

# HABITAT JEUNES

## LE MAG'

Le magazine de l'habitat des jeunes

N° 12 Septembre 2022

4€

ISSN 2269-3580



**La santé mentale des jeunes, c'est l'affaire de tous !**



© Jérémy Quesada - Universités d'automne Habitat Jeunes

**Vous aussi,  
partagez vos coordonnées pour entrer facilement en contact avec vos pairs !**

**[parthaj.reseauhaj.org](http://parthaj.reseauhaj.org) / [parthaj@reseauhaj.org](mailto:parthaj@reseauhaj.org)**



# Edito



## SOMMAIRE

- 🏠 Actus Réseau ..... P. 02
- 📄 Actus Secteur ..... P. 07
- ☀ Dossier ..... P. 09
- 👤 Portrait d'acteur ..... P. 23
- 🤝 Faire union ..... P. 24
- 🗉 Mur d'expression ..... P. 26
- 👁 Voir, lire, jouer ..... P. 28

C'est la rentrée ! Avec son lot de perspectives plus ou moins réjouissantes. L'été a été brûlant et l'automne s'annonce plein d'adversité. L'ambiance économique, climatique, géopolitique rend difficile de se projeter dans l'avenir. Alors comment faire ? Se confronter avec courage à la situation, imaginer ensemble des manières de combattre, nourrir la créativité collective. Pour les individus comme pour les organisations comment faire pour aller bien, pour aller suffisamment bien pour se confronter aux épreuves de la vie comme aux défis globaux qui nous attendent ?

Pour les jeunes comme pour les équipes qui les accompagnent, *aller vers, aller mieux* est un objectif du quotidien autant qu'un défi au cœur du projet que nous portons. Les acteurs Habitat Jeunes ne sont certes pas des spécialistes de la santé mentale. Pour autant, ce thème travaille les pratiques des uns et le moral des autres à tout moment. Ils sont bien des acteurs essentiels de la santé mentale : à la fois à la bonne place pour comprendre et alerter sur des situations à risque, et constituer à travers leur action un déterminant fort de la bonne santé des jeunes logés.

Le réseau est riche de ses initiatives, nous avons besoin d'échanger sur ce qui marche (un peu, beaucoup...) et unir nos observations afin de plaider pour améliorer ce que nous ne savons pas faire seul.

La santé mentale, c'est aussi le fil rouge de la « motion annuelle » de notre Union qui se clôturera le 18 novembre par notre Journée nationale, à Paris, où nous vous attendons nombreux !

### Marianne Auffret

Directrice générale de l'Union nationale pour l'habitat des jeunes

#### Directrice de la publication :

Marianne Auffret

#### Comité de rédaction :

Samuel Bonneau, Mélanie Bourgeois, Céline Compère, Jade Grélaud, Virginie Ouin, Christelle Petit, Violaine Pinel, Ludmila Taillanter

**Responsable de la communication :**  
Nelly Paolantonacci

**Journaliste :** Emmanuelle Gautier

#### Maquette :

AR Atelier

**Mise en page :** Anne Bouttier

**Photo de Une :** Pierre Duquesne

**Illustration :** Valentin Prévot

**Imprimeur :** Imprimerie RAS

**Papiers :** Certifiés PEFC

(Issus de forêts gérées durablement et de sources contrôlées)

Ce numéro a vu le jour grâce à l'implication de nombreuses autres personnes que nous remercions vivement !

#### Union Nationale pour l'Habitat des Jeunes

12, avenue du Général-de-Gaulle  
94 307 Vincennes Cedex  
[www.habitatjeunes.org](http://www.habitatjeunes.org)

Occitanie

## Donner aux jeunes les clés de la citoyenneté

Résidences Habitat Jeunes l'Atrium - Tarbes  
www.fjt-tarbes.fr



© ATRIUM

**Avec le projet « Aux clés citoyens ! », l'Atrium de Tarbes entend ouvrir les portes de la ville et de la culture française aux jeunes Mineurs Non Accompagnés (MNA) et aux résidents du FJT. Un programme de découverte du territoire très structuré, qui embarque des partenaires de proximité.**

Communiquer, formuler une demande, se déplacer, effectuer des achats, faire des rencontres : pas une sinécure lorsqu'on ne maîtrise ni le Français ni les codes culturels français et qu'on ne connaît pas la ville et ses rouages. À la résidence Atrium de Tarbes, les mineurs non accompagnés, les jeunes issus de l'Aide Sociale à l'Enfance, relevant du DAAII<sup>1</sup> ou bénéficiant d'une protection internationale représentent près de 40 % des résidents.

L'idée avec « Aux clés citoyens ! » est de leur faire découvrir le territoire sous 4 angles différents : le monde associatif et la solidarité, la mobilité, la vie quotidienne, la culture et les loisirs. Kevin Le Ménahèze, animateur de la résidence et Nathalie Saint-Girons, animatrice interculturelle et professeure de FLE (Français Langue Étrangère), ont construit un programme de sorties sous la forme de cycles de 5 séances : un rallye inaugural, pour repérer les 4 lieux choisis – un par axe – pour les

1 Dispositif d'accueil et d'accompagnement à l'insertion et à l'intégration

4 séances suivantes. Un cycle – 1 rallye + 4 sorties – s'étend sur environ 2 mois et demi et rassemble en théorie une douzaine de jeunes. Avec pas mal d'ajustements nécessaires dans les faits : la durée de séjour des MNA, notamment, est parfois trop courte pour boucler un cycle complet.

« Le projet est né d'un constat : beaucoup de ces jeunes en stand-by passent une bonne partie de leurs journées au FJT ou sur leur portable. Pour certains, sortir du foyer est compliqué. » explique Kévin. « Notre objectif est de leur ouvrir des portes sur d'autres possibles. »

Visite d'un centre SPA, courses au centre commercial du coin, découverte du cinéma, du théâtre et ateliers cinématographiques à la scène nationale de Tarbes, envoi d'une carte postale par La Poste, repérage des trajets en transports en commun : « L'idée est de leur montrer qu'ils ont les moyens de réaliser des tâches sociales simples en utilisant la langue française, même avec peu de mots. » précise Nathalie.

Chaque groupe est scindé en binômes, ce qui permet une entraide entre jeunes de communautés linguistiques différentes. En amont de chaque sortie, un travail de co-construction des séances est effectué avec les partenaires choisis, qui se révèlent motivés et – souvent – généreusement investis.

*Notre objectif est de leur ouvrir des portes sur d'autres possibles.*



© ATRIUM

Bourgogne Franche-Comté

## Papillons et colibris

Résidence FJT La Cassotte - Besançon  
www.fjt-lacassotte.com



© RÉSIDENCE FJT LA CASSOTTE

**Comment de jeunes volontaires internationaux participant pour trois semaines à un Chantier international dans un FJT peuvent-ils être mobilisateurs pour les jeunes résidents vivant sur place à l'année ? C'est l'expérience vécue par La Cassotte, à Besançon, durant l'été 2022.**

Permanent 15 années durant dans l'association Solidarités Jeunes, qui organise des actions de volontariat international, aujourd'hui directeur du FJT, Sébastien Normand sait d'expérience qu'un chantier de jeunes peut être très mobilisateur pour la communauté qui l'accueille. Or l'été, à La Cassotte (148 chambres à proximité du centre-ville) beaucoup de jeunes résidents s'ennuient. « L'été c'est calme, les équipes sont réduites, nous proposons moins d'activités, et pour certains jeunes qui sont au chômage, en vacances mais sans avoir les moyens de quitter le foyer, l'été peut être long », explique-t-il. « Ils papillonnent, tournent en rond... ».

Second constat : la résidence, qui se veut ouverte sur l'extérieur, n'est dans les faits pas très accueillante avec son porche austère, ouvrant sur un espace extérieur peu convivial.

L'équipe de La Cassotte tenait là les ingrédients d'un pari gagnant-gagnant : accueillir 7 jeunes volontaires

(venant d'Allemagne, de Turquie, de Hongrie, du Burkina Faso, de Tunisie et de Russie) pour aménager un espace de convivialité extérieur jusqu'ici mal valorisé. Et parier sur le fait que le chantier sera mobilisateur pour les jeunes vivant sur place.

Les conditions d'accueil d'un tel chantier sont à la portée de l'association : « Environ 2 000 € de participation financière à la venue des jeunes, qui sont également nourris et logés. » résume Sébastien. « Nous avons également dû mettre notre technicien de maintenance à contribution comme encadrant technique du chantier, et notre équipe socio-éducative pour mobiliser les jeunes résidents avant le chantier... ».

Depuis le 9 juillet, après trois semaines de chantier, les résultats sont là, bien visibles. L'espace enherbé dans lequel les jeunes sortaient spontanément les chaises pour prendre le soleil aux beaux jours est désormais équipé de jardinières, couplées à des bancs et tables de pique-nique, d'un terrain multisport et d'un barbecue. Cerise sur le gâteau, le chantier s'est, comme prévu, révélé très mobilisateur pour les jeunes résidents. Une dizaine d'entre eux ont donné un coup de main. La participation de jeunes porteurs de handicap accueillis à l'année via la « Fondation Pluriel » a été forte et a permis de riches échanges. Des moments chaleureux

ont été partagés autour de repas internationaux. La population locale, via des associations partenaires, est venue participer à l'inauguration de l'espace que chacun aura pu apprécier.

Forte de ce succès, l'équipe de La Cassotte réfléchit à un projet de festival international sous forme de Forum Jeunesse sur le thème de l'engagement.

Affaire à suivre !

