

Santé mentale des jeunes : quelles solutions à Nantes ?

La santé mentale, « grande cause nationale 2025 » ? Depuis le drame survenu en avril au lycée Notre-Dame-de-Toutes-Aides, celle des jeunes s'avère particulièrement scrutée à Nantes. Confrontés à la crise de la pédopsychiatrie et à un manque de moyens général, les acteurs locaux privilégient une approche globale. Pour les jeunes en souffrance psychique, les épaules vers lesquelles se tourner s'avèrent déjà nombreuses sur le territoire. Tout le défi consiste à les solidifier.

PAR ANTOINE GAZEAU – PHOTOGRAPHIES THOMAS LOUAPRE / DIVERGENCE

Y aura-t-il un avant et un après 24 avril 2025 ? Autour de 12 h 30 ce jour-là, Lorène, 15 ans, est tuée de 57 coups de couteau dans sa classe de seconde du lycée Notre-Dame-de-Toutes-Aides, à Nantes. Non seulement son assaillant, âgé de 16 ans, avait déjà poussé six fois la porte de la Maison des ados (MDA), une structure départementale dédiée aux jeunes en mal d'aide, d'orientation ou d'écoute, mais il avait aussi été convoqué par la direction de son établissement à la suite de plusieurs alertes. Et il sera hospitalisé en psychiatrie dès sa garde à vue. À elles seules, ces trois composantes du « drame de Nantes » montrent la difficulté à laquelle on se heurte en abordant la prise en charge de la santé mentale des jeunes dans la région. « *Pour ce jeune, repéré et suivi, le processus était bien enclenché, constate Guillaume Baudouin, directeur de Solipsy, une association engagée, notamment, dans la prévention du risque suicidaire. Mais on ne peut pas prévoir la décompensation. Ni son ampleur ni son moment.* » Au-delà de cette invitation à l'humilité, le psychologue insiste : « *On n'apporte pas des réponses simples à des problématiques complexes. Et en matière de santé mentale, il ne faut surtout pas essentialiser.* » Voilà qui est posé.

À Nantes comme ailleurs, le diagnostic semble en tout cas quasi unanime : le mal-être s'accroît chez les jeunes. Si « 85 % d'entre eux vont très bien, rappelle entre autres Rachel Bocher, cheffe du service de psychiatrie au CHU, les 15 % restants vont de plus en plus mal. Et parmi eux, au moins 6 % vont extrêmement mal. » Les réseaux sociaux, l'écoanxiété, les phobies scolaires ou le harcèlement sont autant de facteurs de mal-être pour une génération qui a déjà vécu douloureusement la crise sanitaire. Un chiffre fait d'ailleurs froid dans le dos : dans les Pays de la Loire, selon l'agence régionale de santé (ARS), les hospitalisations pour tentative de suicide ont augmenté de 71 % entre 2019 et 2021, chez les filles de 12 à 17 ans.

CRISE SÉVÈRE

Le second constat quasi unanime, en miroir, c'est celui d'une crise sévère de l'offre de soin en pédopsychiatrie. En Loire-Atlantique, on compte seulement une quarantaine de pédopsychiatres publics, et les délais d'attente pour un suivi en centre médico-psychologique (CMP) dépassent souvent un an. On compte aussi 4,3 lits pour 100 000 habitants, soit quatre fois moins qu'à l'échelle nationale

(16,5 pour 100 000), et de nombreux ados se retrouvent hospitalisés dans des unités adultes. Pour parer à cette situation d'urgence, le CHU de Nantes ouvre par exemple, cet été, l'unité Philaë : 8 lits réservés aux 15-18 ans à l'hôpital Saint-Jacques – qui a dû fermer 14 lits adultes. Seize lits verront aussi le jour d'ici à 2026 au centre hospitalier Georges-Daumezon, à Bouguenais. Mais il en manquera encore une trentaine pour répondre aux besoins, selon plusieurs professionnels.

Les structures s'adaptent à cette pénurie. La formation des infirmières en pratique avancée en santé mentale s'intensifie. Les acteurs ont aussi renforcé leurs dispositifs en ambulatoire. Notamment les soins psychiatriques intensifs à domicile (SPID), ces unités mobiles pluridisciplinaires qui orchestrent une prise en charge intensive du jeune à son domicile. Cet « aller-vers », selon Rachel Bocher, est essentiel : *« Le premier contact avec la psychiatrie est déterminant. S'il nourrit une image stigmatisante de la maladie mentale, il peut renforcer le déni et retarder les soins. »* Directrice de l'autonomie et de la santé mentale à l'ARS, Élodie Peribois insiste : *« Il est parfois décisif que la personne reste dans son environnement et qu'il n'y ait pas de rupture. »* Pour les ados, le département compte six SPID. Et selon l'ARS, c'est une piste qui demeurera privilégiée.

