



Le GRÉSIVAUDAN
communauté de communes

COMMUNAUTE DE COMMUNES LE GRÉSIVAUDAN

SEANCE DU CONSEIL COMMUNAUTAIRE DU **20 MARS 2023**
Délibération n° **DEL-2023-0105**

Objet : Rapport d'activité 2022 du Conseil de Développement

Nombre de sièges : 74
Membres en exercice : 74

Présents : 53
Pouvoirs : 13
Absents : 0
Excusés : 21
Pour : 66
Contre : 0

Abstention : 0
N'ayant pas pris part au vote : 0

Acte rendu exécutoire après
transmission en Préfecture le

23 MARS 2023

et affichage le

23 MARS 2023

Secrétaire de séance :
Christophe BORG

Le lundi 20 mars 2023 à 18 heures 30, le conseil communautaire de la communauté de communes Le Grésivaudan s'est réuni, sous la présidence de Monsieur Henri BAILE, président. Convocation dûment faite le 14 mars 2023.

Présents : Cédric ARMANET, Marylin ARNDT, Patricia BAGA, Henri BAILE, Michel BASSET, Patrick BEAU, Patricia BELLINI, Claude BENOIT, François BERNIGAUD, Anne-Françoise BESSON, Dominique BONNET, Christophe BORG, Coralie BOURDELAIN, Jean-François CLAPPAZ, Alexandra COHARD, Roger COHARD, Isabelle CURT, Brigitte DESTANNE DE BERNIS, Agnès DUPON, Christophe DURET, Michèle FLAMAND, Philippe GENESTIER, Martin GERBAUX, Annick GUICHARD, Mylène JACQUIN, Joseph JURADO, Martine KOHLY, Richard LATARGE, Hervé LENOIRE, Julien LORENTZ, Marie-Béatrice MATHIEU, Christelle MEGRET, Françoise MIDALI, Régine MILLET, Clara MONTEIL, Emmanuelle MOREAU, François OLLEON, Valérie PETEX, Serge POMMELET, Guillaume RACCURT, Adrian RAFFIN, Sidney REBBOAH, Franck REBUFFET-GIRAUD, Franck SOMME, François STEFANI, Christophe SUSZYLO, Annie TANI, Laurence THERY, Jean-Claude TORRECILLAS, Martine VENTURINI, Françoise VIDEAU, Régine VILLARINO, Damien VYNCK

Pouvoir : Cécile CONRY À François BERNIGAUD, Brigitte DULONG À Martine KOHLY, Pierre FORTE À Françoise MIDALI, Annie FRAGOLA À Annie TANI, Nelly GADEL À Emmanuelle MOREAU, Claudine GELLENS À Guillaume RACCURT, Philippe LORIMIER À Serge POMMELET, Robert MONNET À Agnès DUPON, Claire QUINETTE-MOURAT À Michel BASSET, Sophie RIVENS À Alexandra COHARD, Cécile ROBIN À Patricia BELLINI, Olivier ROZIAU À Damien VYNCK, Olivier SALVETTI À Valérie PETEX

La présente délibération peut faire l'objet d'un recours devant le tribunal administratif de Grenoble dans un délai de deux mois à compter de sa notification ou de sa publication.

Vu l'article L5211-10-1 du Code général des collectivités territoriales ;

En application de l'article L5211-10-1 du Code général des collectivités territoriales, le Conseil de développement établit un rapport d'activité, qui est examiné et débattu en Conseil communautaire.

Ainsi, Monsieur le Président propose de prendre acte du rapport d'activité 2022 du Conseil de Développement.

Le conseil communautaire, après en avoir délibéré, prend acte du rapport d'activité 2022 du Conseil de Développement.

Ainsi fait et délibéré les jour, mois et an ci-dessus.
Au registre ont signé tous les membres présents.
POUR COPIE CERTIFIEE CONFORME ET EXECUTOIRE

Crolles, le **2 0 MARS 2023**

Le Président,
Henri BAILE





Échanger et partager une culture commune pour comprendre les enjeux vitaux de la transition

Crolles, le 05 octobre 2022

Le 2 février 2022, le Président de la Communauté de communes Le Grésivaudan informait le Bureau du Conseil de Développement (CD) du Grésivaudan de son souhait d'obtenir un avis sur les projets de Plan Territorial de Santé (PTS) et du Programme Local de Prévention des Déchets Ménagers Assimilés (PLPDMA). L'avis que vous trouverez ci-après a été débattu et validé en plénière du Conseil de Développement le 03 octobre 2022, pour être présenté au Président de la Communauté de communes, remis par délégation aux 2 Vice-Présidents le 05 octobre 2022.

Ce premier travail collectif nous a permis de mettre en œuvre notre façon de nous emparer des thématiques des saisines, que l'on peut qualifier de cruciales dans le contexte actuel, qu'il s'agisse de la santé ou des déchets.

Nous nous réjouissons tout particulièrement que le thème de la santé fasse désormais partie des préoccupations de la Communauté de communes Le Grésivaudan sous la forme d'un Plan Territorial de Santé.

Nous avons suivi les ateliers proposés par l'ORS sur les thèmes Parcours de soins, Santé et Environnement, Santé mentale des jeunes. La multiplicité des participants et la transversalité des enjeux nous ont semblé très pertinentes. Nous avons apprécié les échanges et la richesse des points de vue.

Il en a été de même concernant les nombreux échanges et ateliers avec la Commission Déchets dans le cadre de la co-construction du Plan Local de Prévention des Déchets Ménagers et Assimilés.

Pour répondre aux saisines, nous avons fait appel aux compétences internes des membres du CD et personnes ressource, tout particulièrement en ce qui concerne la Santé. C'est ainsi que nous proposons une réponse sur les thématiques « Parcours de santé » et « Santé et Environnement ».

Pour les réponses concernant la « Santé mentale des jeunes » et pour la saisine sur le « Zéro plastique » et la « Lutte contre le gaspillage », nous avons complété les avis des membres du CD avec un contact direct auprès d'une population variée, au travers d'interviews et de questionnaires.

Nous avons notamment ciblé un public jeune aussi bien pour la Santé que pour le Zéro Plastique pour recueillir leur sentiment sur l'état de leur santé et celui de leur planète. Nous avons confié à un jeune en école d'Art, l'illustration de notre questionnaire, mission pleinement réussie ! Cette façon de travailler nous a donc donné l'occasion d'aller à la rencontre des lycéens de Villard-Bonnot et de faire des interviews auprès de jeunes du Grésivaudan.

Nous avons également ciblé un public adulte, notamment sur les enjeux de la gestion des déchets et du gaspillage, en allant à la rencontre des familles au Super-U de Biviers. Toutes expériences, très riches, nous comptons les réitérer.



Table des matières

I. Introduction.....	3
II. Questionnaire Jeunes	4
Synthèse de l'enquête	4
Nos propositions d'actions	4
III. Questionnaire Adultes	6
Synthèse de l'enquête	6
Nos propositions d'actions	7
IV. Conclusion	8
V. Annexes.....	9
Annexe 1 – Flyer et questionnaire Jeunes : « Zéro plastique »	9
Annexe 2 – Flyer et questionnaire Adultes : « Gaspillage alimentaire et réduction des emballages » ..	9

I. Introduction

Dans le cadre de la construction du PLPDMA, la Communauté de communes Le Grésivaudan (CC) a saisi le Conseil de développement (CD) de la question suivante :

« Comment mobiliser les habitants sur les thématiques liées au zéro déchet ? Quels sont les besoins des habitants du Grésivaudan et comment la Communauté de communes peut-elle y répondre ? »

Aux membres du CD de se concentrer sur 3 thèmes :

- 1- la lutte contre le gaspillage alimentaire
- 2- les alternatives lavables au jetable
- 3- la lutte contre le suremballage (vrac/consigne)

Le CD n'est pas saisi du domaine des déchets verts (compostage) ni de celui du réemploi (recycleries, repair' cafés...).

En outre, la CC ne gérant pas les déchets des communes couvertes par SIBRESCA, seules 27 des 43 communes du Grésivaudan seront au final concernées par les mesures adoptées par la CC pour lutter contre la (sur)production de déchets.

Le thème des « déchets » est complexe. C'est maintenant un thème de nature très politique et c'est d'ailleurs une bonne chose que nos sociétés se soucient davantage du devenir de leurs rejets, de la façon de les traiter et de la nécessité d'en diminuer la quantité.

Les déchets et leur traitement font appel à des connaissances pointues tant de nature scientifique et technique (comment récolter, transporter, traiter, désamorcer, détruire, enfouir, recycler...) que juridique (qu'est-ce qu'un « déchet » et quel est son régime juridique / responsabilité) et sociologique (qui jette quoi, pourquoi et où).

Pour répondre aux termes de la saisine et cerner les besoins de la population et les moyens de la mobiliser, un groupe de travail a été créé au sein du CD.

Ce groupe a convenu de recueillir l'expertise d'usage des membres du CD et d'habitantes et habitants du Grésivaudan, au travers de questionnaires, dont la dernière question était ouverte afin de permettre d'entamer une discussion.

2 populations ont été ciblées : les jeunes sur la thématique du Zéro-plastique et les adultes sur le gaspillage et la réduction des emballages et du plastique.

II. Questionnaire Jeunes

Synthèse de l'enquête

47 réponses récoltées (33 à la sortie du lycée de Villard-Bonnot, 12 via le web, 2 autres)

Le produit plastique dont ils peuvent le plus facilement se passer : bouteilles et sacs plastiques
Une prise de conscience existe mais il y a globalement un manque d'information et une envie de plus de communication et d'échanges sur le sujet :

- Ils sont contents qu'il y ait de la communication et qu'on intervienne devant les établissements
- Ils sont prêts à des sensibilisations par des discussions, débats, ciné-conférences, interventions dans le cadre scolaire, utilisation des réseaux sociaux

Leur vision du futur

Ils sont globalement assez pessimistes sur l'avenir et ont une vision du futur plutôt sombre :

- « Ça va être le souk »
- « Avenir perturbé et défavorable pour la planète »
- « Si rien ne change, c'est la fin »
- « Le monde de demain sera dur »
- « Un monde pollué, des températures très hautes, nombreuses espèces éteintes »
- « Un monde en danger »
- « Un monde abîmé »

Avec cependant la conscience que l'on peut agir pour un monde meilleur :

- « Nettoyer en se baladant et je pense que l'humanité réussira »
- « J'espère que les choses vont bouger »
- « Je ne suis pas toujours pessimiste mais il faut que chacun de nous fasse vraiment un vrai effort ! »
- « Les gestes éco-responsables ne suffiront pas, une politique écologique ambitieuse est à mener sans tarder »

Nos propositions d'actions

De manière générale, notre intervention auprès de jeunes lycéens et lycéennes a révélé :

- que les jeunes se sentent concernés par la problématique de la diminution des déchets
- qu'ils et elles ne sont pas associés aux politiques menées sur le territoire

En conséquence, il nous semble fondamental d'associer les jeunes à la réflexion collective afin de les informer sur ce qui se fait et ce qui pourrait se faire. Ces jeunes sont d'ailleurs les mieux placés pour savoir ce qui « fonctionne » ou pas en termes d'action de sensibilisation.

Cette frange de la population doit être informée aussi précisément que les adultes sur les conséquences des déchets pour la santé, l'environnement et les droits humains et les moyens pour les réduire. Les lycéens et lycéennes constituent le public approprié pour cette action.

Le cadre le plus intéressant est celui que nous avons expérimenté : à la sortie de l'établissement aux heures de pause (hors heure de sortie de la fin d'après-midi), avec l'accord de la direction de l'établissement.

Mini-bus de Sensibilisation

Pour associer les jeunes à la réflexion collective, les informer sur ce qui se fait et ce qui pourrait se faire, un petit bus aux couleurs de la CC et du CD (sur l'exemple d'un bibliobus), pourrait stationner sur les parkings extérieurs aux lycées (en accord avec les chefs d'établissement).

Quelques aménagements extérieurs (tables, chaises, boissons, produits locaux...) seraient nécessaires afin que l'ensemble soit convivial et serve de modèle en termes de réduction de déchets (vaisselle non jetable, pas ou peu d'emballage...).

Le lieu serait animé par des personnes formées au débat sur les déchets et leur impact écologique et économique et les moyens de les réduire.

Livret « Alternatives »

Un livret recensant les alternatives possibles au plastique, avec en parallèle l'amélioration de la santé des jeunes et de la planète s'ils acceptent de changer leurs habitudes, de bannir le plastique. La notion de « One Health », « Une seule santé ». Fournir quelques éléments sur un bon équilibre nutritionnel et la qualité des aliments.

Fait le lien Santé Environnement et Déchets

Nous fournissons aux jeunes les chiffres concernant la pollution que représentent les déchets (le plastique dans les océans, les particules sur les montagnes etc...), on propose des solutions pour éviter les déchets et rester positifs, les jeunes quant à eux trouvent la communication adéquate pour leurs pairs. Cela pourrait être aussi sous forme de petite vidéo, d'une musique rappée... On pourrait prendre contact avec des écoles d'arts, vidéo, musique, théâtre...

Ces rencontres initialement épisodiques pourraient déboucher sur une implication prolongée des jeunes dans la réflexion collective. Cela rejoint l'action de mise en place de « Tiers-Lieux » qui est proposée dans la saisine relative à la Santé.

III. Questionnaire Adultes

Synthèse de l'enquête

73 réponses (18 à la sortie du supermarché de Super U Biviers, 47 via le web, 8 autres)

Les 1ères questions servaient principalement à transmettre de l'information et à engager la discussion. Des avis partagés sur la question 3 « Gaspille-t-on plus à la maison ou à la cantine ? » :

- Cantine : 32 (44%)
- Maison : 34 (46%)
- Ne sait pas : 7 (10%)

Et la question 6 « Faites-vous attention à votre consommation de plastique lorsque vous faites les courses ? »

- Majoritairement Oui (66%)
- Mais 19% répondent « J'aimerais mais je ne sais pas comment faire »

Peu de retours pertinents sur les questions ouvertes. On peut noter :

- La préconisation des consignes du verre qui revient régulièrement
- Développer le compost collectif
- Un manque d'information sur le recyclage de manière générale :
 - « Plus d'info sur la manière dont sont recyclés les bacs recyclables »
 - « Comment nos tris sont triés ensuite ? »
 - « J'aimerais avoir la certitude que tout ce que je mets au tri est effectivement recyclé »
 - « Accentuer la formation au recyclage »
 - « Redire pour chaque commune ce qui se trie ou pas »)
- Une impuissance à réduire les emballages du fait de l'offre proposée en supermarché et par les grandes marques :
 - « Arrêter les emballages plastiques dans les supermarchés et les emballages individuels »
 - « Fin des emballages dans les grandes surfaces »
 - « Proposer des emballages réutilisables dans les moyennes et grandes surfaces »
 - « Moins de plastique c'est bien, mais des fois avec beaucoup d'emballage c'est moins cher (pas logique mais c'est comme ça) »
 - « Je suis sidérée, malgré mes efforts, du volume de carton/plastique que j'amène aux points de collecte chaque semaine : yaourts emballés dans du carton, barquettes en carton + plastique autour... »

Quelques réponses qui sortent de l'ordinaire :

- « Valoriser les métiers de l'agriculture et de l'élevage »
- « Mettre en place des solutions FICHA (qualité des déchets) dans les habitations collectives »
- « Acheter via appli too good to go »

Nos propositions d'actions

De même que les populations jeunes, les adultes sont en demande d'informations, précises voire techniques, sur le devenir de leurs déchets. Une politique de réduction de leur volume aura d'autant plus de sens que seront expliquées leurs conséquences graves pour l'environnement, la santé et les droits humains en général (ex : exportations de déchets dans des pays tiers en Asie ou en Afrique).

Notre démarche consistant à aller à la rencontre des familles à la sortie d'un supermarché, permet d'ouvrir la discussion avec d'autres catégories de population.

L'outil du mini-bus et d'un espace de discussion, proposé pour les lycéens, se révélerait ici aussi comme un bon procédé, puisqu'il permettrait de se déplacer dans les milieux très divers du territoire : plateau, stations, communes, zones commerciales... à des moments clés comme les jours de marché, par exemple.

Mini-bus de Sensibilisation

L'outil du mini-bus et d'un espace de discussion, proposé pour les lycéens, se révélerait ici aussi comme un bon procédé. Il pourrait servir également d'outil pédagogique à un public plus large, en se déplaçant dans des milieux très divers du territoire : plateau, stations, communes, zones commerciales... à des moments clés comme les jours de marché, par exemple.

Notre pouvoir de consommateur

Nous proposons la réalisation d'un petit livret qui explique l'impact immédiat et très conséquent de nos modes de consommation, impact bénéfique pour notre santé, celle de la planète et du vivant de façon générale.

Nous serions prêts à participer à sa réalisation pour une distribution à différentes occasions, sur les marchés, devant les lycées, et dans différents lieux, CC, magasins de producteurs, tiers-lieux...

Proposition de maquette :

Nous, consommateurs, avons un pouvoir ... **Choisir !**

- De consommer moins de viande,
mieux pour nous pour notre planète, pour nos économies
- De ne pas commander sur internet,
moins de plastique, moins de carton, moins de kilomètres
- De ne pas acheter de sodas
moins de perturbateurs endocriniens, moins de sucre, moins de
plastique
- D'acheter local
plus de soutien aux agriculteurs, moins de kilomètres, c'est meilleur

Etc...

(avec quelques chiffres sur les bénéfices santé, financiers, environnement...)

Et c'est un pouvoir immédiat !

IV. Conclusion

De ce travail, nous avons tiré un certain nombre de propositions, dans l'idée que ces thèmes doivent nécessairement être traités de manière transversale, autour des enjeux du dérèglement climatique et de ses conséquences (les transitions), et notamment l'impact psychologique de notre époque sur les jeunes et leur bien-être physique et mental.

Nous affinerons la méthode pour nos prochains groupes de travail, de réflexion et d'action : propositions de rencontres en ciblant des publics les plus variés possible, présence dans différentes instances, dans le but de remonter les ressentis de la population et de valoriser le travail et l'investissement de la Communauté de communes au travers de ses chargés de mission et de ses élus, proposition d'ateliers de prévention-éducation, création d'évènements festifs, actions publiques, ... dans l'objectif de mobiliser et se mobiliser sur les nécessaires changements qu'entraînent le dérèglement climatique et la prise de conscience des limites planétaires.

Nous voulons participer à cette culture commune qui nous permettra d'affronter les transitions et de formuler nos points de vue avec force et pertinence.

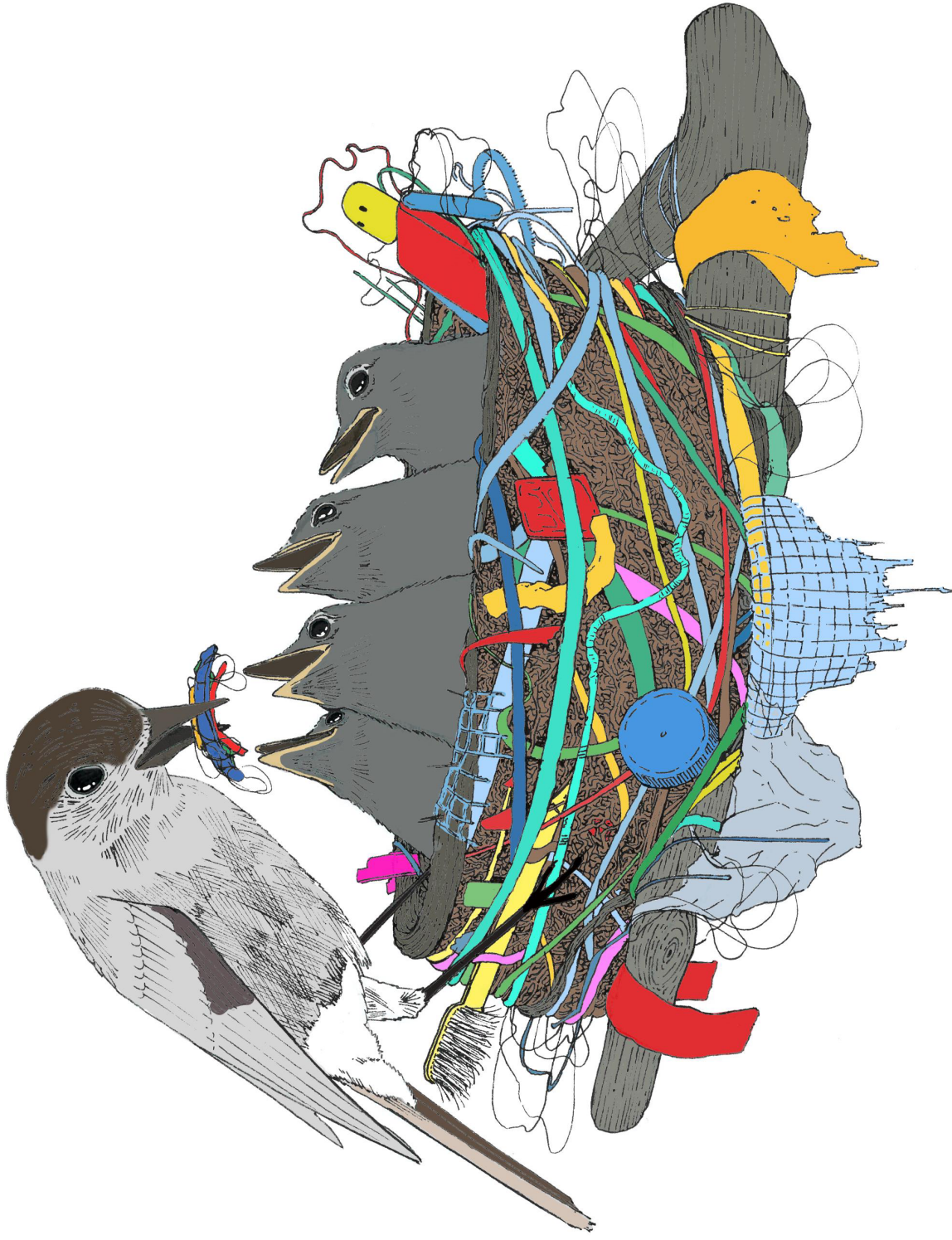


V. Annexes

Annexe 1 – Flyer et questionnaire Jeunes : « Zéro plastique »

Annexe 2 – Flyer et questionnaire Adultes : « Gaspillage alimentaire et réduction des emballages »

LE MEILLEUR
DÉCHET EST
CELUI QUE
L'ON NE
PRODUIT PAS!



Le Conseil de
Développement du
Grésivaudan :

*Nous sommes une assemblée
citoyenne qui a pour mission
de traiter les enjeux de notre
époque et de les partager avec
vous*

Enquête sur le « zéro plastique » en Grésivaudan

1 - Dans quelle commune habitez-vous ?

2 - De quel produit en plastique pourriez-vous vous passer ?

3 - Quelle alternative pourriez-vous trouver à ce produit ?

4 - Comment communiquer et convaincre vos amis d'en faire autant ? Sous quelle forme ?

5 - Améliorer votre santé, celle de la planète, cela vous semble-t-il possible ?

6 - Quelle idée pourriez-vous nous donner pour faire bouger les choses ?

7 - Enfin, comment voyez-vous le monde de demain ? Quels sont les gestes que vous jugez importants à prioriser ?

Si vous voulez suivre l'avancée de nos projets laissez-nous votre mail / téléphone :

Accusé de réception en préfecture
038-200018166-20230320-DEL-2023-0105-DE
Date de télérmission : 23/03/2023
Date de réception préfecture : 23/03/2023



Cette enquête est mise en œuvre par le Conseil de Développement du Grésivaudan afin de mieux vous connaître et partager avec vous les enjeux essentiels de préservation de notre environnement - conseildedeveloppement@le-gresivaudan.fr

QUE DEVIENNENT MES DÉCHETS ?

- 100% de mes déchets ménagers sont incinérés, y compris mes déchets organiques, pluches de légumes, fruits et restes de repas. Ils sont composés à 80% d'eau. La solution : le compostage.
- 70% de mes emballages plastiques ne peuvent être recyclés et sont incinérés. La solution : les produits en vrac, le producteur local.
- 100% des papiers, cartons et verres sont recyclés, mais cela consomme **beaucoup d'énergie et d'eau**. La solution : moins de e-commerce, plus de verre consigné.

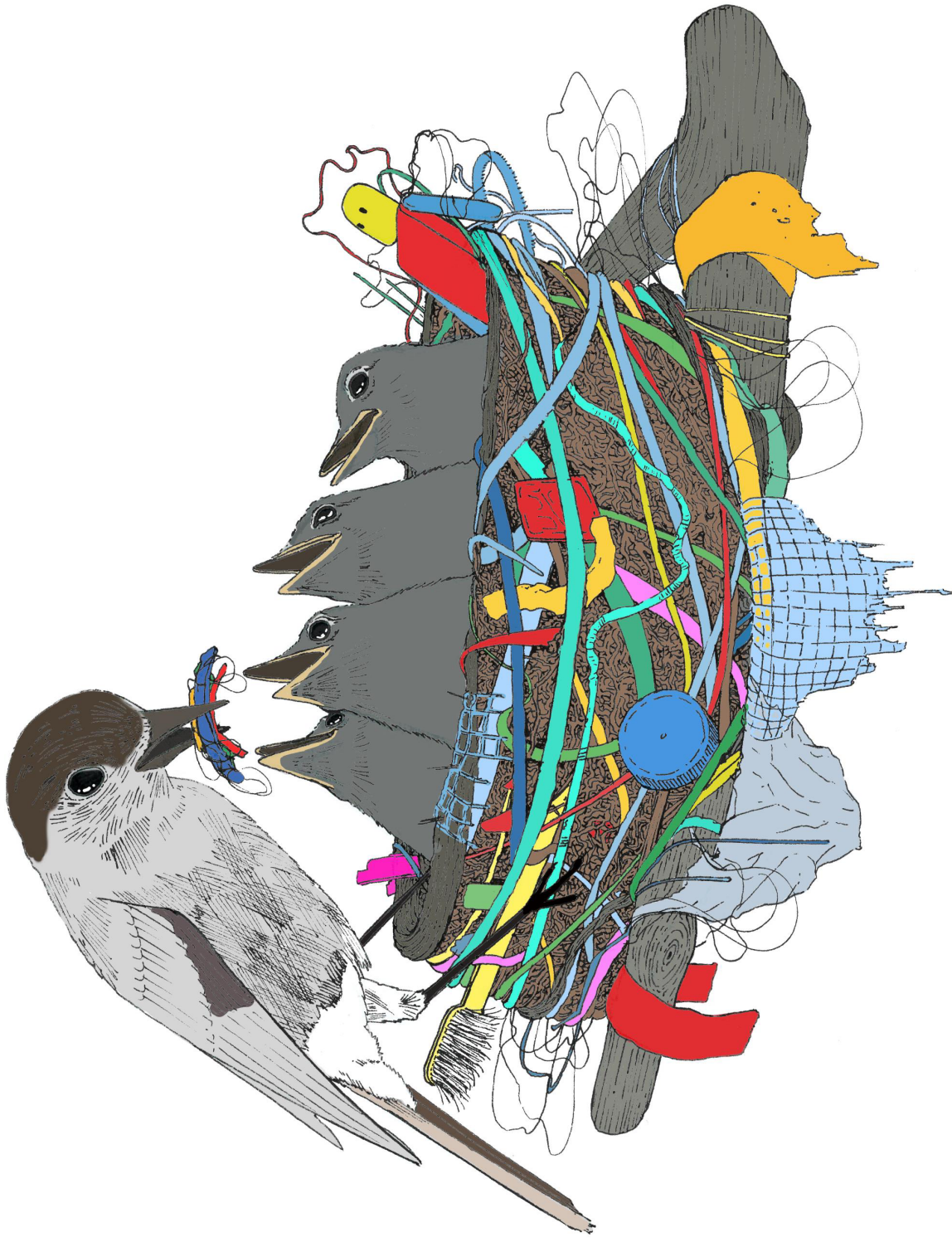
Le traitement des déchets, incinération ou recyclage, consomme de l'énergie, de l'eau, participe à la pollution de notre environnement et à la production de gaz à effet de serre.

