

Comment s'en servir ?

L'exposition peut être associée à une action de prévention santé organisée par la MFB et/ou un partenaire :

- formation aux premiers secours en santé mentale,
- animation de cycle de prévention pour les jeunes « Ma santé mentale ... on en parle »,
- conférences/web-conférences sur le sujet de la santé mentale ...

Nous pouvons également organiser une présentation de l'étude du CESER.

Elle pourra aussi être exposée dès lors que le lieu concourt à sa visibilité. Ex : missions locales, facultés, écoles, collèges, lycées, CFA, MFR, tiers-lieux, locaux institutionnels, locaux de santé ...

Contact :

Salomé Peltier, chargée de communication à la Mutualité Française Bretagne : speltier@bretagne.mutualite.fr

Formats

Il existe deux formats d'exposition :

➤ Planches PVC

Format A0 (84,1 x 118,9 cm)
2 exemplaires disponibles

Accroches types « cadres » derrière (nécessite une grille d'exposition ou des cimaises)

➤ Bâche kakémono

Format A0 (84,1 x 118,9 cm)
1 exemplaire disponible

Bâche avec œillets

Dans les deux cas, structures légères, faciles à installer et accrocher.

Une convention de prêt sera à signer par l'emprunteur.

Exposition

La santé mentale des jeunes en image



En partenariat avec :



Pourquoi une expo sur la santé mentale des jeunes en Bretagne ?

La santé mentale est un sujet sensible et encore souvent tabou. Pourtant, selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), « il n'y a pas de santé sans santé mentale ». Elle est même un droit humain fondamental : le droit au bien-être.

En juin 2023, le CESER de Bretagne a adopté un rapport intitulé « **Il faut toute une région pour favoriser le bien-être des jeunes en Bretagne – Promouvoir la santé mentale avec elles et avec eux** ».

À travers ce rapport, il appelle la société et les acteurs publics à se mobiliser, et formule des préconisations.

Afin de faire connaître l'étude et ses préconisations, la Mutualité Française Bretagne, en lien avec le CESER, a demandé à de jeunes artistes - professionnel.le.s du collectif La Vilaine et étudiant.e.s de l'Institut supérieur des arts appliqués (LISAA) de Rennes – de l'illustrer.

Comment se présente l'exposition ?

L'exposition comprend 9 panneaux :

1 panneau de présentation de l'exposition (indispensable)

+

8 panneaux illustrant les 8 grandes préconisations du rapport sous forme de dessins

➤ 1

présentation

➤ 2



©Léo Bret

➤ 3



©Armand Sibiril

➤ 4



©Juliette Antunes

➤ 6



©Solène Perrichot

➤ 5



©Laetitia Ayrault

➤ 7



©Léna Marrec

➤ 8



©Valentine Brit

➤ 9



©Lucie Meslien

➤ 2

Changer de regard sur la santé mentale

C'est un défi culturel pour qu'elle ne soit plus perçue comme une notion tabou, anxiogène et stigmatisante.

➤ 3

Mieux connaître la santé mentale des jeunes

Si des études existent, les données régionales sur la santé mentale des jeunes restent partielles, éclatées et insuffisamment actualisées.

➤ 4

Cultiver la santé mentale de chacune et chacun

Prendre soin de sa santé mentale, c'est rechercher un équilibre entre les obstacles rencontrés dans sa vie et les ressources que l'on peut cultiver et mobiliser en soi et autour de soi.

➤ 5

Améliorer les conditions de vie des jeunes

La société dans laquelle on vit influence notre santé mentale. Ainsi, tout ce qui améliore les milieux de vie des jeunes favorise leur bien-être.

➤ 6

L'habitat, facteur primordial de bien-être

L'accès au logement des jeunes et de leurs familles, un environnement sain et un cadre de vie agréable, sont des conditions essentielles pour la dignité et la santé des personnes, dont leur santé mentale.

➤ 7

De l'éco-anxiété à l'éco-bien-être

La relation à la nature peut améliorer le bien-être psychique. Le sentiment d'impuissance face aux crises climatique et écologique peut provoquer de l'éco-anxiété.

➤ 8

S'engager pour la santé mentale

La participation citoyenne des jeunes contribue à leur bien-être.

➤ 9

Faire de la santé mentale des jeunes une grande priorité

Il faut relever le défi politique et sociétal d'en faire une grande priorité régionale, en y associant les jeunes.