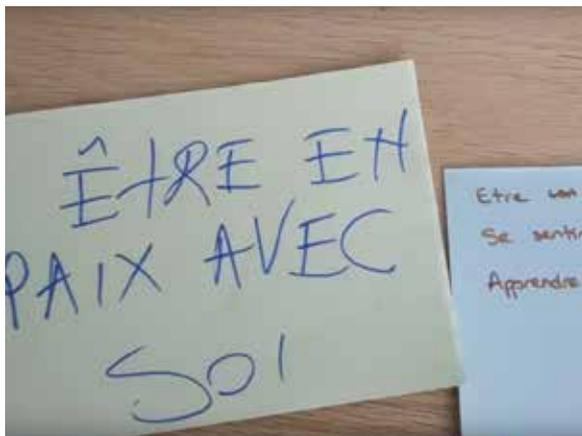


© RÉSIDENCE FJT LA CASSOTTE

Auvergne-Rhône-Alpes

## Lancement d'un programme expérimental en santé

[www.habitatjeunes-aura.org](http://www.habitatjeunes-aura.org)



© URHAJ AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

Une démarche de santé globale inscrite dans le parcours d'un résident Habitat Jeunes, c'est le cœur de l'expérimentation portée par l'Urhaj et financée par l'ARS pendant 2 ans, pour un budget de près de 300 000 €, et qui mobilisera 10 adhérents, 1800 jeunes, 50 salariés et des administrateurs.

L'objectif est d'intégrer la santé des résidents dans les projets d'établissements et d'accompagner la mise en place d'une culture de prévention santé dans le réseau. Le passage par une résidence doit permettre aux jeunes de devenir plus autonomes sur l'ensemble des questions liées à leur santé (bien-être physique, mental, alimentaire, sexuel ; addictions...).

2 axes principaux :

- Intégrer systématiquement la santé à l'accompagnement social global proposé (formation de 77 h des équipes et de 21 h des directions, évolution des projets d'établissement...).
- Accompagner le développement d'actions de santé individuelles et collectives en répondant à des problématiques identifiées lors d'un diagnostic santé du jeune à l'entrée dans la résidence.

À l'issue de ces deux années, l'Urhaj souhaite pérenniser ce dispositif et en faire bénéficier l'ensemble des structures et des jeunes accueillis dans la région.

## Maintenir notre engagement pour la restauration



© JEUNESSE ET HABITAT

Les restaurations Habitat Jeunes sont entrées ces 15 dernières années dans un processus de transformation, à la croisée de multiples transitions : des modes de consommation, du travail, des attentes des jeunes et des entreprises, des territoires.

En 2011, le groupe « alimentation et pratiques de restauration » avait conçu une charte présentant la gamme des restaurations Habitat Jeunes. Avant-gardiste, elle posait avant l'heure l'importance d'intégrer les enjeux environnementaux, sociaux et de santé dans les projets sur l'alimentation.

En 2021, au sortir d'une crise sanitaire ayant fortement éprouvé les projets de restauration, le Conseil d'administration de l'Unhaj a adopté une feuille de route pour accompagner la consolidation des projets. Celle-ci s'est appuyée sur un groupe projet et un cabinet spécialisé sur la thématique pour nourrir les stratégies de consolidation ou de redéploiement des restaurations. Ce travail vient de donner lieu à la production d'un guide d'appui, qui mêle expertise d'usage des adhérents et retours d'expérience sur les offres développées, la tarification, les stratégies d'approvisionnements, les usages des espaces...

Normandie

## À la rencontre d'autres possibles...

[www.habitat-jeunes-normandie.fr](http://www.habitat-jeunes-normandie.fr)



© URHAJ NORMANDIE

En 2021, l'Urhaj Normandie et ses adhérents ont souhaité construire un projet d'envergure en réponse aux desideratas des jeunes accueillis dans le réseau. Dans une conjoncture sanitaire délicate, la mobilité et l'ouverture internationale se sont imposées de manière légitime auprès des résidents.

Suite à la constitution d'un comité de pilotage jeunes, chaque étape proposée (montage du budget, organisation d'actions d'autofinancement, recherche d'activités et de prestataires) a été discutée collectivement tout au long de la démarche. En 2022, plus de 40 résidents et professionnels du réseau Habitat Jeunes normand se sont envolés vers Montréal. Au programme : chantier participatif autour de l'écologie urbaine, visites culturelles et ludiques en vélo ou à pied, rafting sur le fleuve Saint-Laurent, découverte de la gastronomie locale, rencontres et échanges avec des jeunes et travailleurs sociaux du FJT de Montréal...

L'Urhaj salue l'ensemble des directions, administrateurs, équipes socio-éducatives et personnels associés, résidents et bénévoles pour leur dynamisme, leur implication et leur générosité.

Pour en savoir plus :

[www.youtube.com/watch?v=kZ7mt2hrMtg](https://www.youtube.com/watch?v=kZ7mt2hrMtg)

## Agrément national Service civique



© AGENCE DU SERVICE CIVIQUE

2022 : en route pour 3 nouvelles années d'agrément national service civique !

Depuis 2016, l'Unhaj s'est engagée pour faciliter l'implication du mouvement Habitat Jeunes dans l'accueil de volontaires en service civique. Le bilan présenté lors du Congrès de novembre 2021 a pu montrer à quel point l'expérience de service civique était à la fois riche pour les jeunes volontaires mais aussi pour les équipes et les projets.

L'agrément 2022 - 2024 aura comme tonalités particulières les nouveaux objectifs de la motion, notamment autour de l'engagement et de la transition écologique. Il permettra aux associations qui le souhaitent de mobiliser l'outil « service civique » pour offrir l'opportunité à des jeunes de construire leur propre projet, une mission en partant de leurs propres aspirations, à côté des champs de mission traditionnels.

C'est le moment d'engager votre structure dans cette dynamique !

Pour en savoir plus : [servicecivique@unhaj.org](mailto:servicecivique@unhaj.org)

## Des modèles économiques à consolider d'urgence



© COLIN BEHRENS - PIXABAY

**Les modèles économiques des structures Habitat Jeunes sont fragiles. Ces fragilités atteignent nos capacités à développer de l'offre nouvelle, à rénover le bâti obsolète ou peu performant énergétiquement.**

Ce n'est pas nouveau, mais la situation géopolitique, climatique et économique de cette année a aggravé la situation. Loué par le rapport du CGEDD<sup>1</sup> évoqué dans ce Mag', le « modèle FJT » nécessite néanmoins d'obtenir des réponses concrètes de la part des pouvoirs publics pour enrayer ses fragilités : compenser mieux les charges liées à la masse salariale, au surcoût faramineux de l'énergie, et dans certains cas aussi, celles liées à la vacance ou aux impayés.

Il s'agit bien d'un problème systémique qu'il nous faut aborder collectivement avec volontarisme et précision, en récoltant de la donnée de terrain pour produire un plaidoyer étayé auprès de nos différents ministres, afin de faire face à l'urgence de la situation.

En interne, de nouveaux arrivés auront cette charge. Jeanne Bourel, chargée d'études économiques, viendra en appui des adhérents et du réseau et un délégué à la transition du bâti nous rejoindra à l'automne.

<sup>1</sup> Conseil général de l'environnement et du développement durable

## Le chiffre du mois

**10,5  
mois**

**C'est la durée moyenne des séjours Habitat Jeunes<sup>1</sup>.**

Longtemps stabilisée autour de 7 mois, elle augmente, la crise Covid ayant amplifié ce mouvement. Pour les jeunes en situation de vulnérabilité économique ou sociale, ce phénomène est plus important, avec une durée moyenne de 14 mois. Depuis la crise, les jeunes ont de plus en plus de mal à trouver une solution pérenne à leur sortie.

Cette augmentation de la durée moyenne des séjours réduit mécaniquement les capacités d'accueil du réseau : le nombre total de jeunes logés en 2021 a diminué par rapport aux années précédentes (88 000 contre 90 000 auparavant).

<sup>1</sup> Source Sihaj : observation sur les 2 800 jeunes ayant quitté leur logement au cours du 1<sup>er</sup> semestre 2022



© ARMELLE RAZONGLES

## Le CGEDD salue l'utilité sociale des FJT

**En juillet 2021, la ministre du logement Emmanuelle Wargon, a confié au Conseil général de l'environnement et du développement durable (CGEDD) le soin d'établir une évaluation de l'outil foyer pour jeunes travailleurs (FJT) et d'en identifier des pistes d'évolution. Le rapport a été publié fin avril 2022.**

**Rencontre avec les deux auteurs, Thierry Bonnet et Thierry Ménager.**



**Quel est le trait saillant de votre rapport sur l'utilité sociale des FJT ?**

Les FJT représentent une solution d'hébergement modeste d'environ 50 000 places, mais singulière avec une offre d'accompagnement socio-éducatif multidimensionnel.

Notre mission a procédé à des traitements statistiques, il en ressort que les FJT préparent des jeunes souvent vulnérables au logement autonome tout en répondant pour d'autres à l'exigence d'une mobilité réactive au marché du travail. Leur dimension humaine, l'orientation sociale de ses acteurs, le soutien constant de l'État, des collectivités et des institutions financières sont une réalité. Le dispositif FJT n'a eu de cesse d'évoluer et de se réinventer.

**Comment développer l'offre ?**

Du fait d'un double statut juridique, toute construction ou extension de FJT suppose une procédure d'appel à projet. Un dispositif d'appel à manifestation d'intérêt, plus léger, permettrait aux acteurs, dont le « binôme gestionnaire et bailleur », de gérer le temps et la complexité du montage des projets.

Des conventions adaptées aux territoires amélioreraient la lisibilité pour les FJT sur les processus les liant aux SIAO, tout en sécurisant la chaîne des acteurs intervenant pour l'hébergement des jeunes les plus vulnérables.