LE MEILLEUR DÉCHET EST CELUI QUE L'ON NE PRODUIT PAS.

ZÉRO DÉCHET = ZÉRO EMISSION



LE MEILLEUR
DÉCHET EST
CELUI QUE
L'ON NE
PRODUIT PAS!



Le Conseil de
Développement du
Grésivaudan :

*Nous sommes une assemblée
citoyenne qui a pour mission
de traiter les enjeux de notre
époque et de les partager avec
vous*

Enquête sur les déchets alimentaires et le « zéro plastique » en Grésivaudan

1 - Dans quelle commune habitez-vous ?

2 - Avez-vous une idée du volume (en kg) de nourriture que nous gaspillons par an et par habitant ?

3 - Gaspille-t-on plus à la maison ou à la cantine ?

4 - Quels sont les gestes que vous faites pour réduire ce gaspillage ?

Consommer des aliments passés de date / utiliser les fruits et légumes abîmés dans des recettes / préparer une liste de courses / échanger-informer vos enfants / demander à emporter vos restes au restaurant / autres

5 - Avez-vous des idées à nous soumettre pour que nous puissions proposer une initiative innovante sur le Grésivaudan ?

.....

.....

.....

6 - Faites-vous attention à votre consommation de plastique lorsque vous faites les courses ? Oui / non / j'aimerais mais je ne sais pas comment

7 - Que faites-vous pour réduire l'utilisation d'emballages plastiques ? Vrac / produits peu emballés / sac réutilisable / j'apporte mon contenant / j'achète chez le producteur / autres

8 - Quels sont les gestes que vous faites pour réduire l'utilisation d'objets, contenants à usage unique ? Gourde, rasoir réutilisable / je privilégie les produits de toilette solides (savon, déodorant, shampoing, dentifrice...) ou je les fabrique, de même pour les produits nettoyants (savon vaisselle, sols, lessives en palette...) / autres.....

9 - Avez-vous des idées à nous soumettre pour que nous puissions proposer une initiative innovante sur le Grésivaudan ?

.....

.....

10 - Comment voyez-vous le monde de demain ? Quels sont les gestes que vous jugez importants à prioriser ? Auriez-vous la volonté de vous impliquer localement sur cette thématique (ateliers, porteurs d'idées, initiatives innovantes) ?

.....

.....

Si vous voulez suivre l'avancée de nos projets laissez-nous votre mail / téléphone :



Cette enquête est mise en œuvre par le Conseil de Développement du Grésivaudan afin de mieux vous connaître et partager avec vous les enjeux essentiels de préservation de notre environnement – conseildedeveloppement@le-gresivaudan.fr

Accusé de réception en préfecture
038-200018166-20230320-DEL-2023-0105-DE
Date de télétransmission : 23/03/2023
Date de réception préfecture : 23/03/2023

QUE DEVIENNENT MES DÉCHETS ?

- 100% de mes déchets ménagers sont incinérés, y compris mes déchets organiques, pluches de légumes, fruits et restes de repas. Ils sont composés à 80% d'eau. La solution : le compostage.
- 70% de mes emballages plastiques ne peuvent être recyclés et sont incinérés. La solution : les produits en vrac, le producteur local.
- 100% des papiers, cartons et verres sont recyclés, mais cela consomme **beaucoup d'énergie et d'eau**. La solution : moins de e-commerce, plus de verre consigné.

Le traitement des déchets, incinération ou recyclage, consomme de l'énergie, de l'eau, participe à la pollution de notre environnement et à la production de gaz à effet de serre.

LE MEILLEUR DÉCHET EST CELUI QUE L'ON NE PRODUIT PAS.

ZÉRO DÉCHET = ZÉRO EMISSION



Cette enquête est mise en œuvre par le Conseil de Développement du Grésivaudan afin de mieux vous connaître et partager avec vous les enjeux essentiels de préservation de notre environnement – conseildedeveloppement@le-gresivaudan.fr



Échanger et partager une culture commune pour comprendre les enjeux vitaux de la transition

Crolles, le 05 octobre 2022

Le 2 février 2022, le Président de la Communauté de communes Le Grésivaudan informait le Bureau du Conseil de Développement (CD) du Grésivaudan de son souhait d'obtenir un avis sur les projets de Plan Territorial de Santé (PTS) et du Programme Local de Prévention des Déchets Ménagers Assimilés (PLPDMA). L'avis que vous trouverez ci-après a été débattu et validé en plénière du Conseil de Développement le 03 octobre 2022, pour être présenté au Président de la Communauté de communes, remis par délégation aux 2 Vice-Présidents le 05 octobre 2022.

Ce premier travail collectif nous a permis de mettre en œuvre notre façon de nous emparer des thématiques des saisines, que l'on peut qualifier de cruciales dans le contexte actuel, qu'il s'agisse de la santé ou des déchets.

Nous nous réjouissons tout particulièrement que le thème de la santé fasse désormais partie des préoccupations de la Communauté de communes Le Grésivaudan sous la forme d'un Plan Territorial de Santé.

Nous avons suivi les ateliers proposés par l'ORS sur les thèmes Parcours de soins, Santé et Environnement, Santé mentale des jeunes. La multiplicité des participants et la transversalité des enjeux nous ont semblé très pertinentes. Nous avons apprécié les échanges et la richesse des points de vue.

Il en a été de même concernant les nombreux échanges et ateliers avec la Commission Déchets dans le cadre de la co-construction du Plan Local de Prévention des Déchets Ménagers et Assimilés.

Pour répondre aux saisines, nous avons fait appel aux compétences internes des membres du CD et personnes ressource, tout particulièrement en ce qui concerne la Santé. C'est ainsi que nous proposons une réponse sur les thématiques « Parcours de santé » et « Santé et Environnement ».

Pour les réponses concernant la « Santé mentale des jeunes » et pour la saisine sur le « Zéro plastique » et la « Lutte contre le gaspillage », nous avons complété les avis des membres du CD avec un contact direct auprès d'une population variée, au travers d'interviews et de questionnaires (notamment sur les enjeux de la gestion des déchets et du gaspillage).

Nous avons notamment ciblé un public jeune aussi bien pour la Santé que pour le Zéro Plastique pour recueillir leur sentiment sur l'état de leur santé et celui de leur planète. Nous avons confié à un jeune en école d'Art, l'illustration de notre questionnaire, mission pleinement réussie ! Cette façon de travailler nous a donc donné l'occasion d'aller à la rencontre des lycéens de Villard-Bonnot et de faire des interviews auprès de jeunes du Grésivaudan.

Nous avons également ciblé un public adulte, en allant à la rencontre des familles au Super-U de Biviers. Toutes expériences, très riches, nous comptons les réitérer.

Table des matières

I. Introduction.....	3
II. Parcours de santé	4
Notre interprétation de la mission.....	4
Nos choix.....	5
Nos propositions d'actions	5
III. Santé et environnement.....	7
Définition.....	7
Préalable sur Santé et Environnement.....	7
Le constat de crise sanitaire : l'épidémie de maladies chroniques	8
La seule solution : agir sur les causes environnementales des maladies chroniques.....	9
Le rôle important des collectivités locales	10
Nos propositions d'actions	10
IV. Santé mentale des jeunes.....	12
Synthèse des entretiens menés	12
Les avantages.....	12
Leurs inquiétudes.....	13
Le rôle soutenant des pairs	14
La nécessaire prévention	14
Nos propositions d'actions	14
V. Conclusion.....	16
VI. Annexes.....	16
Annexe 1 - SE : Autres pistes de réflexion	16
Annexe 2 – SE : Des exemples d'actions : une dynamique à rejoindre	18
Communautés de communes ou autres	18
Communes.....	18
Annexe 3 – SE : Quelques ressources SE.....	20
Annexe 4 – Etude qualitative sur la santé mentale des jeunes (15-24 ans) dans la communauté de communes du Grésivaudan	21

I. Introduction

Dans le cadre de la construction du PTS, la Communauté de communes Le Grésivaudan (CC) a saisi le Conseil de Développement (CD) de la question suivante :

« Le Conseil de Développement est sollicité afin de constituer un groupe de travail propre et d'apporter ses réflexions autour des questions suivantes :

- *En parlant de la santé, quels sont les éléments de **bien vivre** et de **mal vivre** sur le territoire ?*
- *Quels sont les éléments qui peuvent faire obstacle au bon déroulé d'un **parcours de soins** dans le Grésivaudan ? »*

Nous avons également souhaité nous emparer des 5 thématiques abordées par le Diagnostic Local de Santé lors des ateliers proposés par l'ORS, à savoir :

1. Accès aux soins et entrée dans le parcours de soins
2. Autonomie : personnes âgées et personnes adultes porteuses de handicap
3. Santé mentale
4. Education, promotion et accès à la santé du jeune public
5. Cadre de vie et santé environnement

3 sous-groupes de travail ont ainsi été constitués pour traiter des sujets « Parcours de santé », « Santé-environnement » et « Santé mentale des jeunes » pour lesquels nous rendons un avis et des propositions d'actions dans la suite de ce document.

En ce qui concerne la thématique « Santé-environnement », nous nous sommes appuyés sur les travaux approfondis d'une personne ressource. Ces travaux avaient déjà été présentés dans le cadre du précédent Conseil de Développement mais n'avaient pas donné lieu à des actions concrètes.

II. Parcours de santé

Notre interprétation de la mission

Le groupe de travail Santé (GTS) constitué de membres volontaires du CD considère l'expression « **bien vivre** » comme synonyme de « **bonne santé** ».

Néanmoins, le mot santé renvoyant souvent inconsciemment à médicaments, hôpital ou maladie, ce sont les termes « bien vivre » qui seront utilisés.

De même, il nous a semblé que l'expression « **parcours de soins** » utilisée dans la saisine était réductrice car renvoyant habituellement aux notions trop partielles d'accès aux soins et de qualité des soins.

Nous préférons ainsi utiliser le terme de « **parcours de santé** », notion plus globale qui inclut notamment l'éducation pour la santé et la prévention.

Par ailleurs, le GTS fait sien le constat commun de plusieurs rapports, certains commandés par le Ministère de la Santé et d'autres proposés par des groupes de réflexion privés.

Il s'agit en particulier des récents rapports Chauvin (« Dessiner la santé publique de demain ») et Martineau (« Mission Santé Jeunes. Pour une culture de la promotion de la santé chez les jeunes en France ») ou des propositions de Frédéric Bizard de l'Institut de Santé (<https://www.institut-sante.org/>).

Voici quelques extraits de ces rapports :

« Le système de santé français est insuffisamment développé dans son versant santé publique avec pour conséquence des indicateurs de santé peu favorables en matière d'espérance de vie en bonne santé, de santé mentale ou encore d'inégalités sociales de santé. Ce déséquilibre entre les moyens consacrés aux soins et ceux consacrés à la prévention collective et plus largement, à la promotion de la santé dans toutes les politiques est source d'inefficacité dans l'économie globale des dépenses de santé et dans les dépenses de soins en particulier. » - Rapport Chauvin.

<https://solidarites-sante.gouv.fr/ministere/documentation-et-publications-officielles/rapports/sante/article/dessiner-la-sante-publique-de-demain>

« Changer de culture de la santé, pour passer du tout curatif vers une culture de la prévention et de la promotion de santé, créer plus de liens entre soins, éducation, sport, engagement, travail, etc. » - Rapport Martineau.

<https://solidarites-sante.gouv.fr/ministere/documentation-et-publications-officielles/rapports/sante/article/pour-une-culture-de-la-promotion-de-la-sante-chez-les-jeunes-en-france>

« Les données de santé publique abondent dans le sens de l'importance de la santé globale (prévention + soins). 80% des déterminants de l'état de santé d'une population sont externes aux soins. La santé publique c'est de l'économie, du social, de l'environnemental, du comportemental, en plus d'être de la médecine. La pierre angulaire est l'éducation à la santé dès le plus jeune âge et tout au long de la vie. Tout est affaire d'éducation dès que la responsabilité individuelle est en jeu. Le nouveau paradigme doit reposer sur une politique efficace sur l'ensemble des déterminants de la santé (santé globale), dont l'éducation à la santé est la pierre angulaire, sur une gestion qui part des besoins (et non de l'offre) et sur une démocratisation de la santé. Cela exige de définir les bons objectifs finaux et les bons indicateurs de performance d'un système de santé, probablement à l'échelle européenne. Ainsi, la qualité du système de santé en France est souvent restreinte aux critères sur l'accès et la qualité des soins » - Frédéric Bizard de l'Institut de Santé dans un article des Echos du 22 mars 2022

<https://www.institut-sante.org/>

Nos choix

Les spécialistes s'accordent à dire que l'état de santé dépend à seulement 20% de l'accès aux soins et de la qualité des soins, les 80% restants, l'essentiel donc, dépend des comportements individuels, de l'environnement immédiat et des facteurs socio-économiques.

Nous avons ainsi choisi volontairement de cibler nos propositions sur les comportements individuels au sein desquels nous voulons privilégier une approche globale sur l'information, la formation, l'autonomisation et le pratico-pratique en promouvant des propositions concrètes, sans pour autant culpabiliser les individus.

Le groupe Santé a recensé les déterminants du bien vivre qui dépendent des comportements individuels. Nous avons sélectionné le « **bien bouger** » et le « **bien s'alimenter** ».

Cela aurait pu être le « bien avec les autres », « bien avec soi-même », « bien dans son corps », etc...

Le « bien bouger » et le « bien s'alimenter » ont particulièrement retenu l'attention du GT car ce sont deux déterminants de santé étroitement associés ayant un rôle majeur sur la prévention des maladies chroniques et sont bénéfiques aussi bien pour les séniors que pour les jeunes.

Pour illustrer cela, c'est bien de former les diabétiques à la nutrition et à l'activité physique (soin) mais c'est encore mieux de former la population générale afin qu'elle ne développe pas de diabète (prévention).

Cette approche doit s'interdire toute attitude surplombante d'expert, tout jugement moral et rechercher l'acceptation par la participation, la responsabilisation, l'auto-apprentissage et la solidarité.

Nos propositions d'actions

Nous proposons des ateliers qui permettent à la fois d'informer mais aussi de concrétiser les informations fournies. Ces rencontres, orientées sur le bien bouger et bien manger, auraient aussi une fonction de création de liens sociaux.

Ateliers « Bouger son Corps c'est toujours possible »

L'idée serait de proposer ces ateliers par tranche d'âge et/ou par groupe de niveaux : jeunes, adultes, personnes âgées afin d'adapter les contenus aux capacités physiques des participants.

Il s'agirait bien sûr de pratiques ludiques sans aucun esprit de compétition avec des exercices faciles à s'approprier par les participants.

Ces ateliers seraient animés par du personnel formé à l'activité physique adaptée (APA).

Ateliers « Manger bien pour vivre mieux »

Là encore l'idée serait de combattre les idées reçues sur l'alimentation et de promouvoir d'autres façons de se nourrir en expérimentant des recettes simples et saines.

Ces ateliers seraient animés par des diététicien(ne)s ou toutes personnes compétentes.

Comment lancer ces ateliers pour qu'ils s'adressent aux populations dites à risques ?

La mise en œuvre de ces ateliers devra répondre aux conclusions de l'étude diligentée par l'ORS sur notre territoire afin de proposer ceux-ci prioritairement dans les parties du territoire les plus démunies soit par leur isolement géographique soit par la structure sociale de leur population.

Une fois décidées les implantations prioritaires, il serait sans doute efficace que ces ateliers soient proposés par l'intermédiaire des structures déjà existantes : MJC, écoles, club 3° âge, EPHAD, accueil migrants etc....

La mise en œuvre de ces ateliers pourrait également être confiée à l'initiative des CCAS qui sont implantés sur le terrain et très à l'écoute des populations des communes.

Poursuite et évaluation de ces ateliers

Dans notre esprit, ces ateliers doivent être des « starter » permettant la mise en place progressive de nouveaux comportements plus « vertueux » en terme de Bien Vivre.

Ces ateliers pourraient se prolonger par des initiatives locales : groupes de marcheurs, clubs cuisine, jardins communautaires etc...qui autonomiseraient les acteurs eux-mêmes et créeraient du lien social déterminant lui aussi en matière de santé.

Il serait sans doute aussi très intéressant de doubler ces ateliers par des actions de formation sur les mêmes thèmes des personnels en contact avec la population : enseignants, personnels des services à domicile, éducateurs etc....

En effet ces personnels pourraient ainsi continuer de porter les messages et les actions.

Enfin une évaluation de ces ateliers serait à envisager au bout par exemple d'une année.

Financement et partenariat

Il n'est pas dans les prérogatives du CD d'envisager le financement de ces propositions mais outre les financements des collectivités locales, il serait sans doute possible de demander des subventions à l'ARS Auvergne-Rhône-Alpes qui accueillera sûrement d'un bon œil des initiatives portant sur la prévention et l'éducation de la santé.

III. Santé et environnement

Définition

Dès 1994, l'OMS a défini la santé-environnement comme comprenant « les aspects de la santé humaine, y compris la qualité de la vie, qui sont déterminés par les facteurs physiques, chimiques, biologiques, sociaux, psychosociaux et esthétiques de notre environnement. Elle concerne également la politique et les pratiques de gestion, de résorption, de contrôle et de prévention des facteurs environnementaux susceptibles d'affecter la santé des générations actuelles et futures ».

En France, l'importance du lien entre environnement et santé est actée officiellement depuis le 1er plan national santé environnement de 2004, engagé sous la pression de l'OMS...

Le 4ème plan en cours insiste sur la nécessité pour les territoires de se saisir de cette thématique et leur propose des outils.

Préalable sur Santé et Environnement

La santé : La santé est trop souvent confondue avec le soin, qui ne contribue selon une étude canadienne que pour 20% environ à la santé globale. Selon la charte d'Ottawa pour la promotion de la santé (1986), la santé est la résultante de l'interaction de l'individu avec son environnement. Elle est donc largement tributaire des politiques publiques en général, nationales et locales. La France a tendance à mettre en avant le rôle des comportements individuels (tabac, alcool, mauvaise alimentation), bien réels mais eux-mêmes en grande partie liés à l'environnement social, et à sous-estimer le rôle de ces politiques publiques.

L'environnement : le terme est ambigu, car l'environnement n'est pas seulement ce qui nous entoure : nous faisons partie du vivant, et sommes en interaction étroite avec le reste du vivant. L'épidémie de COVID a mis en évidence le lien entre santé humaine, santé animale et santé de l'environnement, et l'impact des comportements humains sur la biodiversité ou le changement climatique, à l'origine des zoonoses émergentes. Dans ce contexte, le quatrième plan national santé environnement prône une approche intégrée : "One health", "Un monde, une santé", basée sur une vision unifiée de la santé humaine, animale et environnementale.

De plus la pollution environnementale n'est pas seulement autour de nous, elle pénètre et peut modifier chaque cellule de notre organisme, elle interagit en permanence avec notre fonctionnement hormonal et notre patrimoine génétique (épigénétique).

Au début focalisée sur la lutte contre les pollutions, la santé-environnement prend de plus en plus en compte l'environnement positif, notamment nature et biodiversité. En milieu urbain, une étude anglaise de grande ampleur a chiffré le bénéfice des espaces verts en matière de réduction des coûts sanitaires. Et les Américains ont développé aussi des études sur l'influence négative du « déficit de nature » sur le développement des enfants et la santé humaine en général.

L'alimentation fait partie de l'environnement, elle est un facteur majeur de maladie chronique. Par exemple, des liens ont pu être faits, selon une très importante étude européenne, entre accès fréquent au fast-food (3 fois ou plus par semaine) et augmentation du risque d'asthme et de maladies allergiques chez l'enfant et l'adolescent. Et c'est aussi un facteur contributif dans toutes les maladies, car une alimentation malsaine est source d'inflammation dans l'organisme.

L'augmentation des temps de sédentarité (temps passé devant les écrans, ...) et la diminution de l'activité physique contribuent très fortement à l'augmentation des maladies chroniques. Selon l'ANSES, « le pourcentage d'individus présentant un comportement sédentaire est alarmant : il concerne la moitié des adolescents 11-14 ans, 2/3 des 15-17 ans et plus de 80% des adultes ». Et un tiers de la population associe sédentarité et inactivité physique. Les politiques publiques peuvent jouer un rôle incitatif et notamment créer des environnements favorables à l'augmentation de la mobilité « douce » et de l'activité physique.

Le constat de crise sanitaire : l'épidémie de maladies chroniques

Ce terme est utilisé par l'OMS qui a lancé l'alerte depuis 2008... Elle y voit « l'un des principaux défis du XXIème siècle », une « catastrophe imminente, pour la santé, la société et pour la plupart des économies nationales » (Margaret Chan, 2011) et elle a préconisé « d'agir sur les déterminants de santé dans toutes les politiques publiques ».

En France, les chiffres de la CNAM montrent que les maladies chroniques augmentent bien plus vite que la population : 24 millions de personnes (36% des assurés sociaux) étaient concernées en 2019¹.

- Le nombre d'ALD (affections longue durée - qui ne recouvrent pas toutes les maladies chroniques) a progressé de 3,8 % en 2020.
- Entre 2012 et 2023 (projection), les maladies cardio-vasculaires et le diabète auront augmenté de plus de 50 %.
- Après une forte augmentation de son incidence, l'incidence du cancer s'est maintenant globalement stabilisée chez l'homme mais continue à progresser chez la femme. Certains cancers suspectés d'être en lien avec l'environnement continuent de progresser.
- Maladies neurologiques, respiratoires, auto-immunes, allergies, troubles du développement psychomoteur de l'enfant (autisme, hyperactivité, ...), baisse de la fertilité, ... progressent aussi de façon excessive.
- L'obésité a doublé en 25 ans, et la pollution chimique joue un rôle dans cette augmentation (perturbateurs endocriniens²)

L'épidémie de COVID a montré que nombre de ces maladies chroniques ont été un facteur favorisant de l'infection et de sa gravité.

Cette augmentation des maladies chroniques n'est que partiellement liée au vieillissement puisque les enfants sont également concernés.

Cette crise sanitaire a des conséquences graves, humaines et économiques. Elle met en péril notre capacité à assurer le soin dans de bonnes conditions, comme cela est déjà manifeste dans notre « système à bout de souffle », selon les termes du Ministre de la Santé. Le déficit de la Sécurité Sociale

¹ Rapport Charges et Dépenses de la Caisse Nationale de l'Assurance Maladie (CNAM), 2021

² Molécules chimiques perturbant le fonctionnement des hormones naturelles

est essentiellement lié à cette explosion des maladies chroniques et au coût croissant des traitements (cancer par exemple).

La SE contribue très largement aux inégalités sociales de santé : ce sont souvent les populations défavorisées qui cumulent plusieurs risques environnementaux, y compris mauvaise alimentation et habitat vétuste. Les inégalités sont flagrantes par exemple pour l'obésité de l'enfant : 5 % des enfants de 3ème sont obèses, 8 % des enfants d'ouvriers et seulement 3 % des enfants de cadre (et 18 % sont en surpoids)³.

La seule solution : agir sur les causes environnementales des maladies chroniques

Les scientifiques sont en effet unanimes à reconnaître que les causes ne peuvent être liées à des mutations génétiques sur un laps de temps aussi court, c'est l'« environnement au sens large » qui impacte sur notre santé (environnement physique, social, professionnel, aménagement de l'espace, modes de consommation et de production...).

Selon le rapport conjoint des inspections nationales de décembre 2020 rendu public en septembre 2021⁴, « les preuves de la dégradation importante de l'environnement et de ses effets sur la santé humaine, végétale et animale s'accumulent. Le coût significatif de l'inaction est de plus en plus documenté. De plus, le système actuel d'évaluation, même s'il s'est amélioré au niveau européen et national, depuis une vingtaine d'années, conduit probablement à sous-estimer les risques, tant en quantité qu'en gravité. »

Agir sur les expositions environnementales est le seul moyen de préserver le capital santé de l'enfant dès sa conception.

Les 1000 premiers jours (concept de l'origine développementale des maladies) (ou Developmental Origins of Health and Disease – DOHAD)

Selon de nombreux scientifiques, ces maladies seraient en partie provoquées ou favorisées à une exposition pendant la période prénatale et post-natale précoce, périodes de grande vulnérabilité très sensibles aux facteurs environnementaux, comme les nutriments, les contaminants chimiques de l'environnement, le stress,⁵

Les perturbateurs endocriniens particulièrement agissent à faible dose et préférentiellement pendant cette période. Selon des experts reconnus comme Philippe Grandjean et Barbara Demeneix, la pollution chimique menace particulièrement le cerveau des fœtus et des enfants. Un enfant sur 6 souffre d'une anomalie du développement neurologique : autisme, hyperactivité, baisse du QI....

Pas de fatalisme : un polluant en moins ou un environnement plus favorable, c'est toujours une chance en plus pour la santé : toutes ces maladies chroniques sont plurifactorielles : liées à la conjonction de plusieurs facteurs environnementaux (au sens large). Agir sur un facteur peut permettre, soit d'éviter l'apparition de la maladie, soit de l'améliorer. Ce point est important car il signifie qu'une politique publique

³ DREES, Etat de santé de la population en France, DREES, sept 2022

⁴ <https://www.vie-publique.fr/sites/default/files/rapport/pdf/281523.pdf>

⁵ Congrès international PPTox (Paris, 2012) ; association scientifique SF-DOHAD (Origine développementale de la santé et des maladies) : voir sur leur site : initiative des 1000 jours de l'OMS

agissant sur un seul facteur contribue à l'amélioration de la santé de la population, même s'il est difficile de quantifier un effet à long terme....

Le rôle important des collectivités locales

La santé est parfois perçue comme une compétence supplémentaire qui viendrait alourdir la charge, déjà bien pesante, des élus. Toutes les politiques publiques ont un impact sur la santé et l'OMS insiste beaucoup sur la contribution importante des collectivités locales, au plus près des populations. De nombreuses politiques menées aussi bien par les communes que par la CC ont un impact positif sur la santé. **Il s'agit d'intégrer la santé de manière systématique dans les différentes politiques.**

Quels en sont les avantages ?