VOLONTÉ POLITIQUE

Troisième et dernier constat unanime, enfin : la volonté politique locale semble réelle sur le sujet. Johanna Rolland, maire de Nantes et présidente de Nantes Métropole, n'a pas attendu le drame d'avril pour se montrer mobilisée, impliquée et prescriptrice. Dès 2022, après avoir initié le premier colloque « Villes et santé mentale », elle signe « l'appel de Nantes ». On peut améliorer la santé mentale des habitants en travaillant sur le logement, les transports ou l'accès aux services publics, y lit-on en filigrane. Autre preuve de cette volonté : le vote à l'unanimité d'un contrat local de santé (CLS) métropolitain, en avril dernier, dont un axe entier est dédié à la santé mentale. Fait rare, *« tous les conseils municipaux ont*



délibéré, applaudit Florian Lavoyer, le directeur de la santé publique de la Ville. *On voulait un dispositif qui soit le plus ancré possible et avoir ainsi des portes d'entrée solides un peu partout sur le territoire.*

Les autres collectivités ne semblent pas en reste. Le Département de la Loire-Atlantique fait bruyamment savoir son attachement au sujet quand il renouvelle, le 22 mai, ses subventions aux associations Solipsy ou Le Pas. Seul bémol récent : les coupes décidées par la Région Pays de la Loire sur le budget 2025. Certains acteurs craignent un effet domino, à commencer par exemple par la mission locale de Nantes, l'ATDEC, qui elle-même perd d'ailleurs 487 000 euros. Qu'en sera-t-il demain de la convention la liant à Solipsy et à l'ARS, qui permet d'acheminer des jeunes vers des structures adaptées à leur besoin ?

PREMIER NIVEAU

Dans ce contexte grisâtre, les efforts sont naturellement orientés dans deux directions : la première ligne et la prévention. Vendredi 9 mai 2025, collège Îles-de-Loire, Saint-Sébastien-sur-Loire. Un élève de 16 ans exprime auprès de l'infirmière scolaire ses envies de tuer ses camarades. C'est elle qui alertera la police, et l'ado rejoindra vite un hôpital psychiatrique. *« On en parle peu, mais le travail des professionnels dans les établissements scolaires est*

Selon plusieurs spécialistes, si 85 % des jeunes vont très bien, les 15 % restants vont de plus en plus mal. Et parmi eux, 6 % vont extrêmement mal.

admirable», rappelle Nicolas Oudaert, président de la MDA. Cette première ligne paraît pourtant trop fine. En Loire-Atlantique, où les créations de postes sont gelées depuis 2017, il manquerait au moins 80 infirmières scolaires dans le public, selon plusieurs syndicats. Même constat dans le privé, où seules 30 infirmières exercent, ou encore du côté des psychologues scolaires : on en compterait un pour 1800 élèves dans le public, et un pour 8600 élèves dans le privé ! *«L'accompagnement psychologique est un enjeu éducatif collectif, qui ne doit pas varier selon la nature du réseau scolaire»*, déplore Sara-Anna Ardeois, responsable du service de psychologie à la direction diocésaine de l'enseignement catholique (DDEC).

PREMIERS SECOURS

«Quand on va mal, l'essentiel est d'en parler à un adulte en qui on a confiance», résume Mélanie Viguier, directrice de l'École des parents et des éducateurs (EPE). À son médecin généraliste par exemple. *«C'est notre première porte d'entrée, souligne Élodie Peribois, à l'ARS. On doit lui apporter une expertise et des conseils pour lui permettre de réagir plus facilement quand il est en difficulté avec un patient.»* L'appui aux parents pourrait aussi être renforcé. Nantes Métropole s'adressera bientôt à ces derniers en intensifiant sa sensibilisation à l'usage des écrans, et la Maison de l'enfant, dont le projet a été détaillé début 2025, les aidera très tôt à poser des mots sur les difficultés de leur enfant.

La première ligne, ce sont aussi les clubs sportifs, par exemple. À la rentrée prochaine, la MDA devrait se tourner vers leurs salariés et bénévoles. *«Face à un ado qui participe soudain moins à la vie du groupe, les adultes ne savent pas toujours quoi faire, constate Julien Coué, le directeur. On leur suggérerait des modules de sensibilisation pour les aider.»* De manière générale, les formations aux premiers secours en santé mentale dispensées aux adultes encadrants vont s'intensifier dans les mois à venir. L'ARS y travaille. Nantes Métropole propose déjà à ses agents le module de formation générique. Dès que l'association PSSM France, qui porte ce pro-



Face à un ado qui soudain s'isole, l'adulte encadrant doit apprendre à réagir : c'est l'objet des formations de premiers secours.

gramme au plan national, aura peaufiné son module «ados», *«on le déploiera intensivement»*, promet Martine Oger, vice-présidente chargée de la santé. Du côté de l'université, ces formations, qui aident à reconnaître les signes de détresse et à réagir de manière appropriée, sont aussi proposées aux enseignants, aux chargés de TD, aux bibliothécaires, etc.