Dans différentes régions une dynamique collective est présente autour des FJT, confirmant la pertinence de renforcer l'animation des expertises relatives à la jeunesse dans les territoires.

Dans le même temps, la connaissance de l'état du patrimoine des FJT est perfectible, et son modèle économique reste contraint et fragile. La pérennisation des moyens pour l'investissement et la mise en place d'un nouvel instrument financier pour des FJT dont le projet social intégrerait une capacité à accompagner les jeunes en rupture de ressources, sont apparues comme des pistes à envisager.

Le FJT peut être un lieu privilégié d'échange et d'articulation des pratiques entre acteurs intervenant auprès des jeunes, notamment dans le cadre du CEJ (Contrat d'engagement jeunes).

Un nouvel accord-cadre, associant l'État aux développeurs de l'outil FJT, à ses financeurs et aux porteurs des besoins des jeunes, serait pertinent.

Enfin, les FJT pourraient accroître leur communication en lien avec les problématiques territoriales inscrites à l'agenda de la presse, pour faire mieux connaître le service qu'ils rendent pour l'accès des jeunes au logement et à l'emploi.

Pour aller plus loin : [www.cgedd.developpement-durable.gouv.fr](http://www.cgedd.developpement-durable.gouv.fr)

## Revalorisations salariales : un accord de branche clarifie la mesure

**L'accord de branche Habitat et Logement Accompagné signé le 14 juin précise les modalités d'application des revalorisations salariales pour les métiers de l'accompagnement socio-éducatif. Une mesure très attendue, qui crée des disparités dans les équipes. Rencontre avec David Cluzeau, délégué général du syndicat d'employeurs Hexopée.**



### Quelles sont les revalorisations s'appliquant dans les FJT ?

Dans les structures relevant de la branche HLA, dont les FJT, les salariés exerçant à titre principal des fonctions à caractère social ou socio-éducatif sont éligibles à une prime mensuelle de 183 € nets, égale à celle du sanitaire et médico-social. Cette prime doit figurer sur les bulletins de salaire depuis juillet, avec effet rétroactif au 1<sup>er</sup> avril.

### La prime sera-t-elle proratisée ?

Oui pour les temps partiels. Mais un salarié à temps plein exerçant des fonctions socio-éducatives pour 70 % de son temps touchera 100 % de la prime.

### En quoi la mesure est-elle un « plus » pour le secteur ?

Il y avait urgence à valoriser l'attractivité des métiers socio-éducatifs, qui peinent à recruter. Le montant de la revalorisation est substantiel. 183 € nets, pour un animateur socio-éducatif, c'est environ 10 % de salaire en plus.

### Quels sont les métiers concernés ?

Le focus a été mis non sur le diplôme, mais sur le poste occupé. Pour bénéficier de la prime, il faut occuper une fonction d'accompagnement socio-éducatif pour plus de 50 % de son temps de travail. Ce qui exclut de facto certains salariés aux fonctions administratives ou techniques, comme les cuisiniers, agents d'accueil, veilleurs de nuit, agents de maintenance, cadres de direction... C'est aux employeurs de déclarer les salariés éligibles. Clairement, la mesure perturbe les équilibres salariaux. Un accord de branche signé fin juillet compense partiellement le manque à gagner pour les salariés non éligibles. Le forfait de hausse sera bien inférieur (90 € bruts), car l'effort n'est pas compensé.

### La revalorisation « Ségur » n'est censée engendrer aucun reste-à-charge pour les employeurs. Comment sera-t-elle compensée ?

L'État s'engage à compenser 100 % du surcoût, avec un forfait de 375 € par temps plein, couvrant aussi les charges sociales. Dans les faits, cette compensation sera répartie en proportion de l'intervention des financeurs dans le budget de la structure (en mettant certains Départements à contribution). L'année 1, elle prendra la forme d'une subvention exceptionnelle. Dès 2023, elle sera intégrée aux dotations habituelles de l'établissement. Nous avons demandé son versement par les CAF. Ce point n'a pas été tranché.

# La santé mentale des jeunes, c'est l'affaire de tous !



© FJT LES 4 VENTS - SAINT-LÔ

**Vues à travers notre maturité d'adultes et le prisme déformant de la nostalgie, l'adolescence et l'entrée dans l'âge adulte peuvent nous apparaître comme une période bénie. Mais être jeune aujourd'hui, c'est être confronté à de multiples incertitudes. La jeunesse est de fait – de nombreuses études le montrent – une période de particulière fragilité sur le plan de la santé mentale. Avec la crise sanitaire, la situation des 16-25 ans s'est dégradée ; elle reste massivement préoccupante. Au point que l'Unhaj, estimant qu'il y a urgence, a fait de la santé mentale et du bien-être psychologique des jeunes un axe prioritaire de travail dans sa motion d'orientation pour 2022.**

### Données générales

- Plus de 50 %** des troubles psychiatriques apparaissent entre 15 et 25 ans.  
*Source : Tomas Paus, Matcheri Keshavan et Jay N. Giedd, «Why do many psychiatric disorders emerge during adolescence?», Nature Reviews Neuroscience, décembre 2008*
- 15 à 17 %** des jeunes connaissent un épisode dépressif entre 16 et 25 ans.  
*Source : Rapport de mission « Bien-être et santé des jeunes » de MR Moro et JL Brisson (2016)*
- 15,2 %** des décès entre 15 et 24 ans : le suicide constitue la 2<sup>e</sup> cause de mortalité chez les jeunes après les accidents de la route, eux-mêmes souvent liés à des conduites à risque.  
*Source : Observatoire national du suicide, 4<sup>e</sup> rapport, juin 2020*
- 9 % et 5 %** Seulement 9 % des filles et 5 % des garçons déclarent avoir déjà consulté un psychologue ou un psychiatre.  
*Source : Rapport de mission « Bien-être et santé des jeunes » de MR Moro et JL Brisson (2016)*

### Impacts de la crise sanitaire

- +25 %** La prévalence mondiale de l'anxiété et de la dépression a augmenté massivement depuis le début de la crise sanitaire.  
*Source : OMS « Mental Health and COVID-19 : Early evidence of the pandemic's impact. Scientific brief, 2 March 2022 »*
- 32 %** des 18-24 ans, en France en novembre 2020, déclarent être concernés par un problème de santé mentale ; des moins de 25 ans rapportent un trouble anxieux généralisé.  
*Source : Troubles anxieux. Quand l'anxiété devient pathologique, Inserm, mars 2021*
- 40 %** des 18-24 ans déclarent avoir eu des pensées suicidaires depuis septembre 2021, contre 34 % de la population totale.  
*Source : Etude réalisée par l'Ifo pour la Fondation Jean-Jaurès et la Fondation européenne d'études progressistes, juillet 2022*



# Signaux faibles et déterminants de la santé mentale

Pour des raisons de maturité neurologique, mais aussi de vulnérabilité sociétale, la jeunesse est une période où peuvent émerger des troubles psychiques, circonstanciels ou plus tenaces, accompagnés ou non de pratiques addictives. Savoir repérer et évaluer les signaux faibles du mal-être, trouver la juste posture pour accompagner, savoir passer le relais aussi : c'est tout l'enjeu pour les équipes Habitat Jeunes.

Si les jeunes Français déclarent dans leur grande majorité « aller bien », 10 à 15 % d'entre eux traversent des moments très critiques<sup>1</sup>, que leurs difficultés personnelles, familiales, scolaires ou professionnelles exacerbent. La tranche d'âge 15-25 ans constitue d'ailleurs le pic d'émergence des troubles et pathologies psychiques. Ces problèmes de santé mentale sont d'autant plus aigus quand un jeune présente un parcours émaillé de ruptures (familiales, culturelles...). Les troubles les plus fréquents sont les troubles anxieux, dépressifs, du comportement alimentaire ou addictifs<sup>2</sup>. La crise sanitaire a aggravé ces tendances, en particulier les troubles alimentaires<sup>3</sup>.

Or, la population accueillie en résidence Habitat Jeunes se précarise de plus en plus. Les situations d'isolement social, de parcours migratoire traumatique, de rupture familiale, de sortie des dispositifs de l'aide sociale à l'enfance, de marginalisation, de difficultés d'insertion dans le monde professionnel sont désormais monnaie courante parmi les résidents. Conséquence : les équipes, tous métiers confondus,

sont couramment confrontées à des jeunes en situation de mal-être, de décompensation, de mise en danger voire de passages à l'acte. Des souffrances dont il n'est pas toujours facile de parler avec les intéressés, tant les tabous et préjugés à l'égard du « psy » sont fortement ancrés parmi les jeunes.

Mais qu'entend-on par « santé mentale » ? Pour l'Organisation Mondiale de la Santé, elle ne se définit pas par opposition à la maladie mentale. Mais plutôt comme un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, d'accomplir un travail productif et d'apporter sa contribution à la communauté. »

Du bien-être à la santé psychique, il y a donc un continuum. L'influence de l'environnement affectif, social, économique et physique, forment les « déterminants de la santé mentale ». Les liens affectifs et sociaux du jeune, les compétences psychosociales qu'il acquiert pour gérer ses émotions et son stress, les personnes ressources mobilisables, la qualité de son logement, de son alimentation et de son sommeil,

sont autant de facteurs sur lesquels nous, professionnels du réseau Unhaj, pouvons agir.