- Une meilleure compréhension et acceptation des politiques par les habitants. Le thème de la santé peut aider les habitants à se sentir plus personnellement concernés.
- Une approche globale de la santé permet plus de transversalité et de cohérence (ex : chauffage au bois promu sans précaution avant que l'on prenne la mesure de sa contribution aux émissions de particules).
- Elle permet de lutter plus finement dans la proximité contre les inégalités sociales de santé.
- Elle permet d'adapter l'information à la population selon ses caractéristiques et les expositions provoquées par le contexte local, et de mener des démarches participatives qui renforcent le lien social.

Nos propositions d'actions

« Un simple changement de comportement peut avoir des effets notables dès lors qu'il entre en résonance dans le cadre d'une dynamique de changement qui mobilise tous les acteurs » (Agenda 21 de Gironde).

Formation / Information sur la Santé Environnement

En premier lieu, il est primordial de **créer une culture commune sur la santé-environnement** parmi élus, techniciens de la CC et des communes, membres du CD, ...

Par quelques demi-journées de formations et d'échanges : connaissances théoriques, retours d'expérience sur des actions menées par des territoires, remontée de besoins spécifiques, mise en commun d'outils.

Mutualisation entre communes sur des thèmes importants comme l'air intérieur, l'urbanisme, politique d'achat public (critères environnementaux et sanitaires)

Sensibilisation des jeunes ou futurs parents

Des actions de sensibilisation peuvent être menées dans les centres de planification auprès des femmes enceintes et -idéalement- des futurs parents.

Il pourrait être proposé un document « Comment accueillir un enfant dans un environnement sain », disponible également pour les autres professionnels de santé.

La santé : un enjeu transversal

Etre vigilant d'intégrer la santé à tous les niveaux de réflexion sur les enjeux à venir de notre société.

Par exemple :

- Santé et biodiversité dans le cadre de la commission Environnement
- Education à l'environnement : celle-ci est essentielle non seulement pour apporter des connaissances mais d'abord et surtout pour reconnecter les enfants au vivant, à la nature, pour leur permettre d'en tirer un bien-être qui leur donnera envie de préserver l'environnement dans leur quotidien
- Alimentation et agriculture : voir annexe

D'autres pistes de réflexion sont disponibles en Annexe (cf. Annexe 1 et 2).

IV. Santé mentale des jeunes

Dans le cadre du Diagnostic Local de Santé, une étude complémentaire sur la santé mentale des 15-25 ans du territoire a été réalisée par une stagiaire de l'ORS (Alexiane BOIS) à la demande du Conseil de Développement. Des entretiens de professionnels et de jeunes ont été menés et synthétisés dans le document joint en Annexe (cf. « Annexe 4 - Etude qualitative Santé mentale des jeunes Grésivaudan - Rapport final »). Nous remercions Alexiane pour ce travail.

A la lecture des constats faits par les 2 publics cibles interrogés, nous avons noté un décalage qui nous a interpellé entre la vision des professionnels et celle des jeunes :

- Là où les professionnels parlent de consommation de substances psycho-actives, d'addictions, de conduites à risques, de questionnement sur le genre/identité, ... les jeunes citent plus majoritairement le stress et l'inquiétude par rapport aux études, à leur orientation et à leur avenir professionnel incertain, leur consommation d'écrans, la discrimination et le cyber-harcèlement...
- De la même façon, les ressources bien identifiées par les professionnels, ne sont pas toujours connues par les jeunes qui ont plutôt le réflexe de se tourner vers leurs pairs (et vers le système éducatif lorsqu'ils sont à la recherche d'une figure adulte pour les aider dans leur orientation).

Nous avons eu l'envie forte d'aller à la rencontre de ces jeunes pour mieux comprendre leur vision, leurs difficultés, leurs envies et leurs attentes.

Nous avons donc mené des interviews auprès de 6 jeunes, avec la trame d'entretien suivante :

- Ce qui est bien dans leur vie de jeune, et plus particulièrement dans le fait d'habiter dans le Grésivaudan
- Ce qui n'est pas bien dans leur vie de jeune, et plus particulièrement dans le fait d'habiter dans le Grésivaudan
- Ce qui pourrait être mis en œuvre pour la santé mentale et le bien-être des jeunes

Nous avons par ailleurs échangé avec de nombreux jeunes de manière plus informelle, notamment lors de notre action au lycée de Villard-bonnot pour le Zéro plastique dans le cadre de la saisine sur les déchets.

Nous avons également recueilli leur avis sur une proposition d'échanges réguliers avec le CD ou d'autres instances.

Synthèse des entretiens menés

Les avantages

L'importance des réseaux sociaux : ils considèrent que c'est un atout fort pour l'information et la communication, et leur permet d'entretenir le lien social entre eux.

- « Ça permet 2 choses, discuter sur les réseaux mais aussi se voir, ça n'empêche pas »

Un cadre de vie (petite ville ou village, montagne, nature) qui facilite les échanges (« *Tout le monde se connaît* ») et permet l'évasion pour déconnecter. Un cadre où ils se sentent globalement en sécurité, même si cela est à nuancer pour les jeunes filles qui préfèrent être accompagnées.

Les avantages financiers reconnus par les jeunes : les transports dans l'agglomération sont diversement appréciés : peu chers pour certains (à condition de connaître les bons plans, ce qui n'est pas si facile !) et trop chers pour les autres. Cela reste un critère défavorable pour accéder à la métropole et à l'offre culturelle. Le pass Région et les tarifs proposés par l'Espace Aragon sont des démarches appréciées.

- « *C'est l'âge de tous les possibles. On a de l'énergie et des idées, et le droit de rêver* »

Leurs inquiétudes

L'environnement, le changement / la transition climatique, avec une prise de conscience (« *Cet été, l'impact du changement climatique et de l'écologie est visible* ») mais un sentiment d'inaction ou d'impuissance (« *Je ne saurais pas quoi faire* », « *on se sent inutile* »), voire de découragement : les efforts qu'ils font individuellement (trier, utiliser moins de plastique, ...) leur semblent dérisoires face aux comportements de certains privilégiés (« *les millionnaires qui se baladent en jet* ») ou collectivement par manque de décision / orientation politique concertée (« *problème des politiques qui ne font pas leur boulot. C'est décourageant !* »).

La discrimination sous toutes ses formes, qui entraîne une mise à l'écart. Ils ne la comprennent pas et la redoutent. Certains ont le sentiment que cette discrimination vient de leur éducation (famille, parents).

Du point de vue des filles, il est nécessaire de faire de la prévention auprès des garçons sur le **respect des femmes**, et ne pas culpabiliser les femmes (« *Ce n'est pas la femme le problème* »).

Ils ont été frappés par les récentes décisions anti-avortement aux États-Unis, signe d'une société en repli sur soi.

La montée du **racisme** (islamophobie notamment) est également un sujet de préoccupation, avec des débats qu'ils considèrent comme « *arriérés et très peu tolérants* » et qui sont parfois portés ou relayés par les jeunes eux-mêmes (le burkini par exemple : « *mépris des droits des populations dans un pays qui se dit laïque !* »)

L'expression de cette discrimination, qui peut aller jusqu'au **harcèlement**, risque alors d'entraîner un grand mal-être auprès de ces jeunes. Ils notent qu'il y a très peu d'interventions au lycée (davantage au collège, qui sont d'ailleurs bienvenues afin de mettre tout le monde au même niveau). La détection du harcèlement n'est pas si facile pour eux (« *Au lycée, on change beaucoup de classe, donc difficile de repérer les personnes harcelées* », « *Sur les réseaux on ne voit pas si on n'est pas la personne harcelée* »), à quoi peut parfois également s'ajouter la honte d'être harcelé(e)... c'est la double peine.

La pression scolaire qui peut entraîner un stress excessif (« *travailler et passer à côté de sa jeunesse* »), voire des **phobies scolaires**... auxquelles s'ajoute une pression professionnelle, avec une injonction à réussir (ses études, trouver du travail, trouver sa voie, ...) dans un marché ultra-concurrentiel (« *le système produit de plus en plus de jeunes diplômés* »). Cette thématique étant encore mal connue par les adultes sensés leur apporter du soutien, ils subissent à nouveau une double peine en cumulant mal-être et incompréhension des adultes référents.

La crainte de l'avenir les amène à se questionner sur la pertinence de faire des enfants : en ont-ils encore le droit, cela a-t'il encore un sens ?

Le rôle soutenant des pairs

Ils cherchent en priorité du soutien dans leur cercle d'amis ou en s'appuyant sur les réseaux sociaux. S'ils doivent se tourner vers une figure adulte, le réflexe est plutôt d'aller chercher au sein du lycée, mais avec une offre reconnue comme insuffisante (psychologue ou infirmière scolaire difficile à voir) et des adultes insuffisamment formés. Le médecin de famille reste un référent (par défaut) vers qui ils savent se tourner.

- « Si on en parle avec les adultes, ça dramatise tout de suite, donc les jeunes n'osent pas. Ils ont peur d'inquiéter les parents. »
- « Pour une amie en dépression, l'infirmière lui a dit d'arrêter de pipeauter »

La nécessaire prévention

Ils se sentent insuffisamment informés sur la thématique de la bonne santé mentale. Cela reste un tabou pour eux. Seuls les sujets de cyber-harcèlement ou d'identité de genre sont évoqués dans les actions de sensibilisation menées au collège et certains ont pu s'approprier ces sujets. Il reste donc nécessaire de **lever le tabou de la phobie scolaire et du mal-être naissant**, pour pouvoir reconnaître quand un jeune va mal, dire que ça peut toucher tout le monde, que c'est généralement passager lorsque c'est pris en charge.

- « Il faudrait savoir quoi faire dès le début »
- « Plus c'est traité tôt, mieux c'est »
- « Il n'y a aucune intervention sur les problèmes psychologiques »

Nos propositions d'actions

La priorité selon nous est de briser l'engrenage pouvant conduire à la phobie scolaire et à la détresse psychologique des jeunes. Il convient pour cela de se placer en amont et de faire de la prévention ciblée autour du « mal-être naissant ».

Désamorcer le tabou de la détresse psychologique

Former les élèves, les professeurs, les parents et le personnel médical des collèges et des lycées sur la **phobie scolaire**.

Pour les jeunes, proposer des temps d'échanges et des permanences d'information en lien avec les établissements d'enseignement secondaires (prioritairement les lycées). Les établissements peuvent servir de relais et de soutien, sans être nécessairement porteurs de l'action.

- Lever les tabous sur le mal-être des ados
- Dédramatiser les premiers signaux d'anxiété et de dépression c'est normal, passager (et ça doit le rester)
- Donner des outils de prévention de l'aggravation du stress et de l'anxiété qui peuvent engendrer la phobie scolaire (gestion du stress, soutien entre pairs, ...)

Certains jeunes que nous avons rencontrés sont engagés dans des actions bénévoles, des missions d'intérêt général, du travail dans un centre aéré, de la sensibilisation auprès des enfants via le Centre Socio-Culturel de Brignoud, ... Ils relatent cela comme des expériences positives et enrichissantes, avec un sentiment d'utilité accru : « *tu as l'impression que tu sers à quelque chose !* ». C'est probablement un axe d'action à exploiter : leur permettre de se sentir utiles par une action concrète, les rendre davantage acteurs que consommateurs.

Mise en place de « Tiers-Lieux »

Les tiers-lieux seraient des espaces intergénérationnels dans lesquels la population pourrait venir acquérir une culture citoyenne sur les transitions (sous des formes ludiques d'éducation à la transition écologique).

Chaque commune pourrait mettre en place un tiers-lieux et profiter de cette structure pour transmettre de l'information, former/informer la population, proposer des moments de rencontre autour de thématiques choisies.

Les jeunes en particulier y seraient accueillis en tant que consom'acteurs : il pourrait leur être proposé de participer à la réalisation d'actions concrètes en lien avec l'environnement et la santé (consommation, alimentation, prévention de la sédentarité, ...)

Le Conseil de Développement pourrait faire office de tiers-lieu expérimental à l'échelle de la Communauté de communes, en attendant que les uns et les autres s'approprient ce fonctionnement.

Privilégier d'autres modes de communication

Enfin, pour lutter contre les addictions aux écrans et les risques de cyber-harcèlement, il pourrait être judicieux de leur proposer d'autres modes d'information et de communication.

Par exemple, une formation très technique, imagée, scientifique sur le « scrolling » : les mécanismes en œuvre et les dangers d'entrer dans la manipulation orchestrée par certains réseaux sociaux.

V. Conclusion

De ce travail, nous avons tiré un certain nombre de propositions, dans l'idée que ces thèmes doivent nécessairement être traités de manière transversale, autour des enjeux du dérèglement climatique et de ses conséquences (les transitions), et notamment l'impact psychologique de notre époque sur les jeunes et leur bien-être physique et mental.

Nous affinerons la méthode pour nos prochains groupes de travail, de réflexion et d'action : propositions de rencontres en ciblant des publics les plus variés possible, présence dans différentes instances, dans le but de remonter les ressentis de la population et de valoriser le travail et l'investissement de la Communauté de communes au travers de ses chargés de mission et de ses élus, proposition d'ateliers de prévention-éducation, création d'évènements festifs, actions publiques, ... dans l'objectif de mobiliser et se mobiliser sur les nécessaires changements qu'entraînent le dérèglement climatique et la prise de conscience des limites planétaires.

Nous voulons participer à cette culture commune qui nous permettra d'affronter les transitions et de formuler nos points de vue avec force et pertinence.

VI. Annexes

Annexe 1 - SE : Autres pistes de réflexion

Comment créer des synergies pour des modes de vie et de consommation plus responsables (« **Etre consomm'acteur dans le Grésivaudan** ») autour des actions positives engagées : prévention des déchets, restauration collective, travail sur les crèches déjà réalisé il y a plusieurs années, protection des ressources en eau....

Comment mieux intégrer la santé dans le PCAET (intégrer par exemple la pollution de l'air intérieur) ?

Alimentation et agriculture :

- Comment sensibiliser les parents à partir des politiques d'amélioration de la restauration collective menées autour de la loi Egalim ?
- Comment encourager l'autoproduction alimentaire ? Quel soutien aux AMAP ?
- Comment favoriser l'accès des populations défavorisées à des produits frais et à une alimentation saine (paniers solidaires, actions des CCAS, ateliers de cuisine...).
- Comment participer à la dynamique enclenchée par le PAiT : préservation du foncier agricole, veille pour permettre l'installation de nouveaux agriculteurs, encouragement à l'agroécologie et à la production biologique, ...

Nous rappelons à cette occasion l'urgence de réduire très fortement les pesticides dont l'impact sanitaire est maintenant bien documenté : sur les agriculteurs et leur famille, mais aussi sur les consommateurs via l'alimentation, le fœtus étant le plus vulnérable à ces substances. Le seul

moyen de protéger les générations futures est de généraliser rapidement une agriculture à très faible niveau d'intrants (les engrais chimiques sont également à l'origine dans notre organisme, de cadmium, métal très toxique).

Urbanisme :

- Quelle réflexion commune ?
- Documents d'information à distribuer lors des demandes de permis de construire,
- Intégration de la santé dans les PLU et dans les projets d'aménagement : nature en ville, facilitation de la mobilité douce (chemins piétonniers, itinéraires vélo...), jardins partagés, densification préservant la santé, rénovation écologique et écomatériaux
- Quels besoins de formation ?

Autre :

- Elimination des produits chimiques toxiques comme les perturbateurs endocriniens (voir plus loin)
- Il serait souhaitable d'avoir une politique identifiée de lutte contre la sédentarité, problème majeur de santé publique, en regroupant des actions existantes ou en projets éparses : urbanisme, transports, politique sportive (entre autres : pratique sportive adaptée à des personnes ayant des maladies chroniques, à réfléchir avec des médecins et des kinésithérapeutes)
- Campagne contre le moustique-tigre

Annexe 2 – SE : Des exemples d'actions : une dynamique à rejoindre

Communautés de communes ou autres

Le département de la Gironde a été précurseur dans le cadre de son agenda 21 en 2010, de petites Communautés de communes ont fait un remarquable travail de sensibilisation⁶.

- PNR du Morbihan : Santé et biodiversité, pour une approche territoriale "Mon Parc, ma santé": <https://territoire-environnement-sante.fr/actions-et-projets/sante-et-biodiversite-pour-une-proche-territoriale-mon-parc-ma-sant>
- PNR du Lubéron sur 14 communes : désimperméabiliser et végétaliser les cours d'école « pour gérer les eaux pluviales, remettre l'eau au cœur de la ville et anticiper le changement climatique ». Un environnement végétal contribue à un meilleur développement de l'enfant

Communes

Alimentation, agriculture

- Tassin-la-Demi-Lune : Plan local nutrition santé (air, alimentation, sport). <https://territoire-environnement-sante.fr/actions-et-projets/plan-local-nutrition-sante-bouge-mange-respire-mieux>
- Mouans-Sartoux : 10 000 habitants Maison d'Éducation à l'Alimentation Durable : https://territoire-environnement-sante.fr/sites/pnse4/files/fichiers/2019/10/PUBLIQUE_Mouans_Sartoux_Action_Rex_V03102019_1.pdf
Egalement cantines 100 % bio et régie municipale pour alimenter les cantines
- Agriculture : Saman, 31 160 habitants : Eau, biodiversité et carbone
https://territoire-environnement-sante.fr/sites/pnse4/files/fichiers/2020/01/14_PUBLIQUE_Saman_Projet_V17012020.pdf

Pollution intérieure, écoles

- Canteleu : 76, 14 000 habitants : Actions d'amélioration de la qualité de l'air intérieur et de sensibilisation à destination du personnel de la commune, des écoliers, et des personnes en situation de précarité
https://territoire-environnement-sante.fr/sites/pnse4/files/fichiers/2020/01/63_PUBLIQUE_Canteleu_Projet_V21012020.pdf
- La ville de Chambéry : 60 000 habitants, a embauché depuis longtemps un conseiller en environnement intérieur, qui donne des conseils de prévention pour les bâtiments publics et les particuliers ayant des problèmes de santé pouvant être liés à leur habitat.
- Matériel scolaire : Guide ADEME réalisé à partir d'une étude de la ville de Grenoble

⁶ Conseil départemental des agendas 21 locaux en Gironde : Santé-environnement, ce que peuvent faire les collectivités (2010)

<https://librairie.ademe.fr/air-et-bruit/845-choisir-des-fournitures-scolaires-sans-risque-pour-la-sante-9791029713385.html>

Urbanisme, aménagement de l'espace

- PRSE ARA : Intégrer la santé dans les documents d'urbanisme et les projets d'aménagement
<https://www.auvergne-rhone-alpes.prse.fr/integrer-la-sante-dans-les-documents-de-a223.html>
- Magny-sur-Tille : 21, 880 habitants : Un cadre de vie pour une meilleure santé. Objectif : « Sensibiliser, rendre conscient un maximum d'habitants qu'un style de vie sain, apaisé, actif physiquement et en lien avec la nature est source de bonne santé »
https://territoire-environnement-sante.fr/sites/pnse4/files/fichiers/2020/01/54_PUBLIQUE_Magny_Sur_Tille_Action_Rex_V20012_020.pdf
- La Mûre (38) : vers un centre-ville favorable à la santé
https://www.auvergne-rhone-alpes.prse.fr/IMG/pdf/presentation_la_mure_vers_un_centre_favorable_a_la_sante_agence_du_rbanisme_de_la_region_grenobloise-2.pdf

Démarches de sensibilisation et participation

- Sainte-Pazanne : « Suite à plusieurs cas de cancers pédiatriques sur la commune et les environs, des habitants s'interrogent sur leur environnement. Ne pouvant nous substituer aux autorités compétentes, nous décidons d'être dans le partage de connaissances et les actions de proximité en faveur de la santé »
<https://www.sainte-pazanne.fr/les-rendez-vous-sante-et-environnement/>
- Dol-en-Bretagne : en lien avec la Communauté de communes, participation citoyenne et santé environnementale
https://territoire-environnement-sante.fr/sites/pnse4/files/fichiers/2020/04/fiche_action_Dol_participcitoy_tot.pdf

Tous territoires

- Réduction de l'exposition aux perturbateurs endocriniens : commande publique crèches, écoles, bâtiments publics, contenants alimentaires, pesticides, ...
<https://territoire-environnement-sante.fr/reduire-lexposition-aux-perturbateurs-endocriniens>
- Une charte Ville et territoire sans perturbateurs endocriniens a été initiée par le Réseau Environnement santé
<http://www.reseau-environnement-sante.fr/vtspe/>

Annexe 3 – SE : Quelques ressources SE

Plan National Santé Environnement 4 - Axe 3 : démultiplier les actions concrètes menées par les collectivités dans les territoires : 2 actions :

- Créer une plateforme collaborative et renforcer l'expertise des territoires
- Renforcer la sensibilisation des urbanistes et aménageurs pour mieux prendre en compte la SE

Agences

- ANSES : <https://www.anses.fr/fr/thematique/sant%C3%A9-et-environnement>
<https://www.anses.fr/fr/thematique/alimentation-et-nutrition-humaine>
- Santé publique France : Notamment : <https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>
- Observatoire de la qualité de l'air intérieur, OQAI : <https://www.oqai.fr/fr/campagnes/campagne-nationale-ecoles-n01> (air dans les écoles)
- EHESP/ urbanisme : <https://www.ehesp.fr/2014/09/16/nouveau-guide-agir-pour-un-urbanisme-favorable-a-la-sante-concepts-outils/>
- Site : <https://www.nature-en-ville.com/>

En région

- Plan régional PRSE Auvergne Rhône (PRSE 4 en cours d'élaboration) : <https://www.auvergne-rhone-alpes.prse.fr/>
- Pôle thématique régional Education et promotion de la Santé-Environnement (ESE) animé par GRAINE et IREPS : <https://agir-ese.org/le-pole-ese-auvergne-rhone-alpes>

Actions de collectivités

- Site du gouvernement <https://territoire-environnement-sante.fr/> (plateforme à développer dans le cadre du PNSE)
- Fabrique-territoires-santé : entre autres :
 - Alimentation : <https://www.fabrique-territoires-sante.org/ressources/nos-publications/dossiers-ressources/alimentation-et-territoires/>
 - Précarité et SE : <https://www.fabrique-territoires-sante.org/ressources/nos-publications/dossiers-ressources/precarite-et-sante-environnementale/>
- Villes-santé OMS : www.villes-sante.com A voir entre autres :
 - Prise en compte de la Santé environnementale dans les Contrats Locaux de Santé (CLS), 2019 – Etat des lieux au sein des Villes-Santé : <https://www.villes-sante.com/activites-du-reseau/etudes/>
 - Réduction des inégalités sociales de santé, les villes agissent dès l'enfance, 2018 <https://www.villes-sante.com/wp-content/uploads/2018-Ouvrage-ISS-Petite-Enfance-VF-Haute-Def.pdf>

Associations

- Réseau environnement santé : <http://www.reseau-environnement-sante.fr/>
- WECF : ateliers, fiches pratiques
- ASEF : petits guides santé



Annexe 4 – Etude qualitative sur la santé mentale des jeunes (15-24 ans) dans la Communauté de communes Le Grésivaudan



Etude qualitative sur la santé mentale des jeunes (15-24 ans) dans la communauté de communes du Grésivaudan

*Une enquête complémentaire au Diagnostic Local de Santé de la Communauté de
Communes du Grésivaudan réalisée par Alexiane Bois, stagiaire en Master 2 Santé publique
à l'ORS*

Avril - Juillet 2022



Accusé de réception en préfecture
038-200018166-20230320-DEL-2023-0105-DE
Date de télétransmission : 23/03/2023
Date de réception préfecture : 23/03/2023

Remerciements

Je tiens à remercier toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de cette enquête et ce rapport.

Je remercie tout d'abord les membres du Conseil de Développement du Grésivaudan pour la confiance qu'ils m'ont accordé et pour leur aide et leur accompagnement dans la mise en place de cette étude.

Je tiens à remercier Mathilde Chopard, cheffe de projets Action sociale au sein de la communauté de communes du Grésivaudan, et Alice Coste sa remplaçante, pour leur bienveillance, leur disponibilité et leur aide précieuse pour l'élaboration de cette étude.

Je remerciement particulièrement Patricia Medina, responsable d'études qualitatives au sein de l'ORS et Eve Giovannini, chargée d'études qualitatives au sein de l'ORS, pour leur encadrement, leurs conseils et leur bienveillance envers mon travail.

Je remercie enfin les professionnels ainsi que les habitants qui ont participé à cette étude, pour leur disponibilité et pour la qualité de leur investissement dans les entretiens qu'ils m'ont accordé.

Sommaire

Contexte de l'enquête	4
Objectifs de l'enquête	5
Méthodologie de l'enquête	6
Introduction	8
I – Les grands enjeux de santé mentale des jeunes	11
1. Les jeunes vont bien	11
1.1. Définition	11
1.2. Déterminants de la santé	11
2. La santé mentale des jeunes : un point d'alerte	13
2.1. Définition	13
2.2. Données épidémiologiques	13
2.3. Déterminants de la santé mentale	13
2.4. Les troubles psychiques les plus fréquents chez les jeunes	15
3. Troubles psychiques et difficultés de parcours de soins	16
II - Résultats de l'enquête qualitative	18
<i>Partie 1 : point de vue des professionnels</i>	18
1. Les difficultés repérées touchant à la santé mentale des jeunes	18
1.1. Les consommations problématiques de substances psychoactives	18
1.2. Les addictions « sans substances »	19
1.3. Autres conduites à risques	20
1.4. Les questionnements sur le genre/identité	20
1.5. Les impacts du Covid-19 sur la santé mentale	21
2. Les facteurs de bien-être et de mal-être sur le territoire pour les jeunes	23
2.1. Les atouts du territoire pour les jeunes	23
2.2. Les points faibles du territoire pour les jeunes	24
3. Des ressources formelles et informelles pour des jeunes en souffrance psychique	25
3.1. Dans le Grésivaudan	25
3.1.1. Haut Grésivaudan	26
3.1.2. Moyen Grésivaudan	27

3.1.3. Sud Grésivaudan	28
3.2. Dans les pôles urbains de proximité	28
3.3. Les freins à l'utilisation de ces ressources	28
3.4. Savoir repérer le mal-être	29
4. Des recommandations, du point de vue des professionnels	30
4.1. Des sujets/problèmes sur lesquels les jeunes ont (encore) besoin d'aide	30
4.2. La diffusion des informations	31
Partie 2 : point de vue des jeunes	33
1. Les points forts du territoire	33
1.1. La proximité de la nature et l'accès à une offre sportive de qualité appréciés des jeunes	33
1.2. Les grands pôles urbains attirants, en proximité	34
2. La mobilité, la bête noire du Grésivaudan pour les jeunes	34
3. Les thématiques de santé qui préoccupent les jeunes du Grésivaudan	35
4. Les impacts de la crise sanitaire du Covid-19 du point de vue des jeunes	36
5. La connaissance et l'utilisation des ressources du territoire par les jeunes, en matière de santé/bien-être	38
6. Des recommandations, du point de vue des jeunes	40
Conclusion	43
Références bibliographiques	45

Contexte de l'enquête

La Communauté de Communes du Grésivaudan a confié à l'Observatoire Régional de la Santé Auvergne-Rhône-Alpes la réalisation d'un Diagnostic Local de Santé comprenant des données statistiques et qualitatives et ce, afin de nourrir l'élaboration d'une planification locale en santé.

