

Invitation à la rencontre intercantonale latine (RIL)
Le 25 avril 2023 de 13h15 à 17h00 à l'Hôtel Continental à Lausanne

« Quand la souffrance des jeunes mène au burn-out ou à l'addiction : comprendre, prévenir et accompagner »

Présentation du thème

La santé mentale des adolescents et des jeunes adultes a été fortement impactée ces dernières années. Le Covid-19 mais aussi l'écoanxiété, les conflits internationaux peuvent être des facteurs aggravants qui s'ajoutent aux inquiétudes appartenant à cette période de la vie telles que la construction identitaire, le choix d'un métier, l'intensification des études ou des apprentissages, les difficultés à trouver du travail ou un logement. Tout cela couronné par la culture du « always on ». La fuite dans les substances, dans les études ou le travail ou encore l'abandon de ces derniers doivent être compris comme un symptôme qui, s'il n'est pas pris en charge de manière adéquate, peut s'imprimer durablement et favoriser l'apparition de problèmes à long terme. Que se passe-t-il dans la vie de nos jeunes ? Comment prévenir le burn-out et la consommation de substances en période de stress ? La RIL 2023 présente des exemples de prévention et des d'outils qui visent à renforcer leurs ressources.

Objectifs

- Comprendre les mécanismes qui conduisent au burn-out et/ou à la consommation de substances
- Questionner les pistes pour prévenir et accompagner ces situations de vulnérabilité
- Échanger dans une perspective interdisciplinaire

Présentation de la RIL

La Rencontre intercantonale latine (RIL) s'inscrit dans les stratégies nationales MNT et Addictions. Portée par l'OFSP, l'OFDF, Promotion Santé Suisse et la Conférence des directrices et directeurs cantonaux de la santé, elle se veut un espace pour échanger et partager sur des sujets liés aux addictions, à la promotion de la santé et à la prévention des maladies non transmissibles.

Public cible

La RIL s'adresse principalement aux professionnels de la promotion de la santé et de la prévention intervenant sur le terrain. Les autres professionnels sont les bienvenus.

Inscription

Merci de vous inscrire sur le site du grea.ch jusqu'au 20 avril 2023 et de choisir deux ateliers. La RIL est gratuite.

Programme au verso

Programme

Heures	Conférences	Interventions de
13h15 – 13h30	Accueil	
13h30 – 13h40	Mots de bienvenue des porteurs de projet	Sophie Barras Duc Collaboratrice scientifique, OFSP
13h40 – 14h30	Introduction : mécanismes et facteurs de risques menant au burn-out et à la consommation de substances <ul style="list-style-type: none"> - Définition : qu'est-ce que le burn-out (et quel lien avec la consommation de substances ou certains comportements) - Constats et enjeux chez les jeunes : dégâts du burn-out dans un cerveau en construction - Pourquoi ? - Recommandations 	Dr Philippe Stephan Pédopsychiatre, responsable des Mouettes
14h30 – 15h30	Ateliers : round 1 Choix d'un atelier sur quatre (voir liste ci-dessous)	Plusieurs intervenants
15h30 – 15h50	Pause 20 minutes	
15h50 – 16h45	Ateliers : round 2 Choix d'un atelier sur quatre (voir liste ci-dessous)	Plusieurs intervenants
16h50 – 17h00	Conclusion et dernières infos (ressources) en plénum	Porteurs de projet
17h00	Clôture	

Les ateliers

No/Thèmes	2 ateliers à choix sur 4 (Un atelier dure 55 min, soit 60 min avec changement de salle)	Interventions de
1. Comprendre, partager et accompagner : les ressources des adultes concernés au service des jeunes	L'intérêt du savoir expérientiel des pairs en santé mentale n'est plus à démontrer. L'expérience de la souffrance psychique ainsi que le rétablissement sont des outils qui permettent d'accompagner aussi bien les jeunes que les moins jeunes dans l'élaboration de leur propre parcours à travers la maladie. Et quand ce savoir se superpose à la parentalité des pairs, ces compétences sont renforcées : elles génèrent de l'espoir et renvoient à la notion de modèle et de responsabilité que chacun peut assumer auprès de la jeunesse confrontée à de multiples crises.	Tania Zambrano Ovalle Pair praticienne en santé mentale, Cité des Inventions / Fondation de l'Orme
2. Quels liens entre « burn-out » et consommation de substances chez les jeunes ?	Le burn-out peut conduire à la prise de substances, à la dépression, voire au suicide. Les jeunes peuvent aussi être stressés, sous pression, surchargés par leurs études ou leur emploi. Comment définir le burn-out dans un contexte adolescent ? Quels liens avec la prise de substances ? Comment accompagner les jeunes qui sont dans ces situations ? En quoi le traitement diffère des adultes ? Quels sont les risques à long terme ?	Dre Charlotte Montel Pédopsychiatre et co-responsable des consultations générales et spécialisées du SUPEA Kathia Bornand Intervenante sociale, coresponsable d'unité, Unité DÉPART
3. La gestion des risques en entreprise pour les jeunes	Plusieurs entreprises se dotent d'un management de la gestion et de la prévention des risques psychosociaux et de consommations de substances en entreprise : conception des horaires de travail, enquêtes de climat social et de santé, accompagnement ergonomique à la conception de locaux, etc. Comment conseiller au mieux les entreprises et les directions pour éviter le surmenage des jeunes ? Quels sont les outils pour prévenir et accompagner les jeunes collaborateurs et collaboratrices qui souffrent ?	Rafaël Weissbrodt Psychologue du travail, professeur associé, Haute école de santé du Valais
4. Accompagnement des jeunes en souffrance : approche holistique et vision pluridisciplinaire de la prise en charge	Évolutions technologique, familiale, éducative et professionnelle, crises successives, développement de produits addictifs : les ancrages du burn-out des jeunes évoluent, se développent et modifient l'accompagnement. Quels éléments impactent la santé psychique de nos jeunes ? Quelles conséquences et quel lien entre burn-out et consommations ? Comment repérer ? Quels leviers d'action dans l'accompagnement ? Une approche qui axe sur la mise en lumière des ressources, leur développement et le réseau.	Sarah Bertschi Consultante et coach spécialisée en santé au travail, burn-out et gestion de crise