Pour Violaine Pinel, déléguée à l'action socio-éducative à l'Unhaj et en charge du programme d'action national sur la santé mentale : « Pour accompagner des jeunes qui vont mal, il n'y a pas de recette toute faite. Mais de bons réflexes à avoir, avec l'écoute active, bienveillante et sans jugement comme maîtres-mots, et des repères à acquérir pour savoir réagir, jusqu'où aller et vers qui orienter. »

Le volet « santé mentale des jeunes » fait partie de la convention nationale entre l'Unhaj et la DGS<sup>4</sup>. Pour le mettre en œuvre, un comité de pilotage national a été constitué. L'idée : outiller les équipes. C'est le sens, par exemple, de la formation PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale), que 90 professionnels du réseau ont déjà suivie en 2021. Les webinaires thématiques, les fiches-expériences partagées sur l'intranet, les partenariats nationaux noués (avec Addictions France, l'ANPAEJ, PsyCom, l'institut Jean Bergeret, le 3114...) sont autant de ressources pour agir.



Publié à l'automne 2022, le guide « Aller vers, aller mieux » regroupera les informations sur les recours spécialisés à solliciter et les actions inspirantes déjà menées dans le réseau. Point d'orgue du chantier 2022, la journée nationale du 18 novembre permettra de partager nos préoccupations communes et d'échanger sur nos pratiques et expérimentations. « Parce que la santé mentale, c'est l'affaire de tous. Pas seulement des spécialistes du soin. », résume Violaine Pinel.

## Le tandem « santé mentale et addictions » à l'Unhaj

En charge du déploiement du plan d'action national autour de la santé à l'Unhaj, en particulier santé mentale et addictions : guide dédié à la santé mentale, co-construction du programme de la journée nationale du 18 novembre 2022 sur ce thème, élargissement des partenariats nationaux en santé mentale et sur les addictions, co-portage d'un projet sur la gestion des pratiques addictives avec les Acteurs du Logement d'Insertion (Unafo, Soliha, Fapil).



### Violaine Pinel

44 ans, déléguée à l'action socio-éducative à l'Unhaj, notamment en charge des questions de santé mentale et d'addictions. Avant d'arriver à l'Unhaj, en septembre 2021, elle a mené des missions de sensibilisation auprès des Parisiens souhaitant s'engager auprès des sans-abri, au sein de La Fabrique de la Solidarité, Centre d'Action Sociale de la ville de Paris. Les 10 ans précédents (2009-2019), elle a travaillé sur les questions d'hébergement et d'accès au logement, notamment sur la politique du « Logement d'abord » au sein de la Fédération des Acteurs de la Solidarité d'Île-de-France. Sa formation : Sciences Po Lyon + DESS en Urbanisme, Aménagement et Gestion de la ville.



### Ludmila Taillanter

23 ans, en stage de fin d'études à l'Unhaj, grâce à un financement de la DGS. Étudiante en Master 2 à l'École des Hautes Études en Santé Publique de Rennes (après obtention du diplôme de Sciences Po Rennes).

## « Nous nous armons pour faire face »

L'accompagnement individuel et collectif proposé aux jeunes au sein du réseau de l'Unhaj est le premier rempart contre la détresse psychologique. Dans l'incertitude intrinsèque à la jeunesse, l'instabilité des situations devient dramatique dans le monde actuel. Nous nous armons pour faire face, en montant en compétences pour mieux repérer et accompagner les troubles, en nouant des partenariats plus étendus. Notre ambition est aujourd'hui de mieux structurer le partage des bonnes pratiques, des contacts utiles, etc.



Pascale Leyrat, retraitée, ex-directrice des Espaces Mimont (Cannes), secrétaire générale de l'Unhaj et membre de l'Unhaj Paca Corse

1 Rapport « Bien-être et santé des jeunes », Marie-Rose Moro, Jean-Louis Brison, novembre 2016.

2 « Quels sont les principaux troubles psychiques chez les jeunes ? », ameli.fr, décembre 2021.

3 « Anorexie, boulimie... La crise sanitaire provoque une hausse inquiétante des troubles alimentaires chez les jeunes adultes », Le Monde, Alice Raybaud, avril 2021.

4 Direction générale de la Santé, au ministère de la Santé.



# Créer du lien, écouter, repérer, évaluer : le B.A.BA

Beaucoup de jeunes banalisent leur souffrance : ils « font avec ». Or le mal-être n'est pas une fatalité. Offrir des espaces de parole pour vider le trop-plein et prendre du recul, c'est ce que proposent de nombreux adhérents du réseau, sous diverses formes. Les équipes tentent ainsi de repérer les appels aux secours avant les passages à l'acte. Un travail d'équilibriste, sur fond de défiance à l'égard des « psys » et d'engorgement des filières de prise en charge.

## Le PAEJ : un premier accueil hors soin



© PAEJ VANNES

Un espace pour se dire : le Point d'Accueil Écoute Jeunes de Vannes a été mis en place par l'association Cap Avenir suite à un appel à projets de la DDASS<sup>1</sup> en 2009. Dispositif préventif intégré au FJT, mais mobile dans les communes rurales alentours, le PAEJ accueille les jeunes, résidents ou non dans la structure. Il reçoit aussi l'entourage et même des professionnels soucieux pour les jeunes qu'ils suivent. Maillon dans la chaîne de l'accompagnement des jeunes en souffrance, ce lieu non sanitaire a vocation à passer le relais pour un suivi durable ou la mise en place de soins. Marie-Hélène Le Goff, travailleur social, et sa collègue, infirmière, ont

reçu 250 personnes en 2021. C'est près de 50 % de plus qu'en 2020, reflet d'une nette détérioration liée à la crise sanitaire. Les motifs des entretiens concernent pour un tiers des cas des situations de mal-être et pour un autre tiers des problématiques familiales. L'Unhaj est partenaire de l'ANPAEJ<sup>2</sup>, contactez-nous !

## Une infirmière dans l'équipe socio-éducative



© RSOE

Parmi ses 43 résidents, la RSOE (résidence sociale à orientation éducative) de Toulon compte une grande majorité de jeunes aux parcours de vie cabossés. « Des NEET<sup>3</sup>, ces invisibles. » résume Frédéric Baudot, son directeur. D'où le choix fait par l'association (Les Apprentis d'Auteuil) et

co-financé par 9 contributeurs publics, dont l'ARS<sup>4</sup>, d'offrir aux jeunes un accompagnement global « semblable à celui qu'offre une famille lambda ». Dans l'équipe pluridisciplinaire<sup>5</sup>, une infirmière mobilise les jeunes vers plus d'autonomie dans la prise en charge de leur santé. Également psychologue clinicienne, elle repère les risques émergents en santé mentale, débusque les situations borderline et apporte des éclairages permettant à l'équipe de prendre du recul pour mieux comprendre les comportements des jeunes. Pour Frédéric, sa présence à temps plein est « indispensable ».

## Une permanence d'écoute financée sur fonds propres



© SERENA WONG - PIXABAY



Aux Remparts à Belleville-sur-Saône (69), une permanence d'écoute destinée aux jeunes résidents est financée sur fonds propres. « Les financements de l'ARS sont conditionnés par un numéro Adeli, que le psychologue ne possède pas. » précise Mohamed Lichani, directeur du foyer. Le planning des rendez-vous (de visu et par téléphone) se remplit par bouche-à-oreilles. Il arrive aussi que l'équipe oriente des jeunes vers la permanence. Ce fut le cas après la découverte – à la faveur de travaux de réfection – d'un logement rendu totalement insalubre par son occupant. Le jeune ne donnait aucun autre motif d'inquiétude. Après avoir accepté la proposition d'aide, quelques rendez-vous ont suffi pour que le jeune vide son logement de l'amas de détritus cumulé. « La parole d'un tiers, hors équipe éducative, est d'une importance capitale dans beaucoup de situations », constate Mohamed Lichani.



## Pas de complexe de légitimité !

Deux questions à Laelia Benoit, pédopsychiatre et sociologue, chercheuse à l'université de Yale (USA).

### Qu'est-ce qu'un état mental à risque ?

Ce sont des signaux faibles qui, cumulés, préoccupent le jeune, mais parfois surtout son entourage (amis, colocos, adultes). Cela peut être un décrochage scolaire ou universitaire, mais aussi un enfermement sur soi : repli, prostration, mésestime de soi, manque d'hygiène corporelle, difficulté à investir ses activités, idées délirantes, abus de substances... L'impression que quelque chose ne va pas justifie que l'on appelle une ligne d'écoute ou que l'on consulte une structure spécialisée type PAEJ, CMP... Il ne faut pas sous-estimer l'importance de l'aide que l'on peut apporter, même si on n'est pas professionnel de santé : pas de complexe de légitimité ! Un jeune qui va mal, c'est un appel à l'aide : il ne faut pas attendre une demande explicite d'aide pour agir.

### Quels conseils donner aux équipes Habitat Jeunes qui accompagnent les jeunes ?

Concernant le mal-être des jeunes, la doxa des professionnels de la psychiatrie a évolué. Jusque dans les années 90, l'attitude prédominante consistait à « voir venir », sans se hâter de poser un diagnostic en cas de premier épisode de troubles psychiques. Depuis les travaux du psychiatre australien Patrick McGorry, on détecte plus tôt pour traiter plus vite<sup>1</sup>. On s'aperçoit que la sévérité des troubles est réduite par l'instauration d'un équilibre de vie stable : sommeil, alimentation, activité sportive, etc. Dans ce cadre plus large de la promotion de la santé mentale, les professionnels du réseau Unhaj ont un rôle clé à jouer.

1 C'est cette philosophie qui anime notamment le CJAAD (Centre d'évaluation pour jeunes adultes et adolescents) de l'hôpital Sainte-Anne à Paris.



# Outiller les équipes et étayer les pratiques

Face à l'ampleur des problématiques exprimées par certains jeunes ou lors de situations de crise, les équipes se retrouvent dépourvues, avec le sentiment de mal maîtriser le sujet. C'est pourquoi la priorité de l'Unhaj va, pour les 4 ans à venir, aux solutions permettant de les former, de les soutenir et de structurer le travail en réseau avec des acteurs spécialisés au niveau local.