Dans le cadre du volet qualitatif de ce diagnostic, des entretiens collectifs ont été réalisés avec différents professionnels et partenaires du territoire, dont un entretien a été réalisé avec des membres du Conseil de Développement Local.

Ce Conseil, précieux outil de démocratie participative, a par ailleurs été sollicité pour sa connaissance et expérience du territoire, par la Communauté de communes, pour réaliser un rapport faisant état des enjeux de santé locaux, tels que perçus par les habitants, qui viendra compléter le rapport du Diagnostic Local de Santé. La santé constituant un champ particulièrement vaste, la tâche du Conseil de Développement sera importante et le Conseil travaille déjà sur quatre dimensions différentes :

- L'accès aux soins
- Les jeunes
- Les personnes âgées en situation d'isolement
- L'environnement

Il est dès lors apparu, qu'il pourrait être intéressant de réaliser une petite enquête complémentaire, qui permettrait de creuser l'un des points abordés dans les entretiens collectifs, en lien avec les sujets travaillés par le Conseil de Développement Local.

Des échanges ont été menés concernant ce projet d'enquête complémentaire, avec Mathilde Chopard, cheffe de projets de l'action sociale à la Direction Autonomie, Santé et Solidarité de la CC du Grésivaudan et plusieurs membres du Conseil de Développement du Grésivaudan, qui ont contribué à la mise en place de cette étude :

- Marion Hewlett
- Aurore Boulloud
- Cécile Ferrari
- Sylvie Logiaco
- Jean-Louis Séchet
- Didier Pison
- Malika Haboudou

Cette enquête complémentaire a été réalisée dans le cadre de mon stage de Master 2 en Santé Publique à l'ORS.

Objectifs de l'enquête

A travers cette enquête complémentaire, les membres du Conseil de développement ont choisi d'explorer plus particulièrement la santé mentale des jeunes, c'est-à-dire la santé des adolescents et jeunes adultes (15-24 ans).

Les objectifs de cette enquête complémentaire sur la santé mentale des jeunes étaient les suivants :

- **1/ Produire une synthèse sur les grandes thématiques qui structurent aujourd'hui la question de la santé mentale des jeunes**, des enjeux autour du mal-être, jusqu'aux pathologies émergentes, en passant par les différentes conduites à risques qui peuvent concerner les adolescents et jeunes adultes.
- **2/ Réaliser une enquête qualitative par entretiens auprès de quelques professionnels et jeunes du territoire, afin d'explorer les points suivants :**
 - Au-delà des causes connues et reconnues dans la littérature concernant les sources de mal-être et de bien-être mentale pour les adolescents et jeunes, quels sont **les éléments de contexte, spécifiques au territoire du Grésivaudan, favorables ou défavorables au bien-être psychique des jeunes, à une bonne santé mentale** (ressources de loisirs, sociabilité, soins, réseaux, configuration des espaces et des possibilités de mobilités, ressources autres,...)
 - **Quels sont les publics de jeunes et les parties du Grésivaudan où les problématiques de santé mentale des jeunes semblent les plus visibles ou complexes** et quelles réponses locales ont éventuellement déjà été mises en œuvre ?
 - **Quelles sont les attentes des jeunes rencontrés et des professionnels interviewés pour mieux aider les jeunes qui peuvent être en situation de mal-être** et quelles sont les offres ou réponses qui répondent déjà à ses attentes et qu'il faudrait soutenir ou renforcer encore

Méthodologie de l'enquête

Afin d'atteindre les objectifs tels que définis, la méthodologie a été la suivante :

➤ Synthèse santé mentale des jeunes

Cette synthèse sur la santé mentale des jeunes a été réalisée à partir d'une sélection d'articles publiés dans les revues de santé publique mais également d'articles publiés sur des sites internet de référence, comme par exemple Psycom (organisme public d'information sur la santé mentale et de lutte contre la stigmatisation), Santé Publique France, DREES, OMS, Fondation de France, ...

➤ Enquête qualitative par entretiens (professionnels et jeunes du territoire)

Cette enquête a été menée par entretiens individuels semi-directifs approfondis, avec des professionnels et des jeunes, sur la base de guides d'entretien élaborés de telle sorte qu'ils permettent d'atteindre les objectifs de l'enquête. Ces guides ont été soumis pour validation aux membres du Conseil de développement en charge du suivi de cette enquête.

Ces entretiens ont été menés par téléphone. Les personnes interviewées devaient travailler ou résider sur les 3 grandes parties du territoire, telles que définies par la CC du Grésivaudan :

- Haut Grésivaudan
- Moyen Grésivaudan
- Sud Grésivaudan

9 professionnels travaillant au contact d'adolescents ou de jeunes et impliqués dans la thématique de la santé mentale ont été interviewés :

- Mme Anne BERTHON, éducatrice au sein de l'association APASE (ensemble du territoire)
- Mr Olivier BUSTOS, coordinateur enfance jeunesse au sein du Centre Socioculturel de Brignoud (Moyen Grésivaudan)
- Mme Nathalie DANO, cadre de santé au sein du Centre Médico-Psychologique (CMP) Adultes de Crolles et du CMP Adultes de Pontcharra (Moyen et Haut Grésivaudan)
- Mme Anne KERVAON, référente santé au sein de la Mission Locale (ensemble du territoire)
- Mme Marie-Claire MARTIN-ULUDAG, conseillère conjugale et familiale au sein du Centre de Planification ou Education Familiale de Villard-Bonnot (Moyen Grésivaudan)
- Mme Cécile MOURRE, médecin directeur du Centre de planification Agathe de Pontcharra (Haut Grésivaudan)
- Mme Vanessa PRE, directrice de la Maison des Jeunes et de la Culture – Espace de Vie Sociale (MJC EVS) de Crolles, et Mme Christelle ROLLAND, animatrice-coordinatrice pôle action culturelle MJC EVS de Crolles (Moyen Grésivaudan)
- Mr Jérémy ROUCHON, directeur de la Maison des Jeunes de Pontcharra (Haut Grésivaudan)

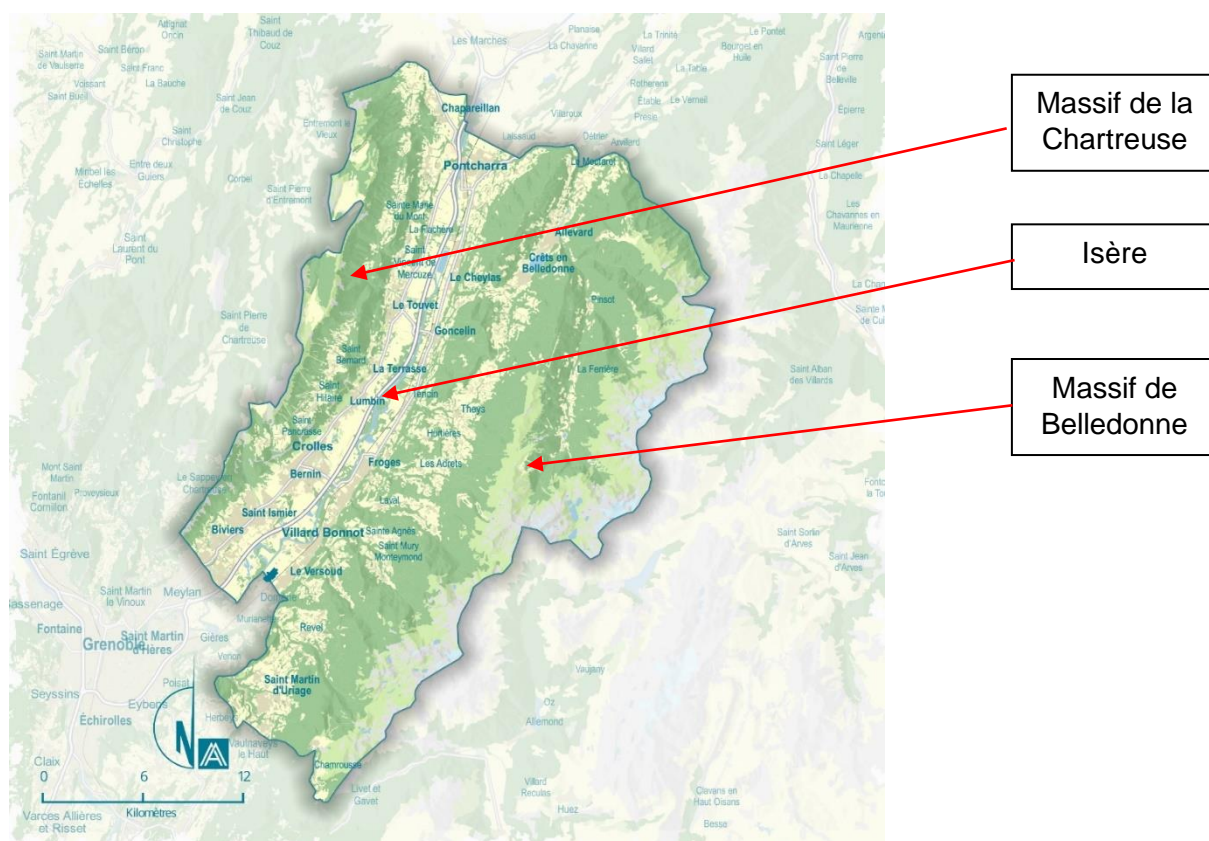
5 jeunes résidant dans le territoire ont été interviewés :

- 1 jeune résidant dans le Haut Grésivaudan, à Allevard.
- 1 jeune résidant dans le Moyen Grésivaudan, à Theys.
- 1 jeune résidant dans le Sud Grésivaudan, à Laval.
- 1 jeune résidant dans le Sud Grésivaudan, au Versoud.
- 1 dernier jeune a été interrogé, ne résidant pas tout à fait dans le territoire du Grésivaudan mais juste au Sud, à Corenc, et utilisant des ressources du Grésivaudan.

Introduction

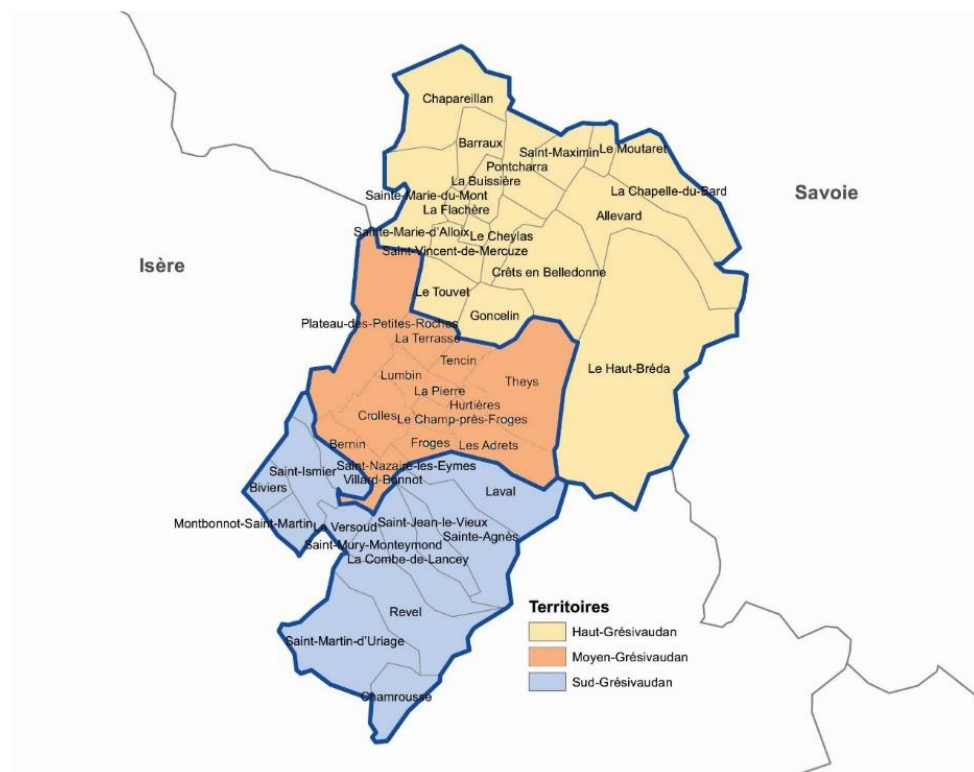
La communauté de communes du Grésivaudan a été créée au 1^{er} janvier 2009 et se déploie à la fois sur le massif de la Chartreuse et à la fois sur le massif de Belledonne, en étant traversée par l'Isère. Ce territoire est à la fois rural, montagnoux, péri-urbain et situé à proximité de pôles urbains de première importance. Le Grésivaudan, sur sa partie sud, est mitoyen de l'agglomération grenobloise, deuxième pôle urbain de la région Auvergne-Rhône-Alpes, doté de ressources majeures en santé mais aussi au plan éducatif, culturel, qui constitue le deuxième bassin d'emploi de la région. Le communauté de communes avoisine aussi, au nord, l'agglomération chambérienne, autre pôle urbain très dynamique au plan économique et regroupant également de nombreuses ressources.

Cette communauté de communes est composée de 43 communes, dont les plus peuplées sont Pontcharra (au nord) et Crolles (au sud) et elle compte au total plus de 101 000 habitants, occupant à 90% les aires péri-urbaines. Ce territoire présente ainsi de forts contrastes : outre les aires périurbaines, les surfaces agricoles et les forêts représentent respectivement 17% et 53% du territoire. Le Grésivaudan est par ailleurs doté de six stations de ski et de deux stations thermales : tout à la fois destination de loisirs et de villégiature, il constitue un bassin d'emploi qualifié, notamment dans le domaine des technologies de pointe (électronique, nanotechnologies...), avec un pôle microélectronique qui comprend de nombreuses entreprises (STMicroelectronics, Soitec) et PME innovantes (informatique, biotechnologies, énergies renouvelables...).



Trois sous-territoires constituent cette communauté de communes :

- Le Haut-Grésivaudan avec 33 179 habitants (17 communes)
- Le Moyen-Grésivaudan avec 35 977 habitants (13 communes)
- Le Sud-Grésivaudan avec 32 573 habitants (13 communes)



La part des 15-24 ans est de 10% sur l'ensemble du territoire du Grésivaudan et de 12% pour la région Auvergne-Rhône-Alpes. Plus on s'éloigne de l'axe routier principal traversant, plus la part de cette population diminue. Ainsi, un peu moins de la moitié des communes (20 communes) du territoire à proximité immédiate de cet axe ont plus de 10% de jeunes âgés de 15 à 24 ans, 1/3 entre 8 et 10% (14 communes) et 1/5^{ème} (9 communes) ont moins de 8% de jeunes âgés de 15 à 24 ans.

Conscients que l'accès aux soins et à la prévention sont des facteurs clés dans le développement d'un territoire, les élus de la communauté de communes du Grésivaudan souhaitent explorer plus avant la situation du territoire à la fois en termes d'état de santé et besoins de la population, mais aussi en termes d'articulation de l'offre de ressources en santé sur le territoire. C'est en effet dans ce type de configuration géographique complexe, alors que la Savoie et Grenoble peuvent jouer comme des pôles d'attraction pour des professionnels de santé notamment, qu'ils soient libéraux ou salariés, qu'une planification locale de santé peut permettre à la fois de veiller au bon accès de tous aux ressources de prévention et de soins, et permettre aussi de répondre à des besoins, prendre en compte des publics vulnérables, qui peuvent être invisibilisés par une situation économique globalement favorable. Le travail partenarial et en réseau des professionnels de santé est d'ailleurs l'une des clefs pour une prise en charge des habitants, en proximité et en veillant aux publics fragiles : c'est ainsi que

le territoire compte déjà une Maison Pluriprofessionnelle de Santé et qu'un pré-projet de Communauté Professionnelle Territoriale de Santé est en cours de réflexion.

Fort de la dynamique existante, soucieux de porter attention à toutes les populations qui le composent, aussi bien en urbain, péri-urbain que rural, et soucieux d'intégrer la santé dans les grands axes de développement du territoire, Le Grésivaudan souhaite aujourd'hui se doter d'une réelle planification en santé. Pour ce faire, la réalisation préalable d'un diagnostic local de santé a été envisagée, afin de faire le point sur la situation sanitaire du territoire, les constats des professionnels et les besoins des habitants. C'est dans ce cadre que cette étude complémentaire sur la santé mentale des jeunes (15-24 ans) du Grésivaudan a été réalisée.

I – Les grands enjeux de santé mentale des jeunes

1. Les jeunes vont bien

1.1. Définition

Il n'existe pas de définition officielle de l'âge de la jeunesse, cependant de nombreux travaux scientifiques utilisent la fourchette 15-24 ans. Il s'agit de la définition de l'Organisation des Nations Unies, et aussi l'intervalle le plus souvent utilisé par l'Insee. D'après cette définition, selon laquelle la « jeunesse » se situe entre 15 et 24 ans, le terme « enfant » désigne par conséquent toute personne âgée de moins de 14 ans. Or, il est important de noter que la Convention des Nations Unies relative aux droits de l'enfant considère comme étant un enfant « tout être humain âgé de moins de 18 ans ». De nombreux pays dans le monde utilisent aussi la limite de l'âge de la majorité (qui correspond généralement à 18 ans) comme un élément de référence pour parler de la jeunesse. 18 ans est en effet l'âge à partir duquel un individu est considéré comme adulte. Néanmoins, la définition de la « jeunesse » varie d'un pays à l'autre, selon des facteurs socioculturels, institutionnels, économiques et politiques. En effet, la jeunesse est une construction sociale : elle est comprise et envisagée différemment selon les lieux, les époques et les cultures. Pour cette étude, nous avons fait le choix de conserver la tranche 15-24 ans.

Le concept de jeunesse regroupe des individus très différents, d'une part par l'âge (en effet, il y a un monde entre un élève de seconde de 15 ans et un jeune adulte de 24 ans en activité professionnelle) mais aussi par leur situation sociale (à 20 ans, alors que certains entament leur deuxième année d'études supérieures, d'autres sont déjà au travail depuis 4 ans). C'est un âge important pour la construction de soi, de son identité, où l'on passe des étapes essentielles. Cela se fait souvent sans y penser, mais parfois cela pose des problèmes qui peuvent sembler insurmontables : s'adapter aux transformations de son corps liées à la puberté, renoncer à son corps d'enfant, s'interroger sur son genre, s'autonomiser progressivement, construire son identité propre, construire des relations amicales ou amoureuses, découvrir la sexualité, choisir une orientation professionnelle... La jeunesse est souvent dépeinte comme une période enviable de la vie : l'avenir vous attend, le monde et la vie s'ouvrent à vous. La plupart des jeunes disent d'ailleurs que tout va bien pour eux. Et pourtant, on peut être jeune et mal à l'aise avec les autres, s'angoisser pour son avenir et ressentir une souffrance morale parfois intense.

1.2. Déterminants de la santé

Les inégalités sociales de santé résultent à la fois du contexte socio-économique et environnemental, des comportements et modes de vie et du recours aux soins. Les problèmes apparaissent assez différents selon les âges de la vie. Si les études sur le différentiel de morbidité et de mortalité portent logiquement plutôt sur les personnes âgées et la fin de vie, les problèmes et pathologies n'en trouvent pas moins en grande partie leurs germes dans l'enfance ou l'adolescence, qu'ils relèvent d'exposition à des risques, de conditions de vie particulières ou encore de comportements individuels. De plus, les inégalités sociales ont tendance à se renforcer avec le temps. Il convient de noter que la perception qu'ont les jeunes

de leur santé est très majoritairement bonne, 96% des jeunes de 16-25 ans se déclarant en bonne santé, 16% en excellente santé. En revanche, ces âges apparaissent comme une période d'expérimentation de plusieurs produits : les consommations de tabac ou de cannabis sont courantes, de même que les épisodes d'alcoolisation ponctuelle, tandis que la consommation quotidienne d'alcool demeure rare (2%). L'adoption de comportements défavorables s'observe également en ce qui concerne l'alimentation. Au sein des 16-25 ans, l'âge et le genre apparaissent également comme des variables discriminantes importantes pour un grand nombre de comportements de santé. A titre d'exemple, la part de fumeurs quotidiens passe de 31% à 41% entre les 16-20 ans et les 21-25 ans. Les jeunes filles ont tendance à se déclarer en moins bonne santé que les jeunes garçons, à davantage souffrir de problèmes de santé mentale, mais consomment moins de substances psychoactives licites ou illicites que les jeunes garçons et présentent des habitudes alimentaires globalement plus favorables à leur santé. Seul le tabac, produit pour lequel les niveaux d'usage apparaissent relativement proches selon le genre, semble faire exception.

Le surpoids et l'obésité apparaissent marqués par l'appartenance ou la position sociale. Au sein des familles les moins favorisées, l'équilibre alimentaire est précaire et la sédentarité parfois très présente, avec notamment des temps passés face aux écrans qui peuvent s'avérer très longs. Par ailleurs, la consommation de fruits et légumes s'avère nettement moins courante chez les publics défavorisés. Les inégalités sont également visibles dans la consommation de tabac, avec près de deux fois plus de fumeurs parmi les jeunes en difficultés financières. De même en ce qui concerne la souffrance psychique : la part des jeunes ayant réalisé une tentative de suicide au cours de leur vie augmente nettement avec le niveau de difficulté financière déclaré. L'environnement social du lieu de résidence, du quartier a une influence forte sur les comportements de santé et l'état de santé de ceux qui y vivent. Les effets de contexte sont importants : indépendamment des caractéristiques individuelles, le fait de résider dans un quartier où se cumulent les difficultés économiques et sociales ou encore dans un quartier à faible mobilité résidentielle augmente significativement le risque d'une dégradation de l'état de santé.

Les inégalités sociales de santé s'observent dès le début de la vie. Les jeunes qui subissent une situation sociale défavorable présentent des niveaux de pratiques addictives, de sédentarité et de surpoids nettement plus élevés que les autres. Si un accès équitable aux soins apparaît comme un enjeu majeur de santé publique, les déterminants des inégalités sociales de santé restent extérieurs au système de soins (le travail, l'habitat, l'éducation, les revenus, les conditions de vie font partie des déterminants majeurs) et justifient des interventions intersectorielles sur la santé et les comportements de santé.

Par ailleurs, l'adolescence est une période cruciale pour le développement d'habitudes sociales et émotionnelles importantes pour le bien-être mental. Il s'agit notamment pour les jeunes d'adopter des rythmes de sommeil sains, d'avoir une activité physique régulière, de développer leurs capacités d'adaptation, et d'apprendre à résoudre des problèmes, à nouer des relations interpersonnelles et à gérer leurs émotions. Un environnement protecteur et favorable au sein de la famille, à l'école et dans la communauté en général joue également un rôle.

2. La santé mentale des jeunes : un point d'alerte

2.1. Définition

On a longtemps pensé que la santé était l'absence de maladie. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) donne de la santé une définition plus positive et exigeante : « *La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité.* » La santé mentale est donc une composante essentielle de la santé et représente bien plus que l'absence de troubles ou de handicaps mentaux. Toujours selon l'OMS, la santé mentale est un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ». C'est la recherche permanente d'un équilibre entre toutes les dimensions de la vie : émotionnelle, psychique, physique, sociale, spirituelle, économique. Notre santé mentale est influencée par nos conditions de vie (logement, activité, ressources, etc.), les événements marquants de la vie (rencontres, deuils, séparations, etc.), la société dans laquelle nous vivons et nos valeurs personnelles.

2.2. Données épidémiologiques

Aujourd'hui, plus d'un jeune sur deux a déjà connu des problèmes en santé mentale (troubles du sommeil, irritabilité, angoisses) or, seulement 22% d'entre eux s'estiment bien informés sur les maladies mentales. Depuis plusieurs années, différentes études montrent que la santé psychique des jeunes est fragilisée. En 2019, 22% des étudiants avaient déjà eu des idées suicidaires. A cela s'ajoute aujourd'hui la crise de la Covid-19 qui impacte fortement la santé mentale des jeunes.

Les premiers signes apparaissent souvent au cours de l'enfance et de l'adolescence. En effet, 75% des affections psychiatriques débutent avant 25 ans et la moitié avant 15 ans. Selon les estimations, entre 10 et 20% des enfants et adolescents seraient touchés par un ou plusieurs troubles psychiques, qui peuvent être de durée et de sévérité très variables. A l'adolescence, la dépression constitue la troisième cause de morbidité selon l'Organisation Mondiale de la Santé. Le suicide est la deuxième cause de mortalité des 15-24 ans, après les accidents de la route, et la maladie mentale est le premier facteur de risque des décès par suicide. La prévention en santé mentale s'avère donc cruciale pour les jeunes.

2.3. Déterminants de la santé mentale

La santé mentale est très largement influencée par l'environnement social, économique et physique dans lesquels une personne vit. Les inégalités sociales sont associées à un risque accru de souffrir d'un trouble mental. En mettant en place des mesures pour améliorer les conditions de vie à tous les âges, on peut à la fois améliorer la santé mentale de la population et réduire les risques liés aux inégalités sociales.

Les déterminants de la santé mentale sont un ensemble de facteurs qui comprennent non seulement les caractéristiques individuelles d'une personne mais également le contexte socio-économique dans lequel elle vit, son environnement ou encore la société dans laquelle elle

est intégrée. Les déterminants s'influencent mutuellement et c'est de leur combinaison que résulte l'état de santé mentale d'une personne. Les déterminants de santé mentale peuvent être catégorisés en 3 grands groupes : les facteurs individuels, les facteurs économiques et sociaux, et les facteurs sociétaux.

- Les **facteurs individuels** sont spécifiques à l'individu, bien qu'ils puissent être influencés par des facteurs environnementaux : santé physique, intelligence émotionnelle et sociale (compétences d'une personne pour gérer les difficultés et stress de la vie), facteurs génétiques (predisposition à certains troubles mentaux), genre (homme, femme, trans, non-binaire) bien que la notion de genre ne soit pas uniquement individuelle, mais aussi sociétale.
- Les **facteurs économiques et sociaux** indiquent le positionnement économique et social de l'individu au sein de sa communauté : niveau d'éducation, revenu, emploi (y compris conditions de travail et éventuel stress lié), dettes, famille (parents, enfants...), amis, communauté (voisinage, autres groupes en lien avec les loisirs), collègues, expériences et conditions de vie dans les premières années de la vie...
- Les **facteurs sociétaux** sont identiques pour toutes et tous au sein d'une même communauté mais peuvent toucher certains groupes plus que d'autres : infrastructures et environnement (sécurité, absence de violence, accès à l'eau et sanitaires, logement, infrastructures, environnement urbain, espaces verts, sentiment de confiance dans le quartier), politique sociale et économique (comment les politiques de la communauté soutiennent une personne en cas de besoin), culture (valeurs et attitudes partagées dans une société, croyances, préjugés, discriminations).

