année ou encore les formations offertes aux professionnel·les actif·ves auprès des enfants et des jeunes.

(Source : communiqué de presse)

Exposition « C'est pas tabou d'être à bout ! » : à découvrir au Centre de loisirs de Neuchâtel (Chemin de la Boine 31) le vendredi 24 mai de 16 h à 19 h et le samedi 25 mai du 14 h à 18 h. En cas d'intérêt pour l'accueillir : [opsp.scsp@ne.ch](mailto:opsp.scsp@ne.ch)