PAIR-À-PAIR

Et puis il y a les sacro-saints pairs. En 2022, le campus de Nantes fut l'un des premiers à intégrer la ligne d'écoute Nightline. Ici, les étudiants parlent aux étudiants dans une bulle réconfortante... Et si l'encadrement psychologique des écoutants eux-mêmes mérite attention, selon plusieurs spécialistes, cette relation de pair-à-pair demeure un levier privilégié dans la prévention des souffrances psychiques. Toujours sur le campus, près de 500 étudiants ont été formés aux premiers secours depuis 2021. Sur la ville de Nantes, douze ambassadeurs en santé mentale (dix à Saint-Nazaire), en service civique, sillonnent également les lycées, les foyers de jeunes travailleurs ou les missions locales. Et le bataillon, qui en est à sa deuxième cohorte,

va s'élargir, notamment grâce au CLS métropolitain, qui ambitionne de répliquer le modèle dans les autres communes de Nantes Métropole. *« Il sera toujours plus efficace de faciliter un échange entre jeunes plutôt qu'un discours institutionnel trop vertical »*, analyse David Errard, directeur de la délégitation territoriale de Loire-Atlantique à l'ARS.

Moins le sujet sera tabou, mieux on sera collectivement accompagné. Certains malades *« considèrent que la souffrance liée à la stigmatisation est encore plus importante que celle liée à la maladie »*, notait Jalal Charron, psychiatre au CHU de Nantes, lors d'une soirée organisée par le conseil de développement de Nantes Métropole, le 30 janvier dernier, autour de la santé mentale des jeunes. L'étiquette freine l'accès à l'emploi, au logement, voire à la prise en charge. Alors d'urgence, *« parlons-en »*, suggère justement le gouvernement en lançant son dispositif « Grande cause nationale » le 3 juin. Il permet entre autres d'être labellisé et vise à *« libérer la parole, décomplexer les conversations et promouvoir l'écoute et l'inclusion dans tous les pans de la société »*.

QUE DE LA COM' ?

Que de la com' ? Ce serait déjà pas mal, arguent plusieurs acteurs, dont l'EPE, qui vient d'ouvrir un compte Instagram pour mieux s'adresser à la cible jeune. *« À terme, on doit pouvoir aborder la santé mentale comme la santé physique, selon David Errard, à l'ARS. Et pour cela il faut en parler, encore et encore. »* Dans un avis citoyen remis aux élus le 6 mars, le conseil de développement de Nantes Métropole propose justement trois pistes d'action : des groupes de parole mensuels entre jeunes, une appli « défi » pour interroger son rapport au smartphone et la mise en place d'un « santémentalomètre », accompagné d'ateliers sur le temps scolaire. Cet outil s'inspire notamment du baromètre de la santé psychologique développé par le gouvernement du Canada. *« On propose de l'adapter aux questions des jeunes, en l'élaborant avec eux, explique Ségolène Charles, coordinatrice du conseil de développement. Notamment parce qu'on sait que les ados vont d'abord vers les outils et les structures qui leur sont dédiés. »*

La réponse de la métropole aux préoccupations exprimées dans l'avis a été dévoilée lors de l'agora citoyenne du 21 juin. Certaines actions déjà lancées, comme la publication, dès l'automne prochain, du *Guide métropolitain de la santé mentale* ou des permanences supplémentaires créées par la MDA sur le territoire, devraient en partie y répondre. De nouvelles actions verront aussi bientôt le jour. Le fameux guide, quelle qu'en soit la forme, devrait par exemple être décliné pour un public de 15-25 ans. Un projet d'appli ? L'idée n'est pas écartée. *« Tous les modes de sensibilisation sont envisageables, résume Martine Oger. L'objectif est de tout mettre en œuvre pour ne pas aller jusqu'aux soins. »*

INTERCONNAISSANCE

Il restera peut-être alors à affiner une coordination déjà bien huilée. Les acteurs se connaissent bien mais pas encore par cœur : *« Vu nos moyens limités, nous nous recentrons tous un peu sur notre cœur de métier, constate Guillaume Baudouin, qui voit affluer les 18-25 ans à Solipsy depuis l'ouverture d'une consultation dédiée en 2022. Il y a un vrai travail d'interconnaissance à mener, pour mieux adapter encore nos réponses. »* Le parcours de soin des ados peut encore être revu. Les liens avec l'Éducation nationale peuvent aussi être mieux tissés. *« Il n'est pas toujours simple pour nous d'entrer dans les établissements sur le temps scolaire, constate Mélanie Viguière, à l'EPE. Ils peuvent juger qu'il y a doublon avec la mission des psychologues scolaires. »* Comme d'autres, elle prône un décroisement et un meilleur maillage. L'ARS y travaille : des « coupe-files » sont par exemple envisagés pour que la médecine scolaire puisse orienter des patients vers un CMP. Nantes Université aussi : à la rentrée prochaine, son centre de santé, situé à Michelet, ouvrira une antenne sur l'Île de Nantes, à proximité des étudiants en architecture, en médecine ou aux beaux-arts. *« Ils ne viennent pas jusqu'à nous, constate Estelle Legeard, directrice du service de santé. On espère en se rapprochant qu'ils prendront mieux soin de leur santé. »* Toujours cette dimension d'aller-vers, toujours cette histoire de dialogue à amorcer. **PP**