Finalement, de multiples facteurs ont une influence sur la santé mentale. Plus les facteurs de risque auxquels sont exposés les adolescents sont nombreux, plus l'impact potentiel sur leur santé mentale est important. Certains adolescents risquent davantage de souffrir de troubles mentaux en raison de leurs conditions de vie, de la stigmatisation, de la discrimination ou de l'exclusion, ou encore du manque d'accès à un accompagnement et à des services de qualité. Il s'agit notamment des adolescents vivant dans des situations de crise humanitaire et de fragilité ; des adolescents souffrant de maladies chroniques, de troubles du spectre autistique, d'un handicap intellectuel ou d'autres troubles neurologiques ; des adolescentes enceintes, des parents adolescents ou des adolescents mariés de force ou à un âge précoce ; des orphelins ; ainsi que des adolescents issus de minorités ethniques ou sexuelles ou d'autres groupes victimes de discrimination.

A tous ces facteurs de risque s'ajoute, depuis 2 ans, l'épidémie de COVID-19 ainsi que toutes les mesures pour la freiner qui sont venues bouleverser la vie de tous et notamment des jeunes avec des conséquences visibles sur la dégradation de la santé mentale constatées par les professionnels de santé et par l'Education nationale et confirmées par le système de surveillance de Santé publique France.

Cette crise sanitaire a été la cause d'apparition de difficultés psychiques chez des personnes qui en étaient relativement exemptes jusqu'alors. Les restrictions, la distanciation sociale, le port du masque et surtout les confinements ont aggravé les phénomènes d'anxiété, de repli sur soi, dans toutes les tranches d'âge mais surtout chez les jeunes.

Les manifestations d'un mal-être aggravé ont aussi été particulièrement visibles chez les jeunes, notamment chez les étudiants, qui ont été contraints à une absence de lien sociaux

pendant plusieurs mois, à cette période de début de vie d'adulte où apprentissages, réseaux et amitiés se construisent dans une perspective d'insertion professionnelle et sociale.

Enfin, les adolescents ont également été touchés de plein fouet par les effets délétères de la crise. Augmentation de l'anxiété, développement de troubles obsessionnels compulsifs (notamment autour de la peur des « microbes »), phobies sociales et scolaires, anorexie, souffrances liées à l'aggravation des violences intra-familiales dans certains foyers, ont été largement repérés. Le Covid-19 a ainsi aggravé ou créé une détresse psychique chez les adolescents et favorisé la chronicisation de certains symptômes.

Les données statistiques montrent ainsi, depuis début 2021, une augmentation des passages aux urgences pour geste suicidaire, idées suicidaires et troubles de l'humeur chez les enfants de 11-17 ans (niveaux collège, lycée) et dans une moindre mesure chez les 18-24 ans. Fin 2021 et début 2022, les passages aux urgences pour troubles de l'humeur tendent à retrouver des niveaux comparables à ceux des années antérieures contrairement aux passages pour idées et gestes suicidaires qui restent à des niveaux nettement supérieurs.

Des disparités en santé mentale sont classiquement retrouvées selon l'âge et le sexe, avec une santé mentale plus impactée chez les adolescents (13-18 ans) que chez les enfants (9-12 ans) et ce, davantage chez les filles que chez les garçons. Une nette fracture sociale est également observable. En effet, les enfants et adolescents issus de familles socio-économiquement vulnérables, ayant des conditions de vie plus difficiles et en situation d'isolement social ont ressenti davantage de détresse psychologique. Un manque d'activités, une augmentation du temps passé sur les réseaux sociaux et les écrans, un sentiment d'être dépassé par rapport au travail scolaire étaient des facteurs également associés à une détresse psychique, l'infection éventuelle, voire l'hospitalisation du fait du Covid-19 d'un proche, aggravant encore cette détresse.

2.4. Les troubles psychiques les plus fréquents chez les jeunes

Tout d'abord il est important de différencier les affections psychiatriques des troubles psychiques et du mal-être. Les maladies psychiatriques regroupent des pathologies complexes, parfois sévères, et souvent chroniques : schizophrénie et autres psychoses, troubles bipolaires... Dans cette étude, nous ne nous intéresserons pas à ces affections, qui touchent une part réduite de personnes, mais aux troubles affectant la santé mentale, plus communément observés chez les jeunes.

Il s'agit alors principalement des troubles anxieux, des troubles dépressifs, des troubles addictifs et certaines conduites à risque. Ces problèmes de santé mentale peuvent altérer considérablement le développement d'un jeune et sa capacité à vivre sereinement chez lui, sur son lieu d'étude ou de travail, avec ses amis et avec les personnes qui l'entourent.

- **L'anxiété et les troubles anxieux** sont fréquemment ressentis chez les jeunes. Il est en effet courant de ressentir de la peur face à une situation stressante comme un examen, un entretien d'embauche ou tout autre évènement clé de sa vie tout comme il n'est pas rare d'avoir une réaction excessive ou de se sentir « angoissé » lorsqu'on se trouve dans une situation perçue comme une menace. Ce type d'anxiété de courte durée est généralement vécu comme une appréhension douloureuse face à un danger, qu'il soit précis ou mal identifié. Lorsque cette anxiété dure de façon excessive, on

parle de troubles anxieux. Ces troubles chroniques s'expriment de façon variable selon les personnes et s'installent sous différentes formes (anxiété généralisée, trouble panique, phobie...)

- **La dépression** se caractérise par des perturbations de l'humeur qui se manifestent par de la tristesse et une perte de plaisir. Elle entraîne une vision pessimiste du monde et de soi-même. Elle dure au moins deux semaines et a un retentissement important sur le quotidien. Chez l'adolescent et le jeune, cette maladie psychique se manifeste par des troubles des émotions, des problèmes cognitifs et psychomoteurs, de nombreuses plaintes somatiques ou encore certains signes négatifs. A l'échelle mondiale, la dépression est la 15^{ème} cause principale de maladie et d'incapacité chez les jeunes âgés de 10 à 14 ans et la 4^{ème} chez les 15 à 19 ans.
- De nombreux **comportements à risque pour la santé** commencent à l'adolescence. Certains peuvent être volontairement provocants voire constituer une infraction à la loi et d'autres peuvent être la traduction d'un manque d'adaptation scolaire ou de difficultés d'intégration sociale. Ils peuvent aussi parfois constituer une stratégie pour faire face à des problèmes de santé mentale. Chez les jeunes, le risque porte souvent sur un usage problématique de substances psychoactives (alcool, tabac, cannabis...), la violence dirigée contre soi ou les autres, des conduites dangereuses sur la route, les pratiques sportives à risque ou encore les comportements sexuels non protégés, propices aux IST voire, à une grossesse non désirée.
- Toutefois, de nombreux comportements à risque ne sont que des tentatives uniques liées aux circonstances. Certains de ces comportements, cependant, peuvent s'installer dans la durée et devenir addictifs. Ils peuvent alors avoir de graves conséquences sur le bien-être mental et physique du jeune. Une **addiction** est en effet une dépendance à une substance ou à une activité, avec des conséquences nuisibles à la santé. La dépendance se caractérise par un désir souvent puissant, voire compulsif, de consommer ou de pratiquer une activité, entraînant un désinvestissement progressif vis-à-vis des autres activités. Il existe des addictions liées à la consommation de substances psychoactives (tabac, alcool, cannabis, opiacés, cocaïne...) mais il existe aussi des « addictions sans substances » en lien avec un comportement irrépressible et incontrôlé vis-à-vis des jeux de hasard et d'argent ainsi que des jeux vidéo.

3. Troubles psychiques et difficultés de parcours de soins

La situation des personnes souffrant de troubles psychiques en France est préoccupante. La demande de soins est en augmentation constante. Or, la prévention et les interventions précoces sont insuffisantes et les diagnostics parfois trop tardifs. Les ruptures de parcours de soins peuvent entraîner une détérioration de l'état de santé mentale, des trajectoires de soins et de vie. Les leviers d'insertion sociale et l'accès à une vie active et citoyenne correspondant aux capacités et aux choix des personnes souffrant de troubles psychiques sont insuffisants, et la stigmatisation relative aux troubles psychiques est encore prononcée en France. Les personnes vivant avec un trouble psychique peuvent ainsi être mal vues par les autres, voire être stigmatisées, rejetées. En effet, le fait d'avoir un trouble psychique peut être considéré par certains comme dégradant ou effrayant, et entraîner la mise à l'écart de la personne concernée. Par ailleurs, la personne souffrant d'un trouble psychique est souvent moins bien traitée que d'autres lorsqu'il s'agit d'accéder à un emploi, à des soins, à un logement ou aux

loisirs. Les adolescents souffrant de troubles mentaux sont ainsi particulièrement exposés à l'exclusion sociale, à la discrimination, aux difficultés scolaires, aux comportements à risque, aux problèmes de santé physique et aux violations des droits humains. Cette stigmatisation fait souffrir la personne qui la subit, parfois autant ou plus que le trouble en lui-même, comme peuvent le souligner certaines études. Par ailleurs, ces craintes diverses, parfois le déni du trouble, retardent la possibilité de consulter et d'obtenir un diagnostic. Ces retards pourraient atteindre jusqu'à 6 à 9 ans selon les pathologies. Or, pendant que la personne souffre, lorsqu'aucun traitement n'est administré, les risques d'aggravation des symptômes augmentent.

Par ailleurs, les troubles psychiques ont des conséquences importantes sur l'espérance de vie, parfois jusqu'à 25 ans en moins.

Il existe ainsi une forme de tabou autour des troubles psychiques et de la maladie mentale, alimenté par la peur. Ceci est largement dû au faible niveau de connaissance de ce sujet par la population générale.

Repérer, diagnostiquer et orienter rapidement vers des professionnels qualifiés ces jeunes en souffrance, avec des symptômes plus ou moins importants, qui le plus souvent n'expriment aucune demande spontanée, permet de prévenir des crises aux conséquences parfois dramatiques et d'accompagner des situations avant que les difficultés ne s'enkystent et se chronicisent. Intégrer des dispositifs de soins adaptés qui tiennent compte des besoins des jeunes et qui associent leurs proches dans le cadre d'une alliance avec les professionnels de soin, permet de renforcer l'adhésion des jeunes, de limiter les effets délétères de la maladie et de favoriser leur guérison et/ou leur autonomisation.

II – Résultats de l'enquête qualitative

Partie 1 : point de vue des professionnels

1. Les difficultés repérées touchant à la santé mentale des jeunes

L'adolescence et l'entrée dans la vie adulte peuvent s'accompagner de difficultés touchant à la santé mentale, qui se déclinent de diverses manières (consommations problématiques de substances psychoactives, addictions « sans substances », comportements à risque...). Sur le territoire du Grésivaudan, les problématiques relevées sont semblables à celles qu'on observe sur Grenoble et en France. Un grand nombre de jeunes ne sont pas concernés par ces difficultés, néanmoins, les professionnels relèvent que certains jeunes sont en mal-être et n'en parlent pas forcément. D'après eux, de nombreux jeunes vont mal mais comme les communes du Grésivaudan sont plutôt riches, personne n'en parle.

Par ailleurs, nous vivons dans une période très compliquée avec notamment le réchauffement climatique, le Covid-19 et la peur et les confinements, la guerre en Ukraine avec l'inquiétude que le conflit de s'étende et la hausse des prix ou encore les enjeux d'orientation avec Parcoursup et la compétition et l'angoisse de ne pas avoir de diplôme... Tout cela pèse sur le bien-être des jeunes. Certains se réfugient alors dans les consommations problématiques de substances psychoactives (alcool, drogues, jeux vidéo, écrans...), de plus en plus jeunes. Ces jeunes peuvent être victimes de « décrochages » multiples, de plus en plus importants : formation, emploi, appartenance sociale... ce qui est particulièrement inquiétant chez les jeunes isolés, dont certains peuvent être dépressifs avec des idées suicidaires.

Enfin, sur le territoire du Grésivaudan, une montée du communautarisme est remarquée, les jeunes se replient sur les personnes et les idées qui les réconfortent, se mettent en groupe pour se rassurer mais rejettent parfois tout le reste, y compris les ressources de socialisation, de soins...

1.1. Les consommations problématiques de substances psychoactives

Selon les professionnels interviewés, la consommation de substances psychoactives n'est pas la problématique majeure chez les jeunes.

Néanmoins, ces consommations sont très présentes sur le territoire du Grésivaudan, et notamment « *la fumette* » de cannabis et l'alcool, voire des drogues beaucoup plus puissantes. Elles concernent les jeunes en précarité, qui n'ont pas forcément accès à la culture, au sport ou encore à l'emploi, qui sont alors isolés et qui se réfugient dans ces consommations pour « aller mieux », mais aussi les jeunes des milieux sociaux plus favorisés. En effet, ces derniers n'ont pas le problème du financement de ces produits et cela en facilite l'achat. De plus, beaucoup de parents sont absents une très grande partie de la journée, du fait de leur activité professionnelle, et ce notamment sur les secteurs du territoire où les revenus sont assez élevés, ce qui fait que les jeunes sont parfois livrés à eux-mêmes très tôt, dans des habitations parfois privilégiées, permettant des fêtes avec des amis mais aussi parfois de grosses consommations.

Bien que le trafic de drogue dérangeant pour l'environnement soit moins présent que sur les quartiers populaires de Grenoble par exemple, les professionnels ont le sentiment que la

« drogue » circule beaucoup. Cette problématique représente un défi pour le territoire car il n'y a aucune structure de soins pour ce genre d'addictions à proximité.

Il existe des ressources d'aide, d'accompagnement, d'informations dans le Grésivaudan, mais elles sont peu nombreuses et ne sont pas forcément repérées et utilisées par les jeunes : il faut dans certains cas attendre l'injonction judiciaire pour que les jeunes concernés entrent dans une démarche de soin de l'addiction. Parmi ces ressources on repère, sur le territoire : l'éducatrice du service jeunesse de la ville de Crolles, les CPEF, la structure information jeunesse au centre social de Brignoud, les médecins traitants, les infirmières scolaires, la mission locale qui elle est bien repérée par les jeunes.

En matière de soin, les jeunes doivent souvent sortir du territoire et s'orienter vers Grenoble ou Chambéry où on retrouve des Centres de Soins, d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie (SAM des Alpes, Point Virgule) à Grenoble, l'association Le Pélican à Chambéry...

1.2. Les addictions « sans substances »

Les addictions aux écrans, aux jeux vidéo, aux réseaux sociaux chez les jeunes sont des problématiques présentes sur le territoire du Grésivaudan, et notamment depuis 2020, le début du Covid-19 et des confinements. Elles sont la plupart du temps signalées aux professionnels par les parents, qui se sentent impuissants face à ce « mur » qui se crée entre eux et leurs ados. C'est d'ailleurs l'une des problématiques majeures qui était régulièrement évoqué dans le cadre du dispositif « Café des parents d'ados » du Grésivaudan mis en place par le centre socioculturel de Brignoud il y a 2-3 ans. Les professionnels précisent que, d'une manière générale, les enfants ont des téléphones portables très tôt, avant même le collège (CM1-CM2) : la dépendance aux écrans, chez des personnes très jeunes, a des conséquences néfastes sur leur santé (problèmes de vue, maux de tête, sédentarité...) mais aussi sur leur santé mentale (isolement, enfermement, perte de confiance en soi...). De plus, cela les expose au harcèlement/cyber-harcèlement, problématique qui se retrouve également sur ce territoire, plutôt chez les majeurs, car elle émerge souvent plus tard, avec d'autres problématiques.

Crolles étant un secteur avec une très forte mixité sociale, on y repère à la fois des parents relativement aisés, qui passent beaucoup de temps sur leur lieu de travail, avec des enfants qui passent beaucoup de temps en collectivité (MJC...) ou encore qui passent beaucoup de temps seuls à la maison avec un accès facile et illimité aux écrans et des parents un peu moins aisés, où les enfants n'ont pas forcément accès aux activités en collectivités mais ont peu de cadre par rapport aux écrans. Selon les professionnels, les jeunes n'ont pas suffisamment d'information sur les risques liés à ces utilisations massives, il est nécessaire de les former avant le collège, notamment sur les questions de harcèlement. Enfin, il est important également de ne pas exclure les parents, de les informer sans pour autant diaboliser les écrans.

Le territoire du Grésivaudan est très impliqué dans les formations et ressources d'aide pour prévenir les addictions aux écrans. Le collège de Crolles par exemple a fourni des tablettes aux collégiens dès la 5^{ème} et effectue un travail autour du numérique avec l'aide de l'association « Générations numériques », pour former et informer les jeunes et leurs parents sur l'utilisation et les risques liés aux écrans. La MJC de Crolles travaille également sur une exposition à venir sur la question des écrans. La Maison des Jeunes de Pontcharra est également très investie sur cette problématique, avec un point information jeunesse et une éducatrice spécialisée

impliquée dans la démarche « Promeneurs du net » qui interviennent dans les lycées pour des actions de prévention du harcèlement/cyber-harcèlement. Enfin, l'APASE et l'éducatrice du service jeunesse de Crolles ainsi que les services de la Protection de l'enfance (Département) sont en train de mener une réflexion pour la création d'outils communs autour de l'utilisation des écrans à destination des collèves du territoire.

1.3. Autres conduites à risques

Des comportements à risque en matière de santé sexuelle et affective (rapports non protégés, grossesses non désirées, violences, infections sexuellement transmissibles...) sont repérés sur le territoire du Grésivaudan, mais plus rarement. Sur ces sujets-là, certains jeunes se mettent en danger car ils sont en manque d'information et sont à la recherche de limites. On observe des cas de violences conjugales chez les jeunes, avec des femmes qui vivent des violences au quotidien, des grossesses non désirées, des cas de prostitution... Cependant, la plupart des jeunes s'intéressent beaucoup à ces sujets et sont donc bien informés. De plus en plus, depuis environ 4 ans, l'APASE effectue de nombreux accompagnements de jeunes filles et garçons qui prennent ces sujets au sérieux, qui ont des interrogations, qui s'intéressent à la question des violences, des rencontres, des sentiments amoureux... La notion de consentement apparaît également de plus en plus présente chez les jeunes. Enfin les parents sont également très présents la plupart du temps pour des accompagnements aux IVG, centres de dépistages, tests de grossesse...

Le territoire du Grésivaudan possède de nombreuses ressources en termes d'accès à l'information, aux moyens de contraception, à la prise en charge IVG... : gynécologues, infirmières scolaires, médecins traitants, interventions du centre socio culturel de Brignoud dans les collèges à ce sujet, la maison des jeunes à Pontcharra qui effectue également des actions de prévention dans les collèges et lycées avec la gendarmerie et le CPEF... Les deux centres de planification du territoire (Villard-Bonnot et Pontcharra) sont connus des jeunes. En effet, tous les élèves de seconde sans exception du lycée public de Pontcharra sont allés au CPEF pour une présentation de la structure et être en mesure de la repérer physiquement. Les collégiens sont emmenés au CPEF de Villard-Bonnot, dans le même objectif. Il existe également le centre de planification Meylan-Grésivaudan « Le Douze », situé à Meylan, utilisé par les jeunes habitant plutôt dans le Sud Grésivaudan. Les ressources sont donc relativement bien repérées, néanmoins il reste compliqué pour certains jeunes de réussir à y aller et pousser la porte, pour des raisons symboliques.

1.4. Les questionnements sur le genre/identité

Ce sujet intéresse de plus en plus les jeunes est la question du genre et de l'identité, sexuelle ou non. Un certain nombre de jeunes se posent des questions sur qui ils sont, ne se sentent pas bien dans leur peau et leur genre, aimeraient changer de prénom voire de sexe, sont en demande d'aide etc... Si les jeunes semblent plutôt bien informés sur ce sujet, grâce aux réseaux sociaux, aux mouvements qui se créent et qui prennent de plus en plus d'ampleur, il est plus compliqué pour les adultes (parents et professionnels) d'avoir des repères face à ces questionnements. Des professionnels, et notamment ceux travaillant en milieu scolaire, font face à des situations complexes, où des jeunes sont en demande d'accompagnement, d'aide, d'information mais ces professionnels n'ont pas forcément les ressources pour répondre à ces demandes, se sentent parfois démunis et sont donc en demande de formation sur ces sujets

concernant l'identité de genre. C'est un sujet qui reste encore tabou pour la société et le faire reconnaître auprès des personnes de la société civile n'est pas une mince affaire. Sur le territoire du Grésivaudan, des jeunes sont parfois victimes d'homophobie, de transphobie et cela est source de mal-être, parfois de dépression, avec un risque suicidaire chez les jeunes qui se ressentent comme transgenres.

Il n'existe pas beaucoup de ressources d'aide ou d'accompagnement sur ces sujets là sur le territoire du Grésivaudan, mis à part les CPEF qui peuvent accompagner un petit peu les jeunes sur ces sujets. Il n'y a pas beaucoup de lieu et les professionnels ne sont pas armés pour en parler, il y a un vrai malaise autour de ces questions. Si certains jeunes arrivent à accepter leurs questionnements, à parler librement et clairement, à changer de prénom etc, d'autres vont très mal et peuvent alors glisser dans des conduites à risque. A Grenoble, davantage de ressources existent pour ces jeunes en situation de mal-être : des associations accueillent celles et ceux qui s'interrogent sur leur orientation sexuelle et leur identité de genre (Contact Isère, Rita...) et il y a également des groupes de paroles, des événements, manifestations, rassemblements sur ces sujets dans la métropole grenobloise. Certains jeunes se déplacent pour ces problématiques à Grenoble, pour trouver également l'anonymat qu'il n'y a pas forcément dans les petites communes, mais pour d'autres il est compliqué de faire la démarche, pour des questions de mobilité mais également de craintes du jugement.

1.5. Les impacts du Covid-19 sur la santé mentale

Depuis le début de l'année 2020, le monde entier fait face à une pandémie d'une ampleur considérable. Afin de freiner la circulation du Covid-19, plusieurs confinements se sont enchaînés, avec des millions de personnes enfermées chez elles. Certains l'ont mieux vécu que d'autres, néanmoins cette pandémie et ces confinements ont eu, ont et auront encore des impacts sur la santé mentale, notamment des jeunes. Le territoire du Grésivaudan a essayé de répondre au mieux aux besoins et aux attentes des jeunes pendant cette période difficile, en maintenant par exemple le plus possible l'ouverture des structures de soins, de loisirs ou d'accompagnement pendant les confinements pour garder du lien avec les jeunes au maximum (même par visio-conférence ou téléphone). Malgré ces efforts, la crise sanitaire a créé de grosses problématiques pour la jeunesse, que ce soit au niveau social, affectif et cela pose de réelles difficultés pour entrer dans la vie active. Même si les réactions ont été différentes selon les personnalités, les lieux d'habitation, le nombre de personnes dans les foyers, la présence des parents etc... énormément de jeunes ont développés des troubles anxieux, un isolement majoré, des ruptures de parcours d'études ou de soin, des décrochages scolaires, une baisse d'entrain, de motivation, une perte de confiance en eux ou encore un renfermement sur eux-mêmes. Parmi ces jeunes, certains étaient déjà isolés, dans un mal-être naissant et le Covid-19 n'a fait qu'aggraver la situation et renforcer les fragilités. Les professionnels observant ce phénomène à travers les consultations, les suivis ou les accompagnements de plus en plus nombreux et fréquents par les structures du territoire. Ainsi, depuis 2 ans, le CMP Adultes a beaucoup plus de demandes concernant des problématiques anxieuses, il y a une explosion d'accompagnement de jeunes par l'APASE sur des questions de santé mentale et de jeunes qui s'interrogent sur le sens de leur vie, le CPEF de Villard-Bonnot est davantage sollicité pour des situations plus dégradées, des jeunes violents, dépressifs, très isolés.

Le lieu d'habitation peut influencer le vécu de la crise sanitaire et des confinements. Le Grésivaudan étant un territoire plutôt rural, beaucoup de jeunes vivent en maison individuelle, en campagne, ce qui facilite et rend plus agréable le quotidien lors d'un confinement car ils peuvent généralement profiter d'un jardin. Néanmoins, cela peut représenter également une contrainte car ces habitations peuvent être très éloignées des villes-centres et donc il était difficile pour les jeunes de voir leurs amis, à la fois du fait des difficultés à se déplacer sur ce territoire rural, et ce sans enfreindre la loi. Enfin, les jeunes étudiants à Grenoble ou à Chambéry ne sont pas tous rentrés chez leurs parents et ont parfois vécu les confinements isolés dans des logements étudiants, loin de leur famille, et ont donc été en grande souffrance, avec parfois des difficultés financières qui se sont ajoutées à la solitude.

Pour les jeunes du Grésivaudan, comme pour beaucoup d'autres jeunes, confinement a aussi rimé avec écrans. L'isolement, l'ennui, les cours en visio-conférence, tout cela a provoqué un lien constant aux écrans pour les jeunes, une réelle « fuite numérique ». Beaucoup de jeunes sont devenus encore plus « accros » aux écrans : ils ont maintenu un lien et un réseau par le biais du numérique, en laissant de côté toutes activités physiques extérieures. Même après les déconfinements et le retour à la « vie normale », les jeunes, pour beaucoup, n'ont pas repris le sport, ont perdu l'habitude de se voir et de communiquer autrement que par les réseaux sociaux. En effet, selon les professionnels, ils ne parlent plus entre eux, ne s'échangent plus leurs problèmes, ne se confient plus, ils ont gardé cette culpabilité d'être jeunes, la peur de se rassembler et d'être alors « hors-la-loi ».

La question des effets de la pandémie sur la scolarité a été et est encore très complexe. Les collèges et lycées ont fermé lors des confinements, les cours se sont déroulés à distance en visio-conférence mais les professeurs n'étaient pas forcément formés à ces pratiques numériques, nouvelles pour beaucoup d'entre eux, et du côté des élèves, suivre des cours en « distanciel » demande beaucoup d'autonomie et d'assiduité, ce qui a été très défavorable aux élèves en fragilité qui avaient déjà des difficultés scolaires. La reprise des cours en « présentiel » a également été très compliquée pour les jeunes du Grésivaudan : les cours en présentiel n'avaient lieu que quelques jours par semaine, et il a été difficile pour eux de retrouver un rythme, de se lever le matin pour aller en cours et certains jeunes ont « décroché ».

Par ailleurs, depuis que les jeunes sont retournés au collège ou au lycée, ils ont plus souvent des attitudes mal adaptées à la collectivité (agressions verbales, violences...), ont moins de « filtres » pour se parler, prennent la parole en cours sans en demander la permission, se concentrent plus difficilement en classe... D'après les professionnels, c'est également la première année où les jeunes en centre de loisirs (10-15 ans) montrent de réelles difficultés de « vivre ensemble » : ils sont sans cesse sur leur téléphone ou passent leur temps à se disputer. A tel point que les professionnels s'interrogent sur leur capacité future à gérer des conflits, lorsqu'ils seront adultes, autonomes...

Enfin, un point positif à cette crise sanitaire a cependant été relevé par les professionnels : beaucoup de jeunes du Grésivaudan ont été pris d'un élan de solidarité et ont eu envie d'aider des publics fragiles qui pouvaient en avoir besoin. Des opérations ont ainsi été réalisées avec l'aide de nombreux jeunes volontaires (opérations caddie pour faire les courses des personnes en difficulté par exemple).