## Les partenariats locaux : aller voir là-bas si j'y suis



© FJT LES REMPARTS

« Notre association gère, en plus d'un petit FJT (25 places) une résidence sociale accueillant plus de 50 % de personnes sous tutelle ou curatelle, avec de fortes fragilités psychiques. Au FJT, la prise en charge de la santé mentale des jeunes résidents a donc toujours été intégrée. De longue date, nous avons noué un partenariat avec le CMP local. Notre comité d'attribution est ouvert à 2 experts du CMP et nous sommes invités à leur comité local de santé mentale. Nous avons acquis au fil du temps, à leur contact, des compétences informelles sur la conduite à tenir en cas de décompensation chez un jeune.

*Le CMP nous adresse de jeunes patients. Nous avons appris à nous connaître et à nous comprendre. »*  
**Mohamed Lichani, directeur du FJT Les Remparts à Belleville-sur-Saône**

## La formation Premiers Secours en Santé Mentale



© PONOMARIOVA MARIA

Cette formation de secourisme en santé mentale développe une méthode pour apprendre à aider et apporte des repères pour mieux comprendre et accompagner. 2 sessions par an sont organisées par l'Unhaj, et elle est aussi développée par les Urhaj. Retours d'expérience.

« La formation PSSM m'a donné des outils pour repérer les situations problématiques et savoir réagir. Avec un jeune qui tenait des propos

délirants à caractère raciste, nous avons pu les mettre en pratique, l'entendre sans le juger, nommer le problème clairement et trouver les mots pour le convaincre d'aller consulter, ce qu'il refusait au départ. Il est désormais suivi régulièrement au PAEJ. Ses propos ont cessé, il ne se sent plus agressé par les autres. Je retiens qu'il est important de réagir le plus tôt possible, car si on s'approche trop de la crise, il est plus difficile d'intervenir. »

**Morgane Delort-Raja, intervenante socio-éducative, Habitat Jeunes de Sète**

« Cette formation m'a beaucoup apporté sur la manière d'observer les comportements, d'aller vers... Avec mon collègue, nous avons accompagné un jeune mineur durant la fin de vie de son père. Nous avons été à l'écoute, lui laissant la porte ouverte, nous nous sommes décentrés de la posture éducative pour s'ajuster à ses besoins, par exemple en étant plus souples sur l'entretien du logement. »

**Nathalie Pennec, Responsable du pôle éducatif, Logis des Jeunes de Provence à Cannes**



## Une formation à l'accompagnement post-traumatique des MNA



© FJT LES 4 VENTS

La spécificité du FJT Les 4 Vents de Saint-Lô est qu'il compte une cellule MNA (mineurs non accompagnés) avec 10 places dédiées. Les jeunes y sont logés en théorie pour 3-4 mois, le temps d'une batterie de tests médicaux pour déterminer leur âge. « En réalité, ils restent parfois 8 mois, sans rien faire, suspendus aux résultats des tests et hantés par leur vécu émaillé de passages à la rue, maltraitances, violences, abus... » raconte Magali Belleguic, directrice du FJT.



© FJT LES 4 VENTS

D'où la décision de monter une formation de 4 jours sur le psychotrauma, ouverte à des partenaires locaux. Deux animateurs socio-éducatifs et deux veilleurs de nuit du FJT, en première ligne face aux comportements problématiques, l'ont suivie. Les retours sont si positifs qu'une autre formation – sur les troubles de l'attachement – est à l'étude. Pour Magali, « Nos métiers ont bien changé, l'état psychique de nos publics est dégradé : il nous faut en prendre acte. »

## Partenariat avec les Points accueil écoute jeunes

L'Unhaj a signé début 2022 une convention avec l'ANPAEJ, qui regroupe environ 120 PAEJ (espaces d'accompagnement dédiés aux jeunes âgés de 12 à 25 ans – voire plus –, accessibles avec ou sans rendez-vous) sur le territoire national. L'association dispose également de délégations régionales. Ce partenariat a pour but de renforcer localement les liens entre les résidences Habitat Jeunes et les PAEJ, afin de faciliter le recours des jeunes à leurs services, par exemple via des permanences d'écoute dans la résidence, des animations collectives autour du bien-être, etc.

## Addictions France : des repères sur les addictions

Le partenariat signé avec l'association en 2021 repose sur la programmation de webinaires (visionnables sur l'Intranet) et de formations (prochaine en décembre 2022) autour des pratiques addictives de tous types. Il est également possible pour les adhérents Unhaj de se rapprocher des CSAPA et Consultations Jeunes Consommateurs (CJC) du réseau Addictions France partout sur le territoire pour mettre en place des actions communes. Les financements des ARS dans certaines régions permettent à Addictions France d'organiser des interventions gratuites dans les structures de logement des jeunes.

## Le 3114, partenaire pour la prévention du suicide

En juillet 2022, l'Unhaj a noué, autour de la prévention du risque suicidaire, un partenariat national avec le 3114. Ce numéro de recours professionnel, confidentiel, accessible 24h/7j, reçoit plus de 500 appels par jour depuis sa création en octobre 2021. L'accord prévoit une large communication sur l'existence du 3114 auprès des jeunes, la possibilité pour les équipes d'y recourir en cas d'inquiétude, et des mises en lien avec les centres répondeurs en régions pour des actions de sensibilisation.



# Offrir un environnement favorable au mieux-être

Pour créer les conditions d'un mieux-être et renforcer l'empowerment des individus et des groupes, l'imagination est au pouvoir dans les résidences Habitat Jeunes.

La preuve par quatre exemples.

## Feux croisés sur le mieux-être

Six mois d'ateliers intensifs pour le mieux-être psychologique des jeunes, c'est ce qu'a organisé l'association O'Toulouse dans la résidence L'Escale à Muret. L'initiative est née en pleine crise Covid, avec les interventions d'une kinésologue et d'une psychologue autour de la gestion des émotions et du stress, et est au départ financée sur fonds propres. L'obtention d'un budget de 5 000 euros de La Croix-Rouge, suite à un appel à projets national, a donné une ampleur imprévue au projet. Coach mental et sportif, sage-femme, sexologue, art-thérapeute, spécialiste du sommeil, etc. : de janvier à juin 2022, une grande diversité d'intervenants se sont succédés, à raison d'un atelier collectif en moyenne chaque semaine. Avec 180 participations pour 37 séances, le succès du programme est indéniable. Ce sont les sessions de sport, avec la boxe comme média éducatif et un temps de relaxation pour clôturer chaque séance, qui ont recueilli le plus de suffrages. Le sport s'avère être un bon moyen de toucher les jeunes les plus timides ou les plus rebutés par les thématiques plus explicitement « psy ».



© O'TOULOUSE

## S'exprimer, c'est bienfait pour eux

À Saint-Malo, l'association Ty Al Levenez a vu la crise sanitaire peser lourdement sur l'état psychique des jeunes résidents : problématiques familiales à vif, fragilités sociales exacerbées, angoisses, nécessaires réorientations professionnelles pour les jeunes de l'hôtellerie-restauration... D'où l'idée du projet « S'exprimer, c'est bienfaits pour vous », un programme d'animations collectives visant le mieux-être. Animés par un musicien ancien résident, des ateliers de création musicale ont permis aux jeunes de partager leur vécu de la crise et leurs angoisses pour l'avenir via le slam. Avec les séances hebdomadaires de yoga, les jeunes ont été invités à travailler sur leur corps et leur estime d'eux-mêmes. Troisième volet du programme, l'intervention de la troupe de théâtre-forum Psychométrie – une psy et un comédien – a « regonflé » les jeunes dans leur estime d'eux-mêmes, leur capacité à s'exprimer et à partager leur ressenti. Le programme a reçu le soutien financier de la Région Bretagne et du Département, à hauteur de 6 000 euros. Grâce à cette initiative, plusieurs jeunes ont souhaité aller plus loin dans l'accompagnement psychologique ; ils peuvent s'adresser à la psychologue de l'équipe, dont l'accompagnement et l'orientation prennent le relais des animations collectives.



© TY AL LEVENEZ



## La médiation animale : lapins-copains

« Incroyable tout ce qu'on a vu se passer autour de ces lapins ! » s'étonne Sylvie Bauduin, directrice de la résidence Anne Franck à Arras. Tout a démarré en 2018, dans le coin pelouse du jardin du FJT, envahi de pissenlits. Sylvie a prêté l'un des « lapins-tondeuses » qu'elle élevait chez elle. Les jeunes résidents ont rapidement réclamé de le garder et de s'en occuper. Depuis, à la faveur d'un autre don et de quelques portées, les générations de lapins se sont succédées au FJT. Ces animaux s'avèrent apaisants, fédérateurs, vecteurs de liens et de prises de responsabilités, puisque leur entretien revient aux résidents. Pour un jeune qui va mal, prendre soin d'un animal c'est prendre soin de soi. Presque de la « câlino-thérapie ».



© 4AJ

## La socio-esthétique, prétexte pour prendre soin de soi

Une fois par mois d'octobre à mai dans chacune des 3 résidences parisiennes de l'association L'Étape, Coralie Napolie organise des ateliers de socio-esthétique avec une professionnelle. Les conseils personnalisés pour l'hygiène de la peau ou la gestion de son apparence, la fabrication de gommages des mains ou de masques au chocolat pour le visage sont autant de prétextes pour entrer dans l'intime, créer de la discussion et tisser du lien. Et surprise : les garçons sont plus nombreux que les filles à participer !