2. Les facteurs de bien-être et de mal-être du territoire pour les jeunes

2.1. Les atouts du territoire pour les jeunes

Le territoire du Grésivaudan est un territoire offrant de nombreuses possibilités et une qualité de vie intéressante pour les jeunes. Tout d'abord, la présence de la nature, qui se déploie entre plaine et montagnes est perçue comme un atout par les jeunes, d'après les professionnels rencontrés. Il n'y a pas de grande ville « étouffée » ou « surpeuplée » : c'est un territoire très vaste, dominé par les massifs de Belledonne et de Chartreuse. Eté comme hiver, les jeunes ont la possibilité de sortir et de réaliser diverses activités sportives sur leur territoire. La proximité des stations de ski est un atout majeur pour les jeunes qui aiment pratiquer le ski ou le snowboard l'hiver. On retrouve également des lacs qui attirent beaucoup les jeunes et les plages notamment constituant des lieux de regroupement important. Un autre atout du Grésivaudan est la large proposition d'activités et d'associations sportives, notamment à destination des adolescents et jeunes adultes. En effet, on retrouve sur le territoire de nombreuses associations sportives, de salles de sport ou encore de piscines, notamment sur les communes de Crolles et Bernin.

Le territoire du Grésivaudan offre par ailleurs une large proposition associative et culturelle, de nombreuses activités de loisirs et beaucoup d'actions, de projets qui sont menés en faveur de la jeunesse. On repère un grand nombre de structures dédiées à l'accueil de jeunes (accueil jeunes, accueil de loisirs, maison des jeunes, point d'accueil jeunes, local jeunes...) sur le territoire, qui sont très actifs notamment pour la population des collégiens. On trouve également des salles de spectacles, de concerts, des cinémas, principalement concentrés à Crolles, il est alors plus compliqué pour les habitants des plateaux ou des balcons de Belledonne par exemple d'accéder à ces ressources. Néanmoins, ces territoires plus ruraux, montagnards et « isolés » développent des activités de loisir ainsi que des actions pour la jeunesse.

Le Grésivaudan est entouré de deux pôles urbains, Chambéry et Grenoble, qui offrent beaucoup de ressources et de possibilités pour les jeunes (formations, zones commerciales, bars et restaurants, cinémas, lieux festifs...). Pour les jeunes habitant dans la vallée, l'accès à ces agglomérations est relativement facile, le réseau de train dessert très bien les communes situées dans la vallée (Brignoud, Goncelin, Pontcharra...). Néanmoins, pour les villages de montagne, il est bien plus difficile de se rendre à Grenoble ou Chambéry en transports en commun. Le territoire du Grésivaudan est qualifié, par les professionnels, comme « rural », ce qui offre une certaine qualité de vie aux jeunes mais également des endroits où se rassembler (« squatter »), hors de la vue des adultes, sans qu'ils soient dérangés, en se sentant coupé du monde et en ayant un sentiment de liberté. Ce côté rural a également un aspect rassurant : dans différentes communes l'esprit « village » ressort et les jeunes nouent des liens forts entre eux dès la maternelle, ils ont des repères dans leur construction. Mais ce territoire comprend également des zones urbaines, il possède des pôles d'attractivité pour la jeunesse comme Crolles, Villard-Bonnot ou Pontcharra, dans lesquels on retrouve des fast food, des clubs sportifs, des salles de concerts, des zones commerciales, où les jeunes aiment à se retrouver etc... et c'est un territoire où les jeunes ont accès à internet et aux réseaux sociaux car le

Grésivaudan est bien développé en termes de réseau et d'accès à internet, même en montagne.

Enfin, pour se sentir bien sur son territoire, un jeune a besoin de se sentir bien dans son établissement scolaire et ceux présents dans le Grésivaudan son accueillants, avec une bonne ambiance et sans tension, d'après les professionnels.

2.2. Les points faibles du territoire pour les jeunes

Cependant, être jeune sur le territoire du Grésivaudan n'est pas toujours simple. Malgré tous les avantages qu'offre ce territoire, il présente des manques pour les jeunes. Le principal point noir qui ressort est la difficulté de mobilité. En effet, il est extrêmement compliqué de se déplacer sur le territoire, notamment de passer d'une rive à l'autre, et cela pour plusieurs raisons (fréquence des transports, des communes non desservies, aucune logique de déplacement, plusieurs correspondances...). Il est relativement simple de se déplacer à Grenoble ou Chambéry mais se déplacer d'un point à l'autre au sein du territoire, notamment entre communes rurales est complexe, encore plus en ce moment, en attendant la réouverture du pont de Brignoud qui a brûlé. De plus, on relève des disparités en fonction du sous-territoire d'habitation, il est plus simple de se déplacer en plaine alors qu'en montagne ou sur les plateaux, cette difficulté est amplifiée. Cette difficulté de mobilité engendre de grandes complications pour les jeunes. D'une part, certains se mettent en danger en se déplaçant : beaucoup font du stop sur le territoire, tandis que d'autres peuvent même emprunter ou voler des vélos. D'autre part, tout cela pénalise aussi beaucoup les jeunes dans leur parcours de formations et d'insertion professionnelle car ils ratent des stages, des alternances lorsqu'ils n'ont pas de moyen de locomotion autonomes.

Si les nombreuses structures dédiées à l'accueil de jeunes du territoire arrivent à toucher la population collégienne, il est plus dur d'arriver à toucher la population lycéenne. Le territoire est plus « éclaté » pour les lycées, ce qui fait que les jeunes rentrent directement chez eux avec les transports scolaires après le lycée, pour ne pas être obligé de prendre les transports en commun. En plus de cela, il manque de lieux de regroupement sur le territoire, comme des bars, des cafés associatifs... Des lieux où les jeunes puissent se retrouver, échanger librement sans la présence d'adultes ou d'encadrants. Le Grésivaudan se trouve également dépourvu d'offre de formations ou d'études post-bac, mis à part le lycée professionnel Le Breda ou encore la MFR de Crolles. Même si la plupart des jeunes quittent le territoire après le bac pour aller faire leurs études à Grenoble, Chambéry ou Lyon principalement, certains restent sur le territoire et sont alors en difficulté d'insertion et de vraies questions de bien-être se posent. Si, parmi les jeunes qui partent, beaucoup trouvent un nouvel équilibre et une certaine liberté dans les villes où ils étudient et leur appartement/chambre étudiant, pour d'autres, l'éloignement des familles peut être difficile et jouer sur leur bien-être. Certains font les allers-retours tous les jours mais le temps dans les transports est alors conséquent et peut également jouer sur la fatigue, le stress et donc la santé mentale.

Même si le Grésivaudan comprend des communes avec des populations plus fragiles économiquement, comme Pontcharra par exemple, c'est un territoire qui reste globalement socialement favorisé, notamment dans le Sud Grésivaudan. Dans ce secteur où les revenus sont assez élevés, beaucoup de parents sont absents à cause de sorties, de déplacements professionnels ou encore de longues journées de travail. Il est donc très fréquent de retrouver

des jeunes livrés à eux-mêmes très tôt, voir isolés, dans des habitations relativement privilégiées.

Enfin, l'entrée dans la vie active permet aux jeunes d'accéder à leur indépendance et donc à un logement. Néanmoins, une problématique importante du territoire du Grésivaudan est le coût des logements, ceux-ci sont très onéreux. Ce n'est donc pas évident pour les jeunes de réussir à quitter le foyer familial tout en restant sur le territoire et cela peut représenter un vrai frein à leur bien-être.

3. Des ressources formelles et informelles pour des jeunes en souffrance psychique

3.1. Dans le Grésivaudan

Le territoire est doté de différentes ressources pouvant aider, accompagner les jeunes en mal-être ou souffrant de troubles psychiques. Nous pensons aux structures de soins ou de prévention mais il existe de nombreuses ressources plus « informelles », indispensables au bien-être des jeunes. Le Grésivaudan est en effet très riche en termes de ressources de loisirs, culture, sport (MJC, accueils jeunes, salles de sport...) mais il est moins doté en ressources en matière de soin, de prévention des addictions ou encore d'orientation scolaire.

Par ailleurs, les professionnels ont l'impression que les jeunes connaissent assez peu toutes les ressources que le territoire peut leur offrir. Certaines ressources existent et concernent l'ensemble du territoire, telles que la Mission Locale, qui propose en ce moment, pour les jeunes inscrits, des ateliers « mini potager » ou initiation hip-hop, ainsi que des aides financières pour une inscription en club de sport. L'association APASE se déplace et intervient également sur tout le territoire du Grésivaudan, et réalise notamment, au collège de Saint-Ismier, avec une psychologue du Douze de Meylan, un café débat pour les jeunes, accessible à tous et sans inscription, pour parler de tout et se faire connaître des jeunes. L'APASE a également mis en place un projet concernant l'aménagement d'un véhicule de type « Trafic » itinérant sur le territoire. L'aménagement s'est fait dans le cadre d'un chantier éducatif et ce véhicule itinérant a pour but d'être présent de manière ponctuelle dans les communes du Grésivaudan, en étant un lieu d'accueil informel sur l'espace public, ouvert à tous les jeunes pour qu'ils puissent venir discuter, échanger, découvrir l'association. Cet outil est partagé avec la conseillère « hors les murs » de la Mission locale et d'autres professionnels qui peuvent intervenir auprès des jeunes. Une diététicienne est déjà venue pour échanger avec les jeunes, par exemple.

Les infirmières scolaires, les médecins traitants, les assistantes sociales scolaires, les psychologues en libéral sont également de vraies ressources présentes sur l'ensemble du territoire, pour aider les jeunes qui ressentent un mal-être. L'InterFas, l'équipe mobile du CHAI de Grenoble se déplace également sur l'ensemble du territoire du Grésivaudan pour venir en aide aux jeunes en difficulté psychique, et qui ne peuvent se déplacer jusqu'à Grenoble. Ils se déplacent à domicile, sur alerte de l'entourage ou d'un professionnel de soin ou éducatif, pour effectuer des interventions limitées dans le temps avec pour objectif une évaluation de la situation, une adhésion aux soins du jeune et de sa famille et un relai vers une autre équipe de soin. Enfin, le Grésivaudan possède de nombreux « Accueils jeunes », dispersés sur l'ensemble du territoire, qui sont des lieux d'accueil, de rencontres, d'échange, de découverte et de loisirs dédiés aux jeunes jusqu'à 17 ans. Leur objectif est de permettre à tous d'être

acteur et auteur de ses loisirs, de s'investir et d'être à l'initiative de projets. Ils répondent à un besoin social particulier et sont donc de vraies ressources pour le bien-être des jeunes sur leur territoire.

Le Grésivaudan possède des ressources qui concernent l'ensemble du territoire mais il est caractérisé par une géographie complexe, comprenant à la fois des espaces urbains, ruraux et montagneux. Si la vallée est relativement bien pourvue en ressources en tous genres, dans les massifs de Belledonne ou de Chartreuse, celles-ci se font plus rares. Nous pouvons noter la présence du Baromètre, le café associatif de Barraux ou encore de La Marmite des Adrets, et de la Gelinote de Freydières, des cafés/restaurants sur les balcons de Belledonne, mais cela reste minime pour les jeunes qui habitent dans ces territoires de moyenne montagne. Par ailleurs, les 3 sous-territoire du Grésivaudan ont chacun leurs spécificités, et ne proposent pas tous les mêmes ressources :

3.1.1. Haut Grésivaudan

Le Haut-Grésivaudan est le sous-territoire le plus au Nord du Grésivaudan. Il est également le moins favorisé au plan économique, notamment à Pontcharra.

Pour les jeunes qui habitent dans ce sous-territoire, les ressources informelles sont assez nombreuses, notamment en termes de loisirs, culture et sport. On y trouve la Maison des Jeunes, dans le centre de la commune de Pontcharra, qui accueille les jeunes de 11 à 30 ans et des associations d'éducation populaire, comme l'Atelier, qui travaille avec les migrants pour leur apprendre le français, par exemple. Cette structure comprend également un café associatif, où les jeunes peuvent venir pour discuter, rencontrer et partager avec des individus de tous les âges et des activités sont également proposées de manière régulière. La médiathèque de Pontcharra est une autre ressource bien repérée. L'association sportive Nextape, semble être une association de breakdance et danse urbaine que les jeunes aiment beaucoup car elle est gérée elle-même par des jeunes. Le point fort est que cette association donne des cours de danse dans de nombreux villages du Grésivaudan et à Crolles. Les établissements scolaires du Haut Grésivaudan sont également attentifs au bien-être des élèves et proposent des permanences écoutes, organisées par des psychologues du CPEF de Pontcharra aux collèges et au lycée professionnel Le Bréda par exemple, ou encore des rencontres de type « arbre à palabres » au collège du Touvet. De plus, des cours de sophrologie, comme au lycée de Pontcharra par exemple, sont proposés aux élèves et les professionnels relèvent de plus en plus d'inscriptions, cette activité étant très appréciée des jeunes.

Au Touvet, il existe un abri pour les jeunes, à la fois pas trop excentré du centre du village pour permettre aux jeunes d'y accéder facilement et, en même temps, où ils ne dérangent pas l'espace public avec le bruit. Cet abri représente une véritable ressource informelle de bien-être pour les jeunes. En effet, les jeunes ont besoin de lieux pour se retrouver, discuter, sans être encadrés par des adultes, hors de leur surveillance et regard et ce genre de lieu, d'abri est vraiment apprécié des jeunes.

Néanmoins, ce territoire est moins doté en ressources au niveau du soin des troubles psychiques. On y retrouve les CMP adultes et enfants à Pontcharra, mais leurs files actives sont semble-t-il saturées. Une autre ressource extrêmement importante du Haut Grésivaudan est le CPEF « Agathe », qui propose une écoute et une aide psychologique spécifique et gratuite, réalisées par des psychologues, ainsi des consultations médicales concernant toutes

les questions relatives à la contraception, le suivi gynécologique, la prévention, les demandes d'IVG, le suivi de grossesse et le dépistage du SIDA et des IST. Si les jeunes ont des questionnements sur leurs corps, des problèmes de sommeil, des difficultés alimentaires... ils peuvent également demander des conseils au CPEF, qui pourra à son tour les orienter vers des ressources appropriées si besoin.

Toutes ces ressources sont globalement localisées à Pontcharra, ce qui peut mettre en difficulté les jeunes qui habitent dans les communes rurales et qui ont des difficultés pour se déplacer de manière autonome. Enfin, les habitants de ce sous-territoire au Nord du Grésivaudan s'orientent souvent vers les ressources de Chambéry : les jeunes s'y déplacent également un peu, pour les loisirs, des concerts ou encore pour « faire la fête ». Les jeunes qui habitent ensuite plus au sud, à partir du Cheylas, se dirigent plutôt vers le sud du territoire, et notamment vers Grenoble.

3.1.2. Moyen Grésivaudan

Le Moyen Grésivaudan est le sous-territoire du Grésivaudan le plus peuplé, dont les pôles principaux sont Crolles et Villard-Bonnot. Crolles est une ville jeune : un tiers de la population y a moins de 25 ans, soit 33% contre 25% pour la moyenne nationale (données INSEE). C'est aussi une ville avec une population plutôt favorisée, mais qui a fait le choix de la mixité sociale (avec plus de 20% d'habitat social). La ville porte de nombreuses actions et structures dédiées aux jeunes depuis plusieurs années : le foisonnement de l'offre d'activités sportives, culturelles et socioculturelles en témoigne. On y retrouve, entre autres, une MJC, l'accueil de loisirs Le Projo et, un peu plus loin, le centre socioculturel de Brignoud, qui est un lieu d'accueil, d'animation et de loisirs pour tous, avec notamment un service enfance, jeunesse, famille avec des centres de loisirs et la Maison des jeunes, qui a mis en place toute une politique autour de l'information jeunesse et l'orientation professionnelle. La ville de Crolles possède également une éducatrice spécialisée, salariée de la commune. Enfin, comme nous l'avons déjà vu, les jeunes aiment se déplacer à Crolles car ils y trouvent des fast food, centres commerciaux, skate park... et autres lieux de regroupement pour les jeunes, favorisant le lien social et le bien-être.

Le Moyen Grésivaudan est doté du CMP Adultes de Crolles, qui accueille les jeunes à partir de 18 ans, du secteur de Lumbin, Frogès, Le Versoud et Meylan. On repère également à Crolles un psychiatre libéral.

Enfin, à Villard-Bonnot, le centre de planification et d'éducation familiale permet des accompagnements et prises en charge médicales, ainsi que des accompagnements et de l'écoute par des conseillères conjugales et familiales, qui peuvent accueillir les jeunes pour des informations, entretiens, autour des questions de la vie amoureuse et affective. L'équipe anime des séances d'éducation à la sexualité et à l'égalité dans les structures scolaires, sociales, associatives ou institutionnelles. Au lycée de Villard-Bonnot par exemple, le CPEF propose le « Café Philo », un moment de discussion entre jeunes sur toutes thématiques, et sur cette idée, les lycéens ont eux-mêmes pris en charge un groupe de discussion entre eux sur la santé sexuelle et affective, à la pause méridienne. Les professionnels ont également souligné que le Secours populaire est très actif à Villard-Bonnot, en soutien et relais d'information auprès des jeunes.

3.1.3. Sud Grésivaudan

Le sud du Grésivaudan est pourvu d'un CMP enfants, à Saint-Ismier. Ce sous-territoire est largement sous l'influence de Grenoble. En effet, la majorité des jeunes qui habitent dans ce territoire ont pour habitude de se déplacer sur Grenoble, que ce soit pour les loisirs, le sport, le lycée ou même les soins.

3.2. Dans les pôles urbains de proximité

Le territoire du Grésivaudan est entouré par deux pôles urbains attractifs de proximité, Grenoble et Chambéry. Il y a une fuite énorme des jeunes, notamment après le lycée, car, une fois majeurs, ils essaient de sortir en ville le soir ou en journée pour se retrouver, s'amuser. Ils sont attirés par ces grandes villes car elles sont plus « animées » et parce que l'offre de loisir, de travail ou encore de fête sur le Grésivaudan ne répond pas forcément à tous leurs besoins. Selon les professionnels, cet accès aux grandes villes représente néanmoins un accès plus simple aux substances psychoactives, et cela pose problème. Toutefois, ces déplacements vers Grenoble ou Chambéry sont nuancés d'une part en fonction de l'âge mais également des sous-territoires d'habitation. En effet, tant que les jeunes sont encore mineurs, ou en tout cas jusqu'au lycée, ils ont tendance à plutôt investir les ressources du territoire du Grésivaudan, ils vont à la MJC, au service jeunesse, en club... car n'ayant pas de moyen de déplacement autonome, il est plus difficile pour eux d'accéder aux métropoles grenobloise et chambérienne. Au niveau géographique, le territoire est un peu séparé en deux, les jeunes habitant dans la partie Nord se dirigent plutôt vers Chambéry tandis que les jeunes habitant dans la partie Sud, à partir du Cheylas, se dirigent vers Grenoble. Il est plus simple pour les jeunes habitant aux alentours de Crolles, Villard-Bonnot et Saint Ismier d'aller à Grenoble que pour les jeunes habitant à Pontcharra d'aller à Chambéry. En effet, les jeunes peuvent utiliser le même réseau de transport pour aller à Grenoble et pour se déplacer sur le territoire, car il s'agit des mêmes lignes de bus. Néanmoins, à Pontcharra, les quotients familiaux étant plus bas, les jeunes ont plus de difficultés pour se déplacer, du fait principalement de limites économiques, ils restent donc plutôt sur le territoire.

Au niveau du soin, Grenoble comme Chambéry offre de nombreuses ressources, telles que des CSAPA (Point Virgule à Grenoble ou le Pélican à Chambéry) pour les addictions, le Rhapsy à Saint-Martin-d'Hères, la Maison des Adolescents à Grenoble, le Service Médico Psychologique Universitaire qui dépend du CHAI (hôpital psychiatrique public), le CHU, pour les troubles alimentaires notamment, ou encore le CHS à Chambéry, le centre hospitalier spécialisé de la Savoie, avec l'unité psychopathologie de l'adolescent. On trouve également dans ces deux grandes villes un certain nombre de ressources plus informelles, de lieux où les jeunes se rencontrent ou se retrouvent, des collectifs de jeunes, pour qu'ils puissent discuter, échanger sur des questions ou des problématiques qu'ils peuvent avoir. Les bars, les boîtes de nuit et les magasins attirent également beaucoup les jeunes du Grésivaudan.

3.3. Les freins à l'utilisation de ces ressources

Il existe, sur le territoire du Grésivaudan et aux alentours, une multitude de ressources de soin, d'aide, d'accompagnement pour les jeunes qui pourraient être en situation de mal-être, voire en souffrance psychique. Néanmoins, il n'est pas toujours simple pour ces jeunes d'accéder à ces ressources, pour diverses raisons.

En premier lieu, pour les jeunes atteints d'une maladie psychiatrique, la maladie elle-même constitue un frein à l'utilisation de certaines ressources et structures. En effet, il faut un cheminement personnel parfois très important pour prendre conscience de sa maladie, sortir d'un éventuel déni et surtout être dans la démarche de demande d'aide et de soin. De plus, la stigmatisation de la maladie mentale et des troubles psychiques représente également un frein important, les jeunes ne veulent pas être vus comme « quelqu'un qui a un problème ». Par crainte d'être mal jugés ou par honte de la maladie, certains jeunes ont la volonté de « se débrouiller tout seuls ». Pour certains, ils n'osent même pas en parler à leurs parents. Sur le territoire du Grésivaudan cette stigmatisation est bien présente mais de moins en moins semble-t-il : il est finalement assez commun d'aller voir un psychologue sur le territoire, d'après les professionnels rencontrés.

Certains jeunes sont suivis depuis l'enfance, ils sont parfois lassés du suivi, de consulter pour la énième fois un psychologue, un psychiatre, une infirmière scolaire sans qu'ils ressentent d'amélioration et cela est un vrai frein à l'utilisation des ressources.

Certains jeunes ne sont pas assez informés sur les ressources existantes, l'information ne vient pas jusqu'à eux, cette non connaissance empêche ces jeunes de se diriger vers les ressources.

La distance et la mobilité sont également des freins : pour un jeune habitant dans le Grésivaudan, il est souvent compliqué de se déplacer, d'autant plus s'il se trouve dans les zones montagneuses ou rurales et s'il est mineur. Un jeune qui serait donc prêt à aller vers les soins peut se retrouver face à l'impossibilité de se déplacer et donc d'accéder aux ressources dont il aurait besoin.

Enfin, les délais d'attente sont relativement importants pour obtenir un rendez-vous dans les structures de soin, et notamment dans les CMP, or les longues attentes démotivent les jeunes à aller vers les soins. Si un jeune est prêt et veut s'en sortir et que l'aide et les soins arrivent 6 mois après, il sera démotivé ou peut-être parti le territoire. Les consultations en CMP sont gratuites mais ils sont saturés donc les jeunes sont parfois obligés de consulter des psychologues ou des psychiatres en libéral, mais les psychologues ne sont pas remboursés par l'Assurance maladie et les psychiatres pratiquent parfois des dépassements d'honoraires, inaccessibles aux petits budgets. Les difficultés se cumulent alors et les jeunes n'accèdent jamais aux soins dont ils auraient besoin.

3.4. Savoir repérer le mal-être

Le repérage du mal-être chez les jeunes est assez complexe. Pour certains professionnels, lorsque ce n'est pas leur métier, qu'ils n'ont pas été formés et qu'ils n'ont pas les outils adéquats, il est difficile pour eux de repérer et reconnaître qu'un jeune va mal et non pas qu'il « *fait sa crise d'ados* » ou encore que « *c'est normal, parce que tous les ados font la gueule* ». Cependant, certaines structures du territoire sont ou se sont formées à ce repérage, par différents moyens. Le CPEF de Villard-Bonnot par exemple a suivi des formations, proposées par le Département de l'Isère, le Centre de Recherche et d'Information sur les Auteurs de Violences Sexuelles... et des auto-formations, sont proposées par le CPEF lui-même. Il participe également au réseau de lutte contre les violences conjugales Réagir et effectue des temps de rencontre et d'échange avec des professionnels, des travailleurs sociaux du département pour créer de l'interconnaissance, de la complicité.

Les animateurs du centre socio-culturel de Brignoud vont obtenir le statut de « Promeneurs du net » à partir de septembre 2022, tout comme l'éducatrice spécialisée de Crolles. Les Promeneurs du net ont pour mission d'écouter, d'informer, d'accompagner, de conseiller et de prévenir les utilisateurs de « la Toile ». Ils peuvent à ce titre entrer en contact et créer des liens avec les jeunes sur les réseaux sociaux. Les Promeneurs sont des professionnels présents sur un territoire virtuel très vaste et peu encadré, leur but n'est jamais la surveillance mais bien l'accompagnement des jeunes et la recherche de réponses à leurs interrogations. Ils communiquent via les blogs, les tchats, les forums et en dialoguant avec chacun, ils renforcent le lien social et cultivent un esprit critique face à l'information et à l'image. Cette formation de Promeneurs du net favorise donc « l'aller vers » et aide au repérage du mal-être et des souffrances chez les jeunes.

Enfin, les éducateurs de l'association APASE sont, quant à eux, formés aux Premiers Secours en Santé Mentale, formation que souhaiteraient également des conseillers de la Mission Locale. Le programme des Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) permet de former des « secouristes » capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour trouver un relais vers le service le plus adapté. Ce programme, lancé en France en 2019, s'inspire de la formation aux premiers secours physiques mais en intégrant une logique d'urgence différente (intervention à plusieurs reprises pour écouter, rassurer et accompagner la personne). Les secouristes ont des connaissances générales sur le champ de la santé mentale, notamment à propos des quatre troubles psychiques les plus fréquents (troubles dépressifs, anxieux, psychotiques et liés à l'utilisation de substances). Un programme « Jeunes » a été spécialement développé pour les adultes vivant ou travaillant avec des adolescents (collège et lycée) et jeunes majeurs. Il se concentre notamment sur le développement de l'adolescent, les troubles anxieux, la dépression (dont la crise suicidaire et les automutilations non suicidaires), les psychoses, les troubles du comportement alimentaire et les addictions.

Ce qui ressort des échanges avec les professionnels c'est que formés, outillés, sur le repérage du mal-être chez les jeunes, ils se retrouvent parfois dans des situations délicates car il y a un manque de structures, de relais, de réponses en proximité sur le territoire même du Grésivaudan. Il ne suffit pas de pouvoir repérer qu'un jeune va mal, il faut pouvoir lui donner une réponse et de l'aide concrète, lorsqu'il reconnaît son besoin d'aide.

4. Des recommandations, du point de vue des professionnels

4.1. Des sujets/problèmes sur lesquels les jeunes ont (encore) besoin d'aide

Selon les professionnels, les jeunes manquent d'information et ont encore besoin d'aide sur diverses thématiques touchant au bien-être et à la santé mentale. En premier lieu, il apparaît essentiel de déstigmatiser les problématiques de santé mentale auprès des jeunes : il ne faut pas qu'ils se sentent coupables, leur indiquer que ce n'est pas forcément à vie et qu'ils peuvent être aidés et soignés. Il faut également que les jeunes se sentent plus considérés par les adultes. Du fait des délais d'attente, de la saturation de certaines structures, certains jeunes pensent que les adultes n'ont pas le temps pour eux, pour les écouter, les outiller, ils se sentent

alors rejetés et ne font plus confiance aux adultes. Pour cela il faut également faire passer de l'information auprès des jeunes sur le fait qu'il existe des points d'accueil, des ressources d'écoute possible, gratuites et anonymes. Ces lieux sont également parfois à destination des parents, qui se sentiraient perdus face au mal-être de leur adolescent et qui auraient besoin d'écoute, d'aide, et de savoir qu'ils ne sont pas seuls dans cette situation, que des aides existent et sont accessibles.

Par ailleurs, les jeunes sont en demande d'informations sur tout ce qui concerne l'orientation et l'insertion professionnelle, les études, sujet souvent hautement anxiogène. Les jeunes ne savent pas toujours où trouver de l'information sur les diverses formations qui existent, comment y arriver, quelles démarches entreprendre (pour trouver des stages ou même pour être animateur en centre de loisir par exemple).

Le Grésivaudan est un territoire où l'offre de formations en proximité est très limitée et cela génère du stress chez les jeunes car, s'ils veulent rester sur le territoire, ils n'ont pas beaucoup de choix pour leur orientation professionnelle. De plus, d'après les professionnels, du fait qu'il n'y ait pas beaucoup de propositions de formation sur le territoire, les jeunes se sentent plus en compétition avec les autres et se mettent beaucoup la pression car les places sont alors limitées et on attend donc d'eux qu'ils soient irréprochables.

D'autre part, un sujet qui interroge particulièrement les jeunes depuis ces dernières années est la question de l'orientation/l'identité sexuelle, le genre. Sur le territoire du Grésivaudan, comme dans beaucoup de territoire, un malaise persiste autour de ces questions-là, notamment chez les adultes. Beaucoup de jeunes aimeraient pouvoir en discuter/débattre dans des groupes de parole, avec d'autres jeunes mais également avec des professionnels adultes. Les jeunes veulent être considérés tels qu'ils sont, que la parole soit libérée et que les informations circulent davantage.

Selon les professionnels, la consommation de substances psychoactives et de produits illicites est encore trop souvent banalisée. D'après eux, il est important de faire passer encore plus d'information sur les risques que ces consommations peuvent engendrer.

Enfin, les jeunes ont beaucoup d'informations sur un grand nombre de sujets, néanmoins il est maintenant important de leur apprendre à s'approprier ces informations, à décrypter les informations et démêler le vrai du faux. Pour la plupart, les jeunes se renseignent et s'informent par le biais d'internet et des réseaux sociaux, ils trouvent alors une multitude d'informations et cela peut être source d'anxiété. Les jeunes ont besoin de contact humain, de temps de discussion avec des professionnels, d'avoir des repères et des gens sur qui s'appuyer et s'identifier.

4.2. La diffusion des informations

Selon les professionnels du territoire, ce qui fonctionne bien avec les jeunes du Grésivaudan, sont les démarches d'« aller vers » les jeunes. Avec les difficultés de mobilité prégnantes dans le territoire, il ne faut pas que certains jeunes, comme ceux habitants en zone montagneuse par exemple, soient défavorisés par rapport aux autres, en matière d'accès aux informations. Pour cela, il est important de diffuser les informations en des points stratégiques du territoire, où elles peuvent toucher largement les jeunes : dans les collèges et les lycées notamment, où les jeunes constituent un « public captif » (interventions, groupes de parole, présence de professionnels, affichage...). D'autres endroits sont également propices et stratégiques pour

de l'affichage d'information, comme les bus, les clubs sportifs : partout où il y a du passage de jeunes.

Enfin, ce qui fonctionne bien auprès des jeunes est la diffusion d'information par le biais des réseaux sociaux. Les jeunes sont plus équipés en terminaux mobiles que la moyenne de la population (les 15-34 ans sont 89,9% à détenir un smartphone, contre 69,2% des 15 ans et plus) et davantage connectés (97% des 15-34 ans ont accès à Internet, contre 93% de l'ensemble de la population). Les jeunes sont d'importants consommateurs de contenus d'information en mobilité, ils font en particulier un usage intense des réseaux sociaux, ces derniers étant, pour cette génération, le premier mode d'accès à l'information. Il est important que cette diffusion d'informations soit faite à travers des discussions et des échanges, menés par un professionnel qui soit légitime pour les jeunes, pour qu'ils puissent s'identifier, avoir confiance et mieux exercer leur esprit critique. Ce qui renvoie à l'importance et l'utilité de la présence de professionnels Promeneurs du Net sur le territoire.

Ces échanges peuvent se faire également de manière physique, avec des professionnels outillés, situés partout où il y a des jeunes ou dans des espaces dédiés, qui viennent discuter, échanger et répondre aux questions des jeunes dans la « vraie vie » (prévention, IST, alimentation, harcèlement, prostitution, violence...). Les échanges et discussions intergénérationnels sont également très formateurs pour les jeunes, d'après les professionnels rencontrés.

D'une manière générale, il semble important de ne pas aborder les sujets sous la forme d'une problématique à résoudre, ou en ne parlant que des risques (pour les écrans ou les relations sexuelles par exemple). Les jeunes risquent alors de se fermer, culpabilisent et osent encore moins parler de leurs problèmes. Il faut aborder ces questions en présentant un accompagnement, tout ce que les solutions existantes peuvent apporter...

Partie 2 : point de vue des jeunes

1. Les points forts du territoire

1.1. La proximité de la nature et l'accès à une offre sportive de qualité appréciés des jeunes

Les jeunes interrogés ont souligné le cadre de vie très agréable qu'ils ont dans le Grésivaudan : un joli paysage, avec la présence notamment de montagnes et de nombreux lacs, facilement accessibles. Les jeunes interviewés apprécient le fait de vivre un peu éloignés des grandes villes, à la campagne ou à la montagne. Le territoire leur apparaît comme un endroit agréable, calme et sécurisant.

« Déjà y a les montagnes, y a Belledonne pas très loin donc ça peut donner accès au ski l'hiver je pense [...], et le territoire du Grésivaudan c'est entre deux grandes villes, du coup on est pas trop dans les grandes villes, y a quand même pas mal d'air de la campagne et de la montagne »

« Franchement le gros point positif c'est la montagne, on peut aller se balader ou juste même la regarder ça fait du bien [...] c'est quand même un bel espace on a facilement accès à des lacs [...] on peut y aller à pied, c'est facile d'accès, moi j'habite au pied de la montagne et je sors de chez moi je traverse la rue et en 2 min je peux aller me promener »

Néanmoins, certains de ces jeunes sont un peu gênés par la pollution, à cause de l'autoroute et des nombreuses zones industrielles existantes sur le territoire. Les jeunes apprécient également l'offre sportive conséquente qu'il y a sur le territoire. Enfin, les montagnes sont propices à la pratique du ski l'hiver ou encore aux randonnées l'été et le territoire propose un important tissu associatif au niveau sportif, selon les jeunes, il est relativement facile pour chacun de trouver une activité qui puisse l'intéresser, à travers notamment les forums ou les réseaux sociaux.

« Je trouve que y a quand même pas mal de sports qui sont proposés, dans ma commune y a un centre équestre, ça je sais et ensuite y a une association, je crois que c'est Arc en ciel, enfin je sais plus mais c'est eux qui proposaient les activités danse, théâtre et surement art plastique avant y avait, et après bah y a l'association sportive de Theys, ou y a du handball, du tennis et je crois que c'est tout »

Les jeunes sont un peu moins informés de ce qui peut exister au niveau des activités culturelles sur le territoire, mais certains connaissent les ateliers que peuvent proposer certaines communes, comme le Versoud par exemple, avec des sorties découverte de la nature et de l'environnement, des journées sportives pour présenter de nouveaux sports etc... et cela pour toute la famille. Certains jeunes ont repéré la présence de la Mission Locale sur le territoire, ressource qui peut les aider à trouver un sport, une activité et surtout un emploi. Les jeunes soulignent également la possibilité de faire du bénévolat dans certaines associations, comme au refuge animalier Apagi au Versoud par exemple, ce qui, selon eux, leur permet de faire des expériences très enrichissantes et de se sentir utiles.

« Je sais que du coup, moi, la grande association ça a été la Mission locale qui fait découvrir des activités et apprendre un peu les autres aspects de la vie comme le logement ou plus de trucs sur lesquels nous on peut stresser ou se poser beaucoup de questions »

1.2. Les grands pôles urbains attirants, en proximité

Un aspect un peu plus négatif du territoire du Grésivaudan que les jeunes relèvent est le manque de lieux pour se retrouver entre jeunes, à savoir des bars, des boites de nuit, des parcs, des grands centres commerciaux... Les jeunes sont très attirés par les grandes villes de proximité, Chambéry et Grenoble, et notamment par la métropole grenobloise. Même si le tarif des transports est assez cher pour certains, il est relativement simple d'aller sur Grenoble, en tout cas depuis la vallée, que ce soit en train ou en bus. Même les jeunes habitant plus au Nord du territoire se déplacent davantage sur Grenoble que Chambéry.

« Les jeunes ont tendance à aller dans les grandes villes, surtout à mon âge donc entre 16-20 ans, forcément ils vont avoir envie de sortir un peu parce que y a pas grand-chose à faire au Versoud, on a pas de bar, pour pouvoir sortir avec nos amis, boire un coup ou faire quelque chose, on a pas grand-chose, même les parcs souvent c'est pour les enfants de 8 ans quoi »

« Perso moi et mon entourage je sais qu'on va régulièrement à Grenoble, Chambéry moins, mais oui la plupart on va tous régulièrement dans les grandes villes d'à côté parce que y a beaucoup plus de choses quand même, pour les sorties tout ça »

« Y a des bus tout ça, c'est assez facile après la régularité tout ça ça dépend des moments mais ça va on peut quand même y aller sans trop de difficulté »

« Moi je me déplace plus sur Grenoble, surtout pour les magasins parce que c'est vrai que chez nous y a quand même pas beaucoup de choses donc plus pour faire les magasins quoi »

2. La mobilité, la bête noire du Grésivaudan pour les jeunes

Même si les jeunes interviewés ont indiqué qu'il était assez simple et rapide pour eux de se déplacer sur Grenoble depuis la vallée, ils n'ont pas hésité à souligner les difficultés qu'ils ont pour se déplacer, à l'intérieur même du territoire du Grésivaudan. En effet, à la question « selon vous, qu'est ce qui peut faire qu'un jeune se sent en difficulté sur le territoire ? », tous les jeunes interrogés ont répondu l'enfermement du territoire, le manque de transports en commun, les difficultés pour se déplacer, notamment pour les jeunes qui habitent en montagne.

« J'habite en hauteur donc une fois que je suis dans la vallée c'est bon mais moi habitant à Theys pour descendre c'est plus compliqué, c'est très compliqué, à part les bus scolaires, mais là en période de vacances bah y a pas de bus »

« Moi je sais que le Versoud là, surtout depuis que le pont a sauté, c'est impossible, les transports on ne peut pas en fait »

« Pour moi les transports en commun, y en a pas assez, par exemple moi qui habite un peu dans la montagne y a pas du tout de bus à part les bus scolaire donc c'est clair que si on a pas le permis c'est compliqué, et même en bas enfin y a des bus mais pas assez régulièrement »

Toujours au niveau du transport, les jeunes ont parlé du coût des transport qui leur semble assez élevé, et de la difficulté pour trouver des informations concernant les abonnements et les cartes de réductions pour les jeunes.

« Juste pour avoir la carte Oura, j'ai pas pu trouver les informations parce que les sites fonctionnent pas, donc faut que je paie le bus pour aller dans Grenoble, trouver l'entreprise pour me renseigner, sachant que ça va me couter 5 euros pour aller dans Grenoble, que ça va me prendre toute la journée, ça me tente pas plus que ça, c'est démotivant et en plus je suis entre Grésivaudan et Grenoble du coup je suis obligé de prendre les 2 abonnements pour me déplacer, si je prends pour Grenoble je peux pas me déplacer dans le Grésivaudan donc niveau transport on est très limité »

« Les réseaux de transport en commun Trans Isère ça peut vite couter très cher, pour aller prendre l'un des deux bus qui va de Meylan à Crolles ça coute 5 euros à l'aller et 5 euros au retour, y a les abonnements qui permettent d'alléger le cout mais ça fait quand même très cher »

3. Les thématiques de santé qui préoccupent les jeunes du Grésivaudan

Selon les jeunes interrogés, la principale thématique de santé qui préoccupe les jeunes sur le territoire est le stress et l'inquiétude par rapport aux études, aux examens, aux notes, à l'attente des résultats, à Parcoursup ou encore à leur orientation. En effet, les jeunes ont peur de ne pas être « à la hauteur », ils ressentent beaucoup de pression, de compétition entre eux, pour avoir les meilleures notes et être sûr d'être pris dans une bonne école après le bac. Ils trouvent qu'ils ne sont pas assez aidés sur leur orientation, pour gérer leur stress, ils aimeraient être rassurés, savoir que tout n'est pas terminé à cause d'une mauvaise note. Ils ont le sentiment qu'on les oblige toujours à être les meilleurs, à tout faire le plus vite possible. Ils sont également inquiets sur la possibilité de trouver un emploi, car on leur demande toujours d'avoir de l'expérience, qu'ils n'ont pas forcément.

« Les études, l'orientation, on en parle aussi parce que sur le territoire du Grésivaudan y a rien, faut aller sur Grenoble ou Chambéry »

« C'est plutôt est ce qu'on va être pris quelque part, parce qu'avec la plateforme Parcoursup y a plein de gens qui sont pas pris partout »

« Y a beaucoup d'inquiétude pour les études et pour après le bac etc parce qu'on sait pas et on nous aide pas trop au lycée quoi, on manque d'information [...] les

professeurs nous aident de temps en temps mais c'est si on demande, l'information vient pas toute seule »

D'autres thématiques de santé sont également ressorties lors des entretiens. D'une part, la consommation d'écrans et le cyber-harcèlement. Les jeunes se rendent compte qu'ils passent beaucoup de temps sur les écrans et les réseaux sociaux. Beaucoup entendent parler de problèmes de harcèlement, autour d'eux, certains sont eux-mêmes concernés directement. A ce sujet, ils estiment ne pas être assez informés sur les risques, et surtout ne pas être assez écoutés lorsqu'ils évoquent des soucis de harcèlement avec des adultes.

Les jeunes entendent également un peu parler des risques liés aux consommations de substances psychoactives, telles que l'alcool et le cannabis principalement, mais ils n'en parlent pas souvent entre eux. Ils se souviennent des interventions de prévention qui sont réalisées au collège principalement, et se sentent suffisamment sensibilisés et informés sur ces risques. Néanmoins, les jeunes interviewés estiment ne pas être réellement concernés par ces problématiques. Ils reconnaissent que les consommations sont très présentes chez les jeunes, mais cela ne les inquiète pas : ils ont l'impression que les jeunes « se fichent » des risques car il n'y aurait pas de réels soucis d'addictions, à leur âge.

Selon ces jeunes, la parole se libère de plus en plus sur les questions de bien-être et de santé mentale, les jeunes osent dire lorsqu'ils sentent que « cela ne va pas ». Ils connaissent de plus en plus de copains ou copines qui vont voir des psychologues, le sujet n'est pas tabou et beaucoup n'ont pas de mal à en parler. D'autre part, certains jeunes se questionnent sur leur genre ou leur identité sexuelle mais, selon les jeunes interrogés, c'est un sujet très actuel qui n'est plus tabou chez les jeunes, ils ne sont pas inquiets sur ces sujets qui semblent d'ailleurs être « dans les normes » pour cette génération.

4. Les impacts de la crise sanitaire du Covid-19 du point de vue des jeunes

A cause de la crise sanitaire du Covid-19, ces deux dernières années ont été très compliquées pour les jeunes du Grésivaudan. Les difficultés relevées par les jeunes interrogés sont multiples : isolement, renfermement, ennui, difficultés au niveau scolaire, voire dépression... En effet, pour beaucoup de jeunes, les confinements et donc les cours en version « hybride » ont été difficiles à gérer, beaucoup ont décroché, ont accumulé du retard qui a engendré des lacunes chez certains, qui sont encore gênantes aujourd'hui. Le fait de ne pas aller au lycée ou au collège tous les jours et ainsi de ne voir que sa famille a également été très compliqué à surmonter pour certains jeunes.

« Vis-à-vis du domaine scolaire, moi ça m'a permis de gagner en autonomie, mais parce que j'étais déjà relativement autonome avant mais même si on dit qu'on est autonomes on a tous un peu lâché quand même, et je l'ai senti en entrant en première ou même en seconde l'année dernière, mais ça a créé des lacunes avec des points de méthode qu'on a pas eu du coup par exemple [...], on a du reprendre des trucs en seconde qu'on avait pas vu en troisième et du coup on a accumulé beaucoup de retard »

« Je sais que les classes à la maison c'était très compliqué, même moi personnellement, c'était dur de rester chez moi pendant longtemps, de voir personne et de ne pas aller au lycée, c'était compliqué et je pense que pour pas mal de jeunes c'était comme ça »

« C'était compliqué de plus voir ses amis, alors que l'adolescence c'est la période où c'est le plus important »

« Période difficile pour tout le monde de pas pouvoir sortir alors qu'il y a un besoin, enfin c'est vital quoi »

« L'isolement, pour énormément de monde ça a été très pesant de se sentir seul, de pas pouvoir voir qui on veut quand on veut, je pense qu'on est à une période de notre vie où bah on vit les plus belles années et du coup bah de se dire qu'on peut pas faire ce qu'on veut quand on veut bah c'est hyper frustrant et forcément ça a rendu beaucoup de personnes pas forcément bien, je pense que c'est le plus gros impact »

Ce qui a paru également compliqué aux jeunes pendant cette période est l'arrêt des activités sportives. Pour beaucoup, faire du sport est un moyen de sortir, de décompresser, de se dépenser et de se détendre. Certains en font presque tous les jours et le fait de devoir arrêter a créé du mal-être chez ces jeunes.

« Moi je fais du cheval à la Terrasse et je sais que ça a été très compliqué de plus en faire, c'est une activité où je passe 2h par jour et du coup là mes journées me semblaient vides, il me manquait un truc et j'avais rien à faire »

Enfin, un point que les jeunes ont souligné est la vaccination. Certains ont été frustrés de se sentir obligé de se faire vacciner simplement pour pouvoir sortir. Les jeunes ne se considèrent pas forcément à risque face au Covid-19, ils n'ont pas une entière confiance dans les vaccins, et cela fait qu'ils n'ont pas forcément bien vécu cette « obligation ».

« C'est frustrant de se dire bah j'ai pas le choix soit je fais un vaccin que j'ai pas forcément envie de faire, soit je suis privée de sortie pendant je ne sais combien de temps »

Néanmoins, malgré tous ces aspects négatifs, les jeunes ont quand même su tirer des points positifs de cette période difficile. En effet, les jeunes ont retenu que ces confinements leur ont permis de gagner en autonomie, au niveau scolaire, car il a fallu savoir s'adapter très rapidement aux nouvelles mesures et ils ont su faire preuve de maturité et d'organisation. Ils ont également relevé le fait que le rythme « hybride » du lycée était plus reposant, le fait de se lever moins tôt quand les cours sont en visio-conférence ou le fait d'aller que 2 jours par semaine au lycée leur ont permis de plus se reposer.

« Après c'était quand même plus reposant, parce qu'on allait que 2 jours par semaine au lycée, c'était un rythme tranquille »

Par ailleurs, les confinements et les nombreuses heures coincé chez soi ont permis aux jeunes de se retrouver avec eux-mêmes, de découvrir ou redécouvrir certaines choses qu'ils aimaient, de prendre du temps pour eux et pour faire ce dont ils avaient envie.

« En point positif je pense c'est que on se retrouve avec soi-même, y en a qui ont pris l'opportunité de redécouvrir ce qu'ils aimaient, on avait beaucoup plus de temps vu qu'on était enfermé chez nous, donc on avait le temps de faire des recherches sur ce qu'on voulait, faire un peu ce qu'on voulait, beaucoup se sont redécouvert dans la créativité, dans le manuel, à bricoler chez eux »

Enfin, les jeunes ont reconnus que tous n'ont pas été égaux face aux confinements, en fonction notamment de l'habitat et de l'environnement familial de chacun. Le territoire du Grésivaudan étant principalement constitué de maisons avec jardin, les jeunes avaient la possibilité de sortir dans le jardin, voire de se promener dans la nature environnante. Pour certains jeunes qui pouvaient, à ce moment-là, être dans leur logement étudiant à Grenoble par exemple, relativement petit et insalubre, ont eu plus de mal à vivre seul et isolé.

« On a pas tous été égaux sur le point appartement ou maison, moi j'ai une maison avec un jardin donc ça va on pouvait sortir et tout mais quand t'es en appart c'est encore plus confiné »

« Ca n'a pas été aussi dur pour moi qui vis dans une grande maison avec un jardin que pour quelqu'un qui vivait dans un logement insalubre de 9 mètre carré »

5. La connaissance et l'utilisation des ressources du territoire par les jeunes, en matière de santé/bien-être

D'une manière générale, les jeunes ne sont pas vraiment au courant de toutes les ressources qui existent sur le territoire, qui pourraient les aider eux ou leur entourage en cas de mal-être. Ils estiment que tant qu'eux-mêmes ou leur entourage ne sont pas confrontés à ces soucis de mal-être ou de troubles psychiques, ils n'ont pas à s'intéresser aux ressources existantes. Néanmoins, les jeunes pensent pouvoir trouver des informations assez simplement, en cas de besoin, en faisant notamment des recherches sur internet par exemple.

« Alors pas du tout, j'en ai aucune idée »

« Je sais pas du tout, je me rends pas forcément compte de ce qui existe déjà »

« Je suis pas sûre que les jeunes connaissent bien la mission locale, moi je connaissais pas avant que ma mère m'en parle »

« Je connais pas plus de ressources que ça mais je pense que c'est assez facilement trouvable »

« Pas du tout, je sais pas du tout »

Malgré cela, les jeunes ont certains réflexes lorsqu'il s'agit de demander de l'aide ou d'aider leur entourage, dont les premiers sont de solliciter les professionnels en milieu scolaire, là où ils passent le plus de temps. Les jeunes arrivent assez facilement à aller voir et discuter avec les professeurs avec qui ils se sentent en confiance, avec les conseillères d'orientation s'ils ont des inquiétudes par rapport à leur avenir, ou encore les psychologues scolaires. Les infirmières scolaires, néanmoins, ne représentent pas vraiment une réelle ressources pour les jeunes interviewés, du fait d'un manque de disponibilité et d'accessibilité de ces dernières. Une autre ressource précieuse pour les jeunes sont les ami(e)s, ces derniers jouent parfois le rôle de « psychologue » et les jeunes ont souvent plus de facilités à parler, à se confier et à écouter leurs ami(e)s plutôt que des adultes. Ils n'ont pas du tout le réflexe d'aller voir leur médecin généraliste pour parler de mal-être, d'angoisses, si ce n'est pas un problème de santé somatique, ils ne pensent pas que les médecins généralistes puissent les aider dans ce domaine.

« Je sélectionne certains profs en qui j'ai confiance, je sais que y a certains profs je peux aller les voir si j'ai un problème, même si c'est pas dans la matière concernée, que ça soit n'importe quel problème je sais que y en qui m'écouteront »

« Oui y a des infirmières scolaires mais je sais que, enfin c'était déjà comme ça au collège, elles sont pas souvent là »

« Même s'ils essaient je suis pas sûre que ça aboutisse, moi je sais que ça a pas du tout aboutit, ok c'est cool j'ai pris un médoc bien, c'est un peu le cliché, le stéréotype qu'on a au lycée c'est je me suis cassé le poignet tiens prend un doliprane, c'est une blague qui s'est assez répandue »

« L'infirmière pas du tout, déjà elle est pas très présente au lycée et moi j'y vais jamais »

« Si c'est pas un problème de maladie, j'aurai pas le réflexe d'aller voir un médecin généraliste »

« Le médecin généraliste j'en ai aucune idée, je sais même pas ce que je peux lui raconter de ma vie au médecin généraliste »

Les jeunes ont également précisé qu'ils avaient assisté à des séances de prévention à propos des consommations de substances psychoactives, au collège et au lycée, avec des affiches, des interventions de professionnels, mais également à l'auto-école, dans le cadre de l'examen du permis de conduire. Les jeunes trouvent néanmoins que cela reste insuffisant et que ces actions n'ont pas beaucoup d'effet sur les jeunes.

A l'inverse, les jeunes du territoire se sentent très bien renseignés et ont le sentiment qu'ils savent où se renseigner, sur les questions de santé sexuelle et affective. Selon eux, c'est une génération qui en parle énormément, il n'y a plus de tabou sur ce sujet-là. Ils ont, d'une part, de l'éducation sexuelle au collège et au lycée, et d'autre part des interventions de prévention ainsi que des visites organisées des CPEF de Villard-Bonnot ou Pontcharra.

Enfin, d'autres ressources ont été citées par les jeunes interrogés, comme les psychologues, la Mission Locale, le service médico-psychiatrique de l'Université de Grenoble ou encore des

ressources plus informelles, se trouvant généralement à Crolles, telles que le McDo, les parcs, les espaces verts où les jeunes peuvent s'asseoir et se retrouver.

Il n'est cependant pas simple, pour les jeunes, d'utiliser ces différentes ressources. En effet, de nombreux freins entrent en jeu, dont le principal est la non connaissance des ressources. La crainte du jugement, la stigmatisation, les difficultés à exprimer ce qui ne va pas, la difficulté à mettre des mots sur ses problèmes, la peur de ne pas se faire comprendre ou que les besoins ne soient pas assez bien pris en compte par les adultes, l'appréhension de décevoir ses parents, freinent également les jeunes dans leur démarche de s'orienter vers les personnes ou structures ressources. Enfin, le prix relativement coûteux des rendez-vous chez le psychologue libéral, qui ne sont pas remboursés par l'Assurance Maladie, et les délais d'attente pour l'obtention d'un rendez-vous ou d'une prise en charge chez un spécialiste démotivent beaucoup les jeunes dans leur volonté de se faire aider et soigner.

« Pour moi c'est très simple, les jeunes ne savent pas communiquer et du coup ne savent pas écouter non plus, enfin ils savent pas qu'on peut les écouter et les aider, et personne nous a appris qu'on pouvait communiquer, qu'on devait communiquer, qu'on avait le droit de le faire, donc effectivement y a ce côté jugement, si je lui dis qu'est-ce qu'elle va en penser et après elle va peut-être aller en parler aux parents »

« Parler de ses problèmes c'est devenu presque plus tabou que le sexe et la drogue »

6. Des recommandations, du point de vue des jeunes

Les jeunes du territoire du Grésivaudan sont en attente d'information, d'aide ou d'accompagnement sur différents sujets.