© L'ÉTAPE



# De pairs à pairs, la santé mentale mise en mots...

Il n'est pas toujours facile d'aborder le sujet de la santé mentale avec les jeunes. Déni, peur de la stigmatisation et du rejet, préjugés négatifs contre les « psys » et assimilés, réduction de la santé mentale aux maladies psychiatriques : les obstacles à lever sont multiples.

Pour dépasser les idées reçues, mais aussi pour mieux briser la glace, l'Urhaj Paca et Corse a eu l'idée de mettre en place le projet « *Bien dans ma tête, bien dans ma vie* ». Un dispositif d'ateliers de sensibilisation par les pairs à la santé mentale. Avec deux jeunes volontaires en service civique en première ligne.

Retours d'expérience.



## La santé mentale, ça se travaille et ça s'entretient

« Sept ateliers " *Bien dans ma tête, bien dans ma vie* " ont été animés dans diverses résidences de la région à ce jour. Il s'agit de soirées de 2 heures, structurées en 4 temps. D'abord un jeu " brise-glace " pour faire connaissance. Ensuite un quizz interactif sur smartphone. Puis un échange sur ce qu'est la santé mentale, avec quelques apports théoriques. Et enfin un photo-langage où chaque jeune est invité à choisir des images illustrant son état d'âme et ce qui lui procure le plus de bien-être, en explicitant son choix. Nous voyons des jeunes très réservés, pudiques, s'ouvrir et se confier. Ils comprennent que la santé mentale n'est pas qu'une affaire de maladies. Mais que cela se travaille et s'entretient. »

**Eva Rasolondramanitra,**  
chargée de mission socio-  
éducative à l'Urhaj Paca-Corse



## Pas du tout plombant

« J'ai 26 ans et je suis professeure d'histoire-géographie en collège. C'est grâce à l'équipe de la résidence que je me suis stabilisée : je suis arrivée juste avant le Covid, en situation très précaire. Depuis l'atelier animé dans ma résidence, j'ai les clés pour comprendre ce qui m'est arrivé et pour mieux faire face à mes états d'âme. J'ai compris qu'il n'est pas normal de s'isoler et de broyer du noir, qu'il ne faut pas hésiter à demander de l'aide. J'ai trouvé l'atelier très ludique et très pédagogique. Très marrant avec des moments sérieux : pas du tout plombant. Ce type d'atelier est un excellent moyen de nouer ou d'approfondir des liens avec ses voisins. Le mur de la gêne est tombé tout de suite et depuis, je vois que l'on se livre plus facilement les uns aux autres. »

**Aziza, résidente au FJT  
Mercadier de Vitrolles**



© URHAJ PACA-CORSE



## Les jeunes se confient beaucoup

« Ma copine Halima et moi avons été recrutées ensemble en service civique pour 9 mois au sein de l'Urhaj. L'idée consiste à aller dans les résidences pour parler de santé mentale avec un angle positif, celui du bien-être. Nous avons tout préparé nous-mêmes : les jeux, les apports théoriques, la brochure avec des lignes d'écoute et lieux d'accueil à mobiliser localement, les QR-codes avec des ressources pour aller plus loin... J'ai beaucoup de satisfaction à co-animer cet atelier. Les jeunes se confient : avoir face à eux des gens de leur âge change beaucoup de choses. Ils ont besoin de parler et n'ont pas peur de le faire. Les ateliers mobilisent autant de garçons que de filles : la santé mentale concerne tout le monde. »

**Pinar, volontaire en service  
civique à l'Urhaj Paca-Corse**



## Déconstruire les stéréotypes

« Notre résidence a accueilli le premier atelier. Nous sortions de 2 années d'ateliers « *Les apéros de Maud* », un rendez-vous mensuel animé par une psychologue du PAEJ local. Pour une première, le choix de Vitrolles était donc tout indiqué : nous avions un public averti, facile à mobiliser. L'atelier a duré plus longtemps que prévu : les échanges étaient tellement riches et nourris qu'on ne pouvait plus arrêter ! Une action de ce type – des jeunes qui parlent à des jeunes avec des outils propres à leur génération – aide vraiment à déstigmatiser la santé mentale aux yeux de notre public de 18-30 ans, à déconstruire leurs stéréotypes, tout ce qui freine leurs demandes d'aide. »

**Julien Bardey, intervenant  
socio-éducatif à l'AAJT de  
Vitrolles**



# L'approche de pair à pair s'avère très impactante



L'Institut Jean Bergeret est un établissement de la fondation d'utilité publique ARHM<sup>1</sup>, basée à Lyon, qui œuvre dans le champ de la prévention et de la professionnalisation en santé mentale. Autour du programme des Ambassadeurs santé mentale, un partenariat vient de se nouer avec l'Unhaj. Rencontre avec Arnaud Goulliart, directeur de l'Institut.

**Du bien-être à la maladie psychique, la santé mentale recouvre un continuum de situations. Comment l'Institut Jean Bergeret envisage-t-il l'accompagnement des jeunes dans leurs fragilités propres ?**

La jeunesse est une période charnière marquée par la convergence d'éléments de transition : diversification des relations, nouveaux rôles, nouvelles responsabilités... C'est aussi une zone de turbulence. L'âge moyen d'apparition des maladies psychiques est, rappelons-le, de 14 ans et demi. Environ 40 % des jeunes sont aujourd'hui en souffrance psychique selon les dernières estimations. On aborde trop souvent la santé mentale par le versant de la maladie. Or il s'agit plutôt d'un état de bien-être, d'un équilibre chez la personne. Tout l'enjeu, durant la jeunesse, consiste donc à maintenir voire à restaurer cet équilibre, en renforçant

la capacité du jeune à faire face, en mettant des ressources à sa portée, mais aussi en agissant sur son environnement. Les « déterminants de la santé mentale » sont sociaux au premier chef (la communauté pèse d'un poids crucial), mais aussi culturels, environnementaux et, plus accessoirement, génétiques.

**Quel est, à vos yeux, le rôle des adhérents Unhaj auprès des jeunes en matière de santé mentale ?**

Il est considérable. Il recouvre en premier lieu le champ de la prévention, pour repérer précocement les manifestations de mal-être, agir et savoir orienter si nécessaire. Il touche aussi à la promotion de la santé : il s'agit de créer un environnement où l'on puisse parler de santé mentale sans tabou. Et qui conforte son estime de soi, renforce la capacité de chaque jeune à s'accepter, et à s'épanouir dans son quotidien. Il faut déstigmatiser la souffrance psychique. Mais aussi démystifier le recours aux professionnels de la santé mentale, auxquels les jeunes s'adressent souvent très tardivement, quand les troubles sont installés, altérant considérablement la vie quotidienne.

**Que sont les Ambassadeurs santé mentale et quelle est leur mission auprès des jeunes ?**

Nous menons ce programme depuis 2019 avec Unis-cité, association pionnière dans le champ du service civique, qui dispose d'une centaine d'antennes

en France. L'idée est de former des jeunes volontaires intervenant auprès d'autres jeunes : l'expérience montre que l'approche de pair à pair a des effets importants sur la santé des jeunes. Quand on va mal, on en parle d'abord à ses pairs. Concrètement, des collectifs de 8 à 10 jeunes ambassadeurs en service civique sont constitués dans différents territoires. Ils interviennent par binôme pour animer des ateliers de prévention, dans les structures de jeunesse et également en ligne, avec pour l'objectif de mettre au travail des sujets généralement gardés secrets, autour des tabous, des idées reçues et des craintes sur la santé mentale, la folie, les troubles alimentaires, l'image corporelle... Nous formons les jeunes et leur apportons tout l'accompagnement nécessaire à des interventions interactives préparées avec le plus grand sérieux. Les jeunes apportent beaucoup de leur créativité dans le cadre de ce projet citoyen.

**Quelles sont les grandes lignes du partenariat conclu avec l'Unhaj ? Qu'en attendez-vous ?**

Le projet consiste à soutenir l'essaimage national du projet des Ambassadeurs de la santé mentale. Le but étant d'être présents dans toutes les régions à horizon 3 ans. Avec le concours des adhérents Unhaj nous souhaitons déployer les ateliers plus largement, notamment en Bretagne, Grand Est, Normandie, Pays de la Loire, etc.

1 La fondation Action Recherche, Handicap et santé Mentale est par ailleurs gestionnaire d'établissements sanitaires et médico-sociaux.

L'observatoire permanent du réseau Habitat Jeunes pour défendre les intérêts des adhérents et des jeunes



## L'observation au service de l'action



© Jérémie Quesada - Université d'automne Habitat Jeunes

Participez activement à la mise en lumière de nos spécificités en renseignant vos données !

[ophaj.reseauhaj.org](http://ophaj.reseauhaj.org) / [ophaj@reseauhaj.org](mailto:ophaj@reseauhaj.org)



Depuis fin 2019, le fonds coup de pouce a permis de sécuriser le parcours de plus de 1 000 jeunes



# Un coup de pouce pour tout changer



© Hamicka Andres - Résidence Le Plessis - Montceau-les-Mines

Vous aussi,  
engagez-vous pour donner un coup de pouce !

[coupdepouce@unhaj.org](mailto:coupdepouce@unhaj.org) / 01 41 74 80 98



# Tout type de discrimination : c'est contre ça que j'ai envie de me battre



*Il m'a dit  
« Je sens que tu as plus faim que moi. »  
Sa confiance m'a boosté.*

**Julien Sidéropoulos, 27 ans, agent d'accueil dans une salle de sport et résident Habitat Jeunes à Saint-Brieuc, s'est engagé comme administrateur à l'Unhaj. Une responsabilité qu'il aborde avec pondération. Sûr de ses convictions, mais conscient aussi d'avoir beaucoup à apprendre.**

*« Je me suis construit avec la volonté de défier ce monde, Vivre avec enthousiasme et ignorance à chaque foutue seconde. »*

Voici 10 ans que Julien écrit du slam. Il a d'ailleurs le projet d'enregistrer un album collectif avec d'autres jeunes de sa résidence. Sur sa page Facebook, il annonce la couleur sans détour.

Son franc-parler, son désir de faire bouger les lignes, Julien les a chevillés au corps. Six mois après être arrivé au Marronnier, de l'association Sillage à Saint-Brieuc, Julien s'est présenté comme représentant des résidents. Moins de 3 ans plus tard, il a été élu administrateur de l'Unhaj, dans le collège réservé aux jeunes. *« Je suis allé au congrès de Rouen, en novembre 2021, avec un collègue de Sillage. »* raconte-t-il. *« Il m'a dit " Moi j'aurais envie, mais je ne sais pas si je pourrais. Je sens que tu as plus faim que moi ". Sa confiance en moi m'a boosté. J'ai posé ma candidature : 6 candidats pour 7 places, c'était gagné d'avance. »*

À 27 ans, Julien fait partie des exceptions à la règle qui veut que les résidences Habitat Jeunes soient réservées aux 16-25 ans. Car Julien souffre d'une dyspraxie assez lourde, un handicap reconnu, révélé dans sa petite enfance. *« J'ai des problèmes d'attention qui sont sources de complication pour beaucoup de choses »,* explique-t-il. *« Comme l'obtention du permis, par exemple. »*

Volontaire mais désavantagé par son handicap, Julien a été mis en difficulté dans son parcours professionnel. Mais c'est à Saint-Brieuc, dont il est originaire (exception faite de son arrière-grand-père grec) dans le club sportif où il s'entraîne parfois, qu'il a trouvé un CDD d'agent d'accueil. *« Le contact humain, ça me plaît. Comme le fait de me rendre utile en renseignant les gens. »* explique-t-il.

Du FJT à l'Unhaj et à sa vie personnelle, Julien est fidèle à un principe : être soi-même et exemplaire. Pour lui, *« Tout type de discrimination est dégueulasse : c'est contre ça que j'ai envie de me battre. Je voudrais que l'Unhaj et toute la société soient ouverts à la différence de chacun, avec ses racines, son identité, ses convictions, son orientation sexuelle. Je voudrais aussi agir pour améliorer l'image des FJT et la réputation de marginaux de certains résidents. »*

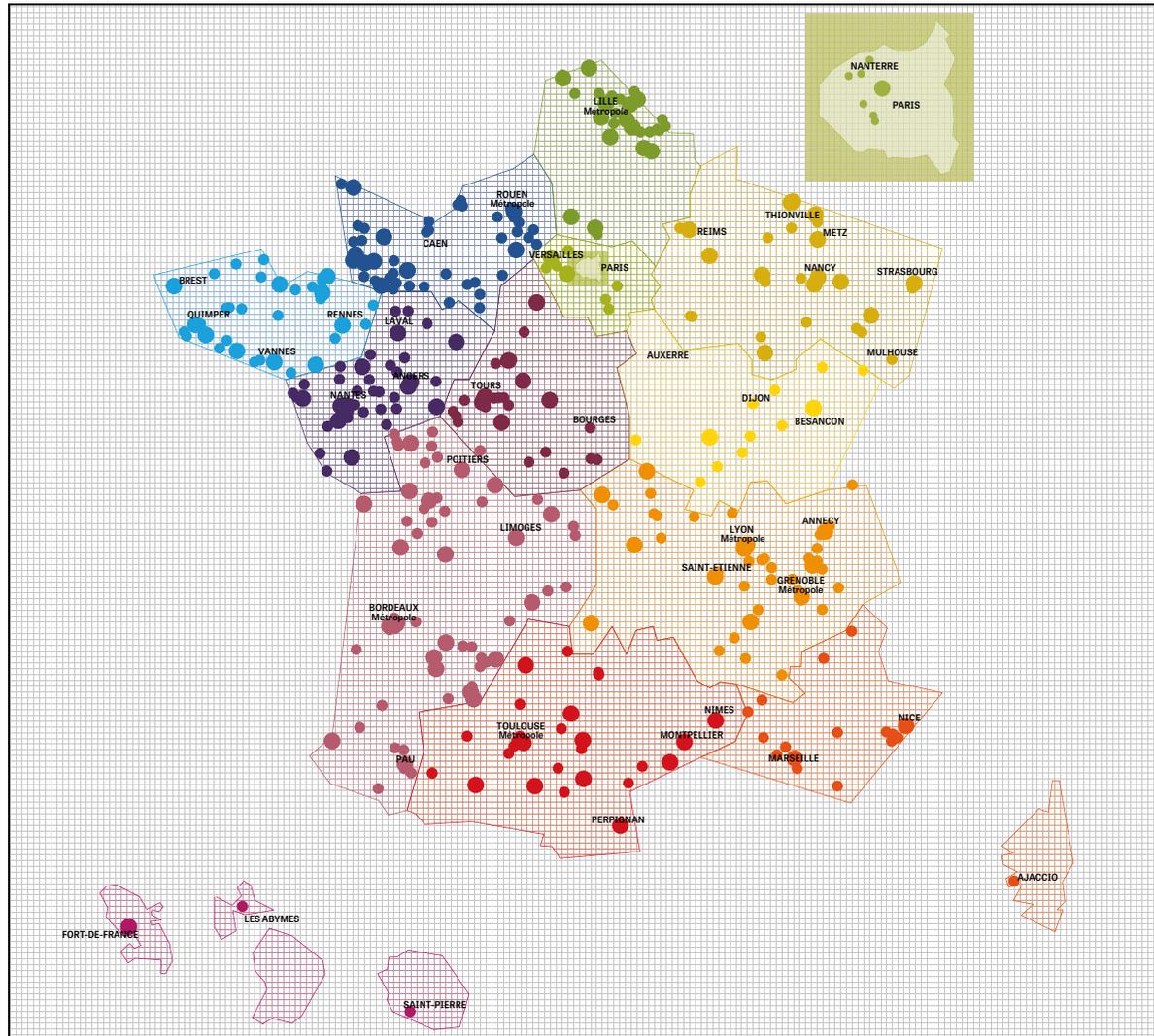
Fort de ces convictions, Julien fait doucement son trou au sein du Conseil d'Administration : *« Pour l'instant, je suis timide, discret dans mes interventions, je prends beaucoup de notes. »* Être élu administrateur lui a donné *« carrément confiance »* en lui. Il croit que l'assurance lui viendra avec le temps. Mais il ne pense pas à l'avenir : seulement au présent.

# Implantations Habitat Jeunes

La carte des implantations s'appuie sur les données issues de l'annuaire des organisations de l'Unhaj : l'appli Part'Haj. Tous les acteurs du réseau Habitat Jeunes, salariés ou élus des organisations locales, des Unions régionales ou de l'Union nationale ont la

possibilité d'actualiser en ligne cet annuaire qui permet notamment de recenser précisément les implantations Habitat Jeunes.

Le terme d'implantations recouvre les différentes formes d'organisation qui compose le réseau Habitat Jeunes. On distingue ainsi les établissements dits « principaux » : les résidences sociales FJT et les Services Habitat Jeunes (Shaj) auxquelles sont fréquemment rattachées des organisations satellites, dites « résidences annexes » ou « micro résidences » ainsi que les « permanences d'accueil ».



4	75	14	98	62	69	54	50	80	100	75	40	80
ANTILLES-GUYANE	AUVERGNE-RHÔNE-ALPES	BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ	BRETAGNE	CENTRE-VAL-DE-LOIRE	GRAND EST	HAUTS-DE-FRANCE	ÎLE-DE-FRANCE [Paris et petite couronne]	NORMANDIE	NOUVELLE-AQUITAINE	OCCITANIE	PACA et CORSE	PAYS DE LA LOIRE

# Offre de logements



© PIERRE DUQUESNE

L'ensemble des organisations Habitat Jeunes gèrent un peu plus de 40 000 logements qui sont proposés à la location.

L'habitat collectif, en résidence, représente 87 % des logements et l'habitat en diffus, les logements essaimés sur le territoire, 13 %.

85 % des logements proposés sont des T1, T1' ou T1 bis et 15 % sont T2, T3 et plus.

Par ailleurs, les activités de médiation entre les bailleurs et les jeunes, principalement conduites par les Shaj, (Services logement et CLLAJ – Comités Locaux pour le Logement Autonome des Jeunes) permettent de mobiliser chaque année près de 5 000 autres logements.

Source : Unhaj, dossiers Op'Haj 2020

# Nouvel adhérent

Paca et Corse

## Fondation Apprentis d'Auteuil

[www.apprentis-auteuil.org](http://www.apprentis-auteuil.org)



© APPRENTIS D'AUTEUIL

La Résidence Provence Verte Saint Christophe, foyer de jeunes travailleurs de la Fondation Apprentis d'Auteuil, a ouvert ses portes en 2008 sur la commune de Brignoles dans le Var.

Dotée de 26 logements, elle accueille des jeunes de 16 à 30 ans.

Ouverte toute l'année, le public accueilli est accompagné dans une démarche d'insertion et de vie autonome.

Depuis l'été 2022, l'association intègre un restaurant associatif, Les Potes au feu, à raison de 2 midis par semaine. Ce lieu qui participe à la lutte contre la précarité alimentaire, propose des produits locaux et de saison. C'est aussi un vecteur de lien social.

La résidence située sur un territoire très attractif fait face à un nombre de candidatures en augmentation constante.

Elle a souhaité s'enquérir de l'offre de service proposée par l'Unhaj afin d'être soutenue dans une recherche de développement sur son territoire et d'accompagnement des équipes.

**Les 3 mots associés au projet Habitat Jeunes : Novateur – Dynamisme – Accessibilité**

Pierre-Edgar a été résident de l'association Noël Paindavoine, à Reims, qu'il vient de quitter pour son propre logement. Passionné de photo argentique, il a exposé ses photos dans la résidence.

Il a choisi de partager son expérience Habitat Jeunes via ce texte libre et nous l'en remercions.



## L'essentiel est là, j'ai retrouvé mon chemin

À Mylène pour en avoir tant supporté .

À tous les patients atteints d'un syndrome d'Ehlers Danlos, pour vous dire de ne pas perdre espoir.

Je suis arrivé au sein de l'association il y a maintenant deux ans, dans un état de perte avancée, j'avais de la sueur plein les yeux et le carrelage de la salle commune me donnait la nausée rien qu'à le regarder.

J'avais perdu tout espoir de retrouver quoi que ce soit m'étant extrait tant bien que mal d'un lit, et étant ici avant tout pour soigner une maladie génétique rare réduisant petit à petit mon collagène. Les premiers mois se sont avérés très difficiles, les délais des démarches n'ont fait que s'allonger, ceci étant dû à la pandémie de Covid 19. Cependant, à force de patience, et de travail acharné, j'ai fini par m'en sortir.



Je tiens à évoquer toutes ces rencontres tellement variées et aux antipodes de ce que j'avais toujours connu, moi ce jeune étudiant à qui tout réussissait, qui ne manquait jamais de rien... En partageant le quotidien de personnes aux conditions de vie plus précaires, j'ai pu me rendre compte que tout un chacun peut être touché demain, des échanges de quelques mots suffisent pour se rendre compte de ce qui peut attendre beaucoup d'entre nous demain.

Pour autant, je refusais de me laisser abattre quant à ma situation, j'ai dû lutter contre bon nombre d'avis me suggérant de me reposer plutôt que chercher du travail, mais la perspective de rester coincé entre quatre murs n'avait aucun intérêt pour moi.

Mes aides au handicap ayant été refusées, je n'ai pas eu d'autre choix que de m'accommoder à une situation douloureuse.

En parallèle de ma thérapie, j'ai cherché du travail, pas évident, j'ai dû beaucoup me déplacer un peu partout en France, mais pour autant, au-delà de m'initier à la photographie tout au long de mon périple, j'ai repris un stage en tant qu'archiviste et, enfin, j'ai travaillé un mois

au service informatique d'une maison de champagne. Hélas, cela n'a pas duré, je suis aujourd'hui toujours à la recherche d'un emploi mais qu'importe l'essentiel est là, j'ai retrouvé mon chemin.

Je remercie l'association et ses membres pour leur aide, leur bienveillance, leur patience.

Désormais je pense à la suite, et rêve de glisser sur une planche, histoire de retrouver définitivement l'équilibre.



**Heartstopper**  
Alice Oseman, Hachette Romans



Après avoir subi du harcèlement scolaire lié à son homosexualité, Charlie ne s'attendait pas à trouver l'amitié de Nick, élève rugbyman et populaire. Pourtant, le lien que développent les deux garçons est aussi bouleversant pour l'un que pour l'autre. Ce roman graphique en 5 tomes raconte l'histoire d'amour de deux garçons en abordant les questions d'orientation sexuelle, de genre, de troubles psychiques, d'amour et d'amitié ; toujours à travers le prisme de la résilience et de l'optimisme. Adaptation en série sur Netflix – saison 1 parue en avril 2022.

**Ces jours qui disparaissent**  
Timothée Le Boucher, Ed. Glénat



Lubin, jeune circassien, prend conscience qu'un jour sur deux, une autre personnalité prend possession de son corps. Un autre lui-même menant une vie diamétralement opposée à la sienne : réglée, dénuée de légèreté. Ces moments d'absence s'allongent jusqu'à augurer la disparition de Lubin... Plusieurs lectures de cette BD s'offrent à nous : fable sur le passage de l'enfance à l'âge adulte, approche psychiatrique sur le trouble dissociatif de l'identité, la schizophrénie, ou bien tout simplement une histoire fantastique. Quelle que soit l'approche retenue, une BD originale qui ne laisse pas indifférent !

**Arcane**  
Fortiche production



Inspiré du jeu vidéo League Of Legends, Arcane est une véritable surprise à l'international. La série aborde diverses thématiques liées aux inégalités sociales et économiques et aux problèmes quotidiens qui en découlent. L'histoire suit différents personnages avec des points de départ très différents. Caitlyn est par exemple issue de la haute société mais cherche à se construire par elle-même, sans l'appui de ses parents influents. Jayce est l'archétype du travailleur forcené qui finit par perdre de vue son objectif initial à la rencontre des premiers succès. La dualité de ces deux sociétés est représentée par la relation entre les sœurs Vi et Jinx. Vi a connu la précarité, la délinquance et l'errance mais a toujours gardé un code moral en prenant soin du mieux qu'elle pouvait de sa petite sœur. Jinx, bien que connaissant une enfance similaire, se retrouve sur une voie chaotique, dévorée par des sentiments d'abandon et d'injustice. Dès leur séparation, elle entre dans le monde de la pègre et se retrouve entraînée dans un cercle de violence et d'addictions. Leurs parcours sont représentatifs des deux cités rivales, dont elles finissent chacune par être le parangon. Cette série offre une immersion dans l'univers steampunk.

224 établissements et 1 800 salariés connectés  
19 000 logements gérés pour 24 000 places  
70 000 demandes de logements en 2022



En 2023, Sihaj fait son tour de France :  
des sessions de formation près de chez vous !  
inscriptions à venir

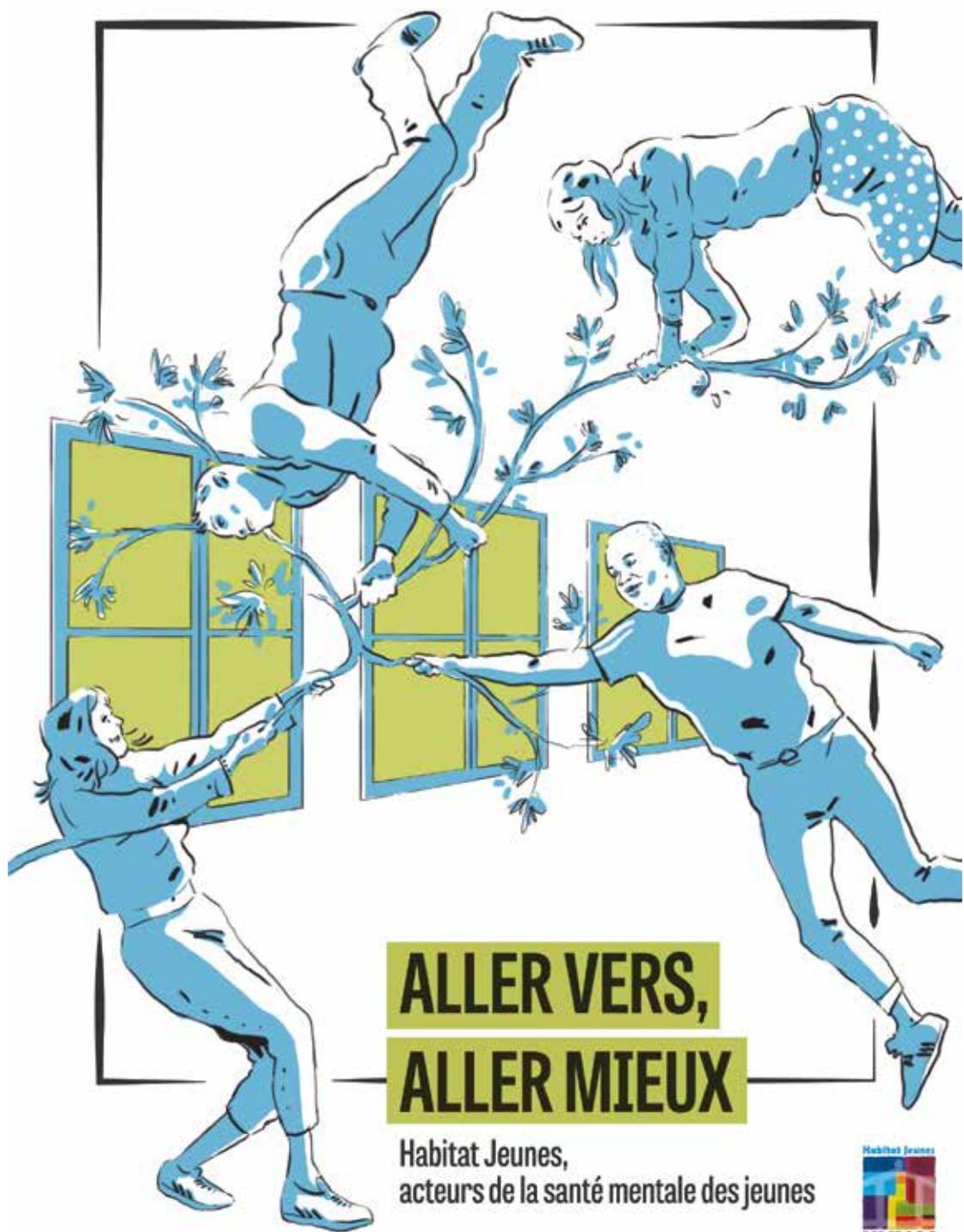


Le Logiciel Métier  
des projets Habitat Jeunes

Vous aussi, rejoignez Sihaj !

si@unhaj.org





**ALLER VERS,  
ALLER MIEUX**

Habitat Jeunes,  
acteurs de la santé mentale des jeunes