Ils aimeraient, tout d'abord, un peu plus d'aide sur la gestion de leur stress par rapport à leurs notes et à Parcoursup, se sentir plus écoutés et pris en compte, pouvoir parler à des adultes et notamment à des professionnels. Ils sont également en demande d'information sur leur orientation professionnelle, les différentes possibilités qui existent après le lycée. Le Grésivaudan n'offre pas réellement de formations post-bac sur le territoire, les jeunes sont donc dans l'obligation de partir faire leurs études vers des grandes villes, cela ne les angoisse pas forcément, ils sont même contents de partir pour certains, mais ce qui les angoisse le plus reste la peur de ne pas trouver leur voie et de ne pas être accepté dans ce qu'ils aimeraient faire.

« Moi y a un truc j'aurai bien aimé qu'on me dise, enfin qu'on nous aide sur ce point-là, c'est quand même le stress par rapport aux notes, qu'il y ai des choses mises en place pour nous aider à pas stresser et à pas accumuler de la pression tout au long de l'année, parce que je sais que là par exemple quand on finit le lycée tout ce qui est Parcoursup où chaque note compte depuis la première c'est une énorme source de stress et je trouve ça assez nocif et y a pas trop d'aide par rapport à ça »

« Ca serait bien qu'on puisse parler à quelqu'un qui travaille dans l'orientation et qui nous dise que c'est pas parce qu'on a une mauvaise note qu'on va rater notre avenir »

« Rien que des profs qui nous parlent et nous rassurent ça peut changer pas mal de choses, être bienveillants »

Les jeunes sont également en demande d'information, de sensibilisation et d'échanges sur le harcèlement, les agressions, qu'il y ait plus de prévention faite dans les établissements scolaires et plus d'aide pour ceux qui auraient subi du harcèlement ou des agressions, pour savoir comment réagir et quelles sont les solutions. Ils attendent également plus d'informations sur les risques liés aux consommations de drogues et d'alcool ainsi que sur l'existence des maladies mentales, quelles sont-elles, comment se développent-elles, comment réagir face à quelqu'un qui a une maladie mentale. Enfin, les jeunes se sentent un peu délaissés sur la question des problèmes familiaux (séparation/disputes entre les parents, violences mais également le manque de communication...). Ils ne sont pas spécialement au courant des ressources d'aide et d'accompagnement existantes. Un certain nombre de jeunes ont des soucis au sein de leur famille, avec leurs parents, et ils se sentent seuls, ne savent pas à qui se confier.

« Quelqu'un qui ne peut pas se confier à sa famille c'est un peu la fin du monde, vers qui il va se tourner, s'il a pas un ami d'enfance avec qui il a grandi bah il est seul »

Ces entretiens ont fait réaliser à certains des jeunes interviewés qu'ils ne connaissaient pas forcément toutes les ressources et structures du territoire dont ils ont parfois besoin, ils aimeraient donc plus d'information sur ces dernières, ainsi que sur les diverses associations sportives du territoire. Ce sont souvent les sports les plus « communs » qui leurs sont présentés mais certains sont à la recherche de diversité, de choix et d'activités plus originales.

Enfin, une forte attente mise en avant par ces jeunes est l'amélioration du réseau de transport en commun sur le territoire (fréquence plus importante, plus d'information sur les abonnements et tarifs...), notamment pour les communes de montagne, pour que chacun puisse aller où il veut quand il veut, sans être contraint.

« Les moyens de transport c'est quelque chose à améliorer parce que les bus on en a jamais assez, ça permet de se déplacer pour aller faire nos activités, pour aller voir des amis ou même pour aller au lycée, je trouve c'est important d'avoir des bus parce que nous je vois à Theys 45 min de bus, faut se lever très tôt, c'est fatigant à la fin de l'année on en peut plus [...] et même avoir des bus plus réguliers dans la vallée qui parcourent toute la zone »

Dans tous les cas, les jeunes estiment que ce qui a le plus d'impact sur eux est la présence de professionnels pour leur parler et échanger avec eux. Faire des réunions, des groupes de parole, des interventions, ou même par le biais des réseaux sociaux et internet mais avec des personnes pour avoir un contact physique ou visuel, voire qui rende possible des interactions en direct. Cela permettrait aux jeunes de mieux s'identifier et de mieux s'ancrer dans la réalité. Faire passer des informations via des textes ou des publications sur les réseaux sociaux est moins pertinent : les jeunes ne les lisent pas forcément, d'autant plus s'ils ne sont pas concernés par le problème.

« Les réseaux sociaux parce que c'est beaucoup utilisé par les jeunes mais même si c'est à travers un écran ça peut être une vidéo ou autre mais c'est toujours mieux quand

c'est quelqu'un qui nous parle et pas un texte parce que je pense que c'est toujours plus explicite, pas un texte écrit par je sais pas qui »

« Ce qui marche le mieux c'est le concret, c'est une personne qui vient nous voir, qui nous parle, qui a de l'expérience, du vécu, c'est super important pour nous, ça nous permet de nous identifier, et je dirai que si y a quelqu'un qui vient parler dans un lycée de son vécu ou juste qui aime le sujet dont il parle, ça va nous intéresser »

« Je trouve ça intéressant que des intervenants viennent dans une classe par exemple pour parler, échanger avec les élèves etc »

Conclusion

Le territoire du Grésivaudan présente des atouts nombreux qui ont un impact favorable sur la santé physique et mentale des jeunes.

La proximité de la nature, de la montagne est un élément de qualité de vie valorisé par les professionnels comme par les jeunes du territoire. Ils apprécient à la fois la beauté du paysage mais également un cadre de vie propice à l'activité physique et à la pratique du sport, des facteurs favorables pour la santé physique et la santé mentale. Le calme, le sentiment de tranquillité sont également des atouts mis en avant par les habitants.

La richesse de la vie associative et la présence d'une offre culturelle de proximité, à Crolles, Villard-Bonnot ou Pontcharra principalement, sont valorisées par les professionnels et les jeunes et constituent des facteurs favorables à la santé mentale. En effet, ces opportunités de lien social sont des leviers pour lutter contre l'isolement, le mal-être, voire la dépression.

Enfin la proximité des agglomérations grenobloise et chambérienne est également un atout fort du territoire pour les jeunes qui aiment sortir dans les grandes villes pour se retrouver, boire un verre, faire les magasins et la fête.

Néanmoins, le territoire du Grésivaudan est également un territoire présentant des contraintes. La mobilité est un enjeu fort des territoires périurbains et ruraux et ici, comme dans l'ensemble des territoires de ce type et plus encore dans les communes de moyenne montagne, la voiture est nécessaire. En effet, les transports en commun présents sur le territoire ne répondent pas à tous les besoins et cela pénalise par conséquent beaucoup les jeunes, qui n'ont pas tous le permis de conduire et une voiture pour se déplacer. Les jeunes, comme les professionnels, signalent que ces difficultés de mobilité constituent un obstacle de taille pour accéder aux ressources du territoire mais sont également un frein pour l'emploi et un facteur d'isolement social.

La santé mentale et le bien-être est un point d'attention pour les professionnels comme pour les jeunes du territoire : en plus de problématiques déjà repérées sur le territoire, les conséquences défavorables de la crise sanitaire du Covid-19 sur la santé mentale de la population sont constatées, notamment chez les jeunes. En effet, les professionnels et les jeunes constatent une augmentation du mal-être, de l'anxiété voire de dépressions. Le harcèlement, la pression scolaire, les difficultés d'orientation sont également des sources identifiées de mal-être. Les ressources de lien social pour les jeunes sont concentrées dans les villes importantes du territoire, toutefois, l'offre en ressources culturelles, sportives de loisirs est limitée dans les communes de petites tailles et les jeunes, étant donné leurs contraintes de mobilité ont difficilement accès à ces ressources organisées. Si le territoire dispose de ressources d'écoute gratuites pour les jeunes, qui sont saluées et semblent bien repérées par les professionnels, les jeunes eux ne semblent pas très informés sur leur existence. Enfin, de fortes inquiétudes concernant l'accès aux soins psychiques des jeunes sont exprimées, notamment par les professionnels : le territoire dispose de quelques ressources de soins psychiques pour les jeunes mais celles-ci semblent saturées et ne peuvent répondre à toutes les demandes.

Finalement, d'après les propos des professionnels et des jeunes interrogés dans le cadre de cette étude, un certain nombre de recommandations peuvent être proposées.

Tout d'abord, favoriser les lieux de rencontre et de regroupement informels et sécurisés pour les jeunes. Les jeunes ont, en effet, besoin de se retrouver, de discuter, d'échanger en l'absence d'adultes et d'encadrement, et ce, notamment depuis le Covid-19 et les confinements.

Il est également important de favoriser les temps de dialogue et de débat entre les jeunes et des adultes. Les jeunes expriment un énorme besoin d'écouter et d'être écoutés par les adultes, ils semblent coincés dans un « monde de jeunes », sans passage de relais avec les adultes. Beaucoup n'ont plus confiance en les adultes, ne se sentent pas écoutés ni considérés.

La mobilité et les difficultés de déplacement étant une problématique importante sur le territoire, une recommandation serait donc de faciliter les déplacements en transports en commun : augmenter la fréquence de passage des transports, améliorer la lisibilité des lignes de bus, mieux desservir les communes de montagne ou encore mettre en place et communiquer sur des potentielles aides ou réductions sur les tarifs à destination des jeunes. Enfin, communiquer plus largement sur toutes les ressources d'écoute qui existent, dans et à proximité du territoire, aiderait beaucoup les jeunes du territoire. Ils ressentent un besoin de parler, mais, pour la plupart, ne savent pas où et vers qui s'orienter lorsqu'ils n'ont pas de « confident » dans leur entourage. Leur montrer qu'ils ne sont pas seuls et qu'il existe des ressources est très important.

Bibliographie

Agence Régionale de Santé. (2018, 24 août). *Santé mentale et psychiatrie : changer le regard sur la santé mentale et les personnes atteintes de troubles psychiques*. <https://www.ars.sante.fr/sante-mentale-et-psychiatrie-changer-le-regard-sur-la-sante-mentale-et-les-personnes-atteintes-de>

Agence Régionale de Santé PACA. (2021, 29 mars). *Santé mentale : définition et enjeux*. <https://www.paca.ars.sante.fr/sante-mentale-definition-et-enjeux>

Ameli. (2021, 1 décembre). *Quels sont les principaux troubles psychiques chez les jeunes ?* <https://www.ameli.fr/haute-savoie/assure/sante/themes/souffrance-psychique/troubles-psychiques>

Ameli. (2022, 4 janvier). *Qu'appelle-t-on bonne santé mentale et troubles psychiques ?* <https://www.ameli.fr/haute-savoie/assure/sante/themes/souffrance-psychique/definition>

Centre d'observation de la société. (2021). *Jeunes – Centre d'observation de la société*. <https://www.observationsociete.fr/definitions/jeunes/>

Coldefy, M., & Gandré, C. (2020). *Atlas de la santé mentale en France*. Ouvrage de l'Irdes n°7, série Atlas. <https://www.irdes.fr/recherche/ouvrages/007-atlas-de-la-sante-mentale-en-france.pdf>

Fondation de France. (2020, 8 octobre). *Jeunes et troubles psy : en parler !* <https://www.fondationdefrance.org/fr/cat-sante-des-jeunes/jeunes-et-troubles-psy-en-parler>

Fondation de France. (2020, 8 octobre). *Jeunes et troubles psy : en parler !* <https://www.fondationdefrance.org/images/pdf/depliant-psy-web.pdf>

Fondation de France. (2021, 13 janvier). *Santé des jeunes : soutenir les jeunes en souffrance psychique*. <https://www.fondationdefrance.org/fr/appels-a-projets/sante-des-jeunes-soutenir-les-jeunes-en-souffrance-psychique>

Fondation de France. (2021, 20 janvier). *Une brigade d'ambassadeurs sur les réseaux sociaux pour aider les jeunes en souffrance*. <https://www.fondationdefrance.org/fr/cat-sante-des-jeunes/une-brigade-d-ambassadeurs-sur-les-reseaux-sociaux-pour-aider-les-jeunes-en-souffrance>

Fondation pour la Recherche Médicale. (s.d.). *Maladies psychiatriques*. <https://www.frm.org/maladies-psychiatriques#:~:text=Les%20maladies%20psychiatriques%20regroupent%20des,autres%20psycho ses%2C%20addictions...>

Kessler R. C., Avenevoli S., Ries Merikangas K. (2001). "Mood disorders in children and adolescents: An epidemiologic perspective". *Biol.Psychiatry*, vol. 49, no. 12, pp. 1002–1014, June. [https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/article/S0006-3223\(01\)01129-5/pdf](https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/article/S0006-3223(01)01129-5/pdf)

Minds lab. (2019, 29 novembre). *La santé mentale et ses déterminants – Aide-mémoire*. https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2020/02/facteurs_sante_mentale.pdf

Ministère de la culture. (2018). *Les jeunes et l'information : une étude du ministère de la Culture vient éclairer les comportements des jeunes en matière d'accès à l'information*. <https://www.culture.gouv.fr/Presse/Communiques-de-presse/Les-jeunes-et-l-information-une-etude-du-ministere-de-la-Culture-vient-eclairer-les-comportements-des-jeunes-en-matiere-d-acces-a-l-information>

Organisation Mondiale de la Santé. (1946). *Constitution de l'Organisation Mondiale de la Santé*. <https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/FR/constitution-fr.pdf?ua=1>

Organisation Mondiale de la Santé. (2021, 17 novembre). *Santé mentale des adolescents*. <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Promeneurs Du Net. (2018, 18 janvier). *A la rencontre des Promeneurs du Net*. <https://www.promeneursdunet.fr/projet>

PSSM France, Premiers Secours en Santé Mentale. (2022, 17 juin). *Être secouriste*. PSSM France. <https://pssmfrance.fr/etre-secouriste/>

Psycom. (2020). *Santé mentale et jeunes*. <https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2020/11/Sante-mentale-et-jeunes-2020.pdf>

Psycom. (2022). *La santé mentale des jeunes*. <https://www.psycom.org/comprendre/la-sante-mentale/la-sante-mentale-des-jeunes/>

Psycom. (2022, 26 avril). *La stigmatisation et les discriminations*. <https://www.psycom.org/comprendre/la-stigmatisation-et-les-discriminations/>

Richard, J. B. (2021). *Comportements de santé et inégalités sociales chez les 16–25 ans*. Cairn.info. <https://www.cairn.info/revue-cahiers-du-developpement-social-urbain-2014-1-page-11.htm?contenu=article>

Roza S. J., Hofstra M. B., Van der Ende J., Verhulst F. C. (2003). "Stable Prediction of Mood and Anxiety Disorders Based on Behavioral and Emotional Problems in Childhood: A 14-year Follow-up during Childhood, Adolescence, and Young Adulthood". *Am. J. Psychiatry*, vol. 160, no. 12, pp. 2116–2121, December. <https://ajp.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/appi.ajp.160.12.2116>

Santé Publique France. (2021, 8 octobre). *Santé mentale*. <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale>

Santé Publique France. (2022, 17 janvier). *Santé mentale des enfants et adolescents : un suivi renforcé et une prévention sur-mesure*. <https://www.santepubliquefrance.fr/les-actualites/2022/sante-mentale-des-enfants-et-adolescents-un-suivi-renforce-et-une-prevention-sur-mesure>

Unicef. (2021, 4 octobre). *Les effets néfastes de la COVID-19 sur la santé mentale des enfants et des jeunes ne seraient que la « partie émergée de l'iceberg »* - UNICEF. <https://www.unicef.org/fr/communiqu%C3%A9s-de-presse/les-effets-nefastes-de-la-covid-19-sur-la-sante-mentale-des-enfants-et-des-enfants-et-des-jeunes>

United Nations. (s.d.). *Jeunes | Nations Unies*. <https://www.un.org/fr/global-issues/youth>



CONSEIL DE DEVELOPPEMENT LE GRESIVAUDAN

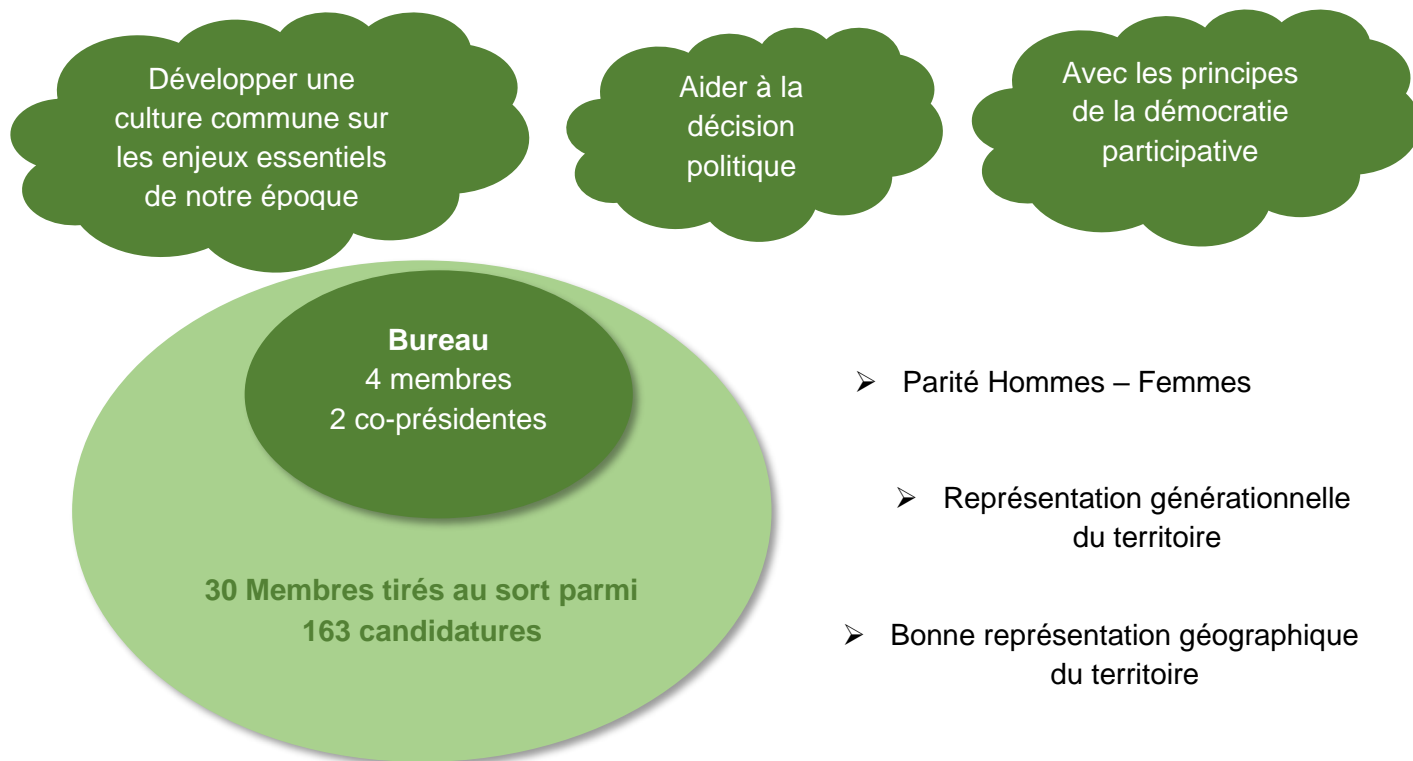
Rapport d'activité 2021-2022

(Etabli au 31/12/2022)

Conseil communautaire du 20 mars 2023

I. Introduction

Le Conseil de Développement



Suite à un appel à candidatures lancé à l'automne 2020, un nouveau Conseil de Développement a été constitué par tirage au sort en Février 2021 : 30 nouveaux membres élus pour 6 ans.

La mise en route de ce nouveau CD a nécessité des échanges réguliers entre les membres pour partager les principes de la démocratie participative (horizontalité, partage de la parole, bienveillance, engagement, ...). Les membres du CD ont pu bénéficier de l'accompagnement des membres du bureau de l'ancien CD ainsi que de la Coordination Nationale des Conseils de Développement (CNCD) (participation à des ateliers/formations sur les enjeux de la démocratie participative). Cela a entraîné le départ de certains membres qui n'étaient pas habitués à ce fonctionnement qui ne correspondait pas à leurs attentes.

La période Covid est également venue compliquer cette mise en route (difficulté de se voir, réunion en petits sous-groupes compliquant la prise de décision collective).

Un bureau désormais constitué de 4 membres s'est mis en place. Il est co-présidé par 2 présidentes. Un binôme de membres fait office de recours en cas de tensions ou de difficultés relationnelles. Jusqu'à présent, nous n'avons pas eu à l'activer.

Une chargée de mission a été recrutée et a pris ses fonctions le 20 Juillet 2022 pour un temps partiel de 14 heures hebdomadaires.

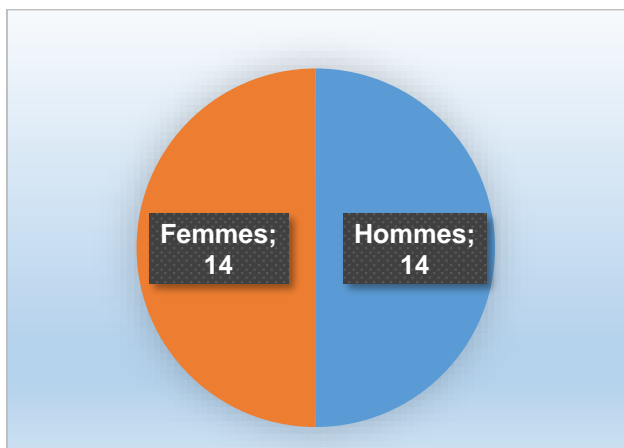
Les premiers groupes de travail ont débuté à l'automne 2021 sur la thématique Alimentation et Agriculture. L'arrivée des 2 saisines en février 2022 a permis de constituer de nouveaux groupes de travail autour des déchets et de la santé.

Renouvellement des membres :

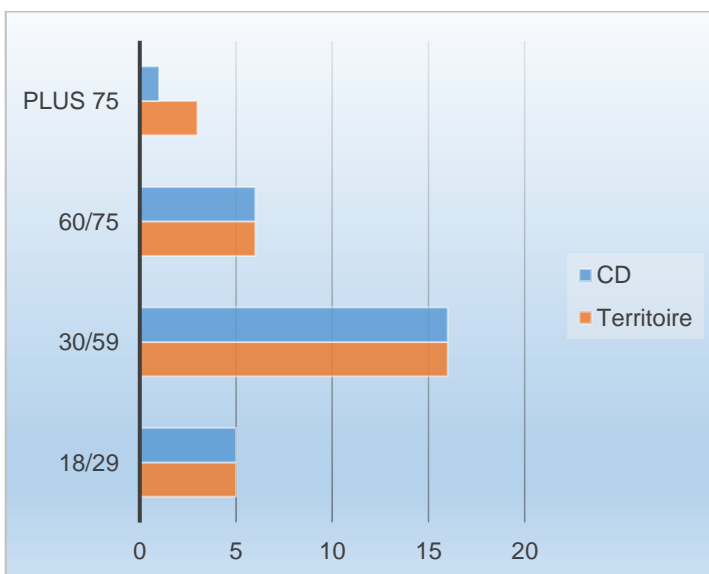
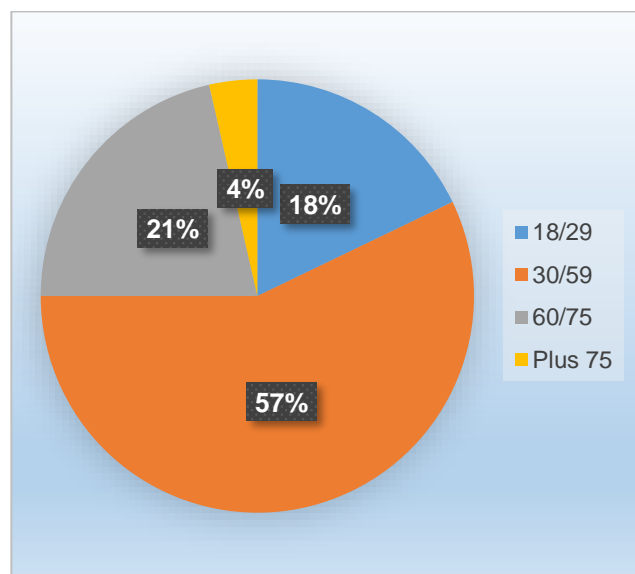
Chaque membre sortant est remplacé par une personne de la liste d'attente, en maintenant les critères de parité. La représentation générationnelle a été plus difficile à maintenir du fait du peu de candidats dans la tranche 18-29 ans. Un nouvel appel à candidatures a été fait pour cette tranche d'âge afin de nous permettre de renouveler plus facilement cette population qui est davantage « mobile » (départ pour des études, prises de postes, ...).

Situation à fin décembre 2022

Au 31/12/2022, 2 renouvellements de membres sont en cours. Le conseil est donc provisoirement constitué de 28 membres, avec une parité Hommes/Femmes respectée et une bonne représentation générationnelle.



Répartition générationnelle du CD



Répartition géographique au 31/12/2022



Cette répartition géographique des membres, qui vise à couvrir la plus grande partie du territoire, entraîne une richesse de points de vue mais complique également le fonctionnement de par les distances à parcourir par chacun pour se rendre disponible pour les réunions, groupes de travail, événements, ...

Budget

Le conseil de développement disposait d'un budget pour 2022 de 21 910 euros réparti comme suit :

Imputations	Détail imputations	Prévisionnel BP2022	Réalisé	Commentaires
6182	Documentation générale et technique	190,00 €		Achat de livres et de documents en lien avec les thématiques abordées par le CD
6185	Frais de colloques et séminaires	1 000,00 €		Participation à des conférences, manifestations, colloques
6226	Honoraires	16 000,00 €	8 129,00 €	Honoraires de conférenciers dans le cadre de l'organisation d'évènements + coût chargée de mission (en 2023 budget transféré sur lignes RH)
6257	Réception	2 000,00 €	280,00 €	Buffet dans le cadre d'évènements organisés par le CD
6281	Concours divers Cotisations	520,00 €	520,00 €	Coordination nationale des CD
6574	Subvention de fonctionnement - Réseau CD	2 310,00 €	2 200,00 €	Réseau des CD de la Grande Région Grenobloise
		21 910,00 €	11 129,00 €	

Moyens de communication

Le Conseil de Développement est doté d'une **page internet dédiée** sur le site de la Communauté de communes www.le-gresivaudan.fr/cd et d'un espace collaboratif sur la **plateforme Interstis**.

Une **gazette interne** au CD est envoyée tous les 2 mois, alimentée et mise en forme par la chargée de mission, sur la base des informations issues de l'actualité du CD ou fournies par chaque membre souhaitant partager de l'information sur des sujets divers et variés.

II. Activité 2022

Plénières

2 février 2022

14 participants

- Présentation des élus référents
- Tour de table des membres
- Élection des référents aux commissions de la Communauté de communes
- Recherche d'une chargée de mission

17 juin 2022

15 participants

- Point d'avancement des saisines Déchets et Santé
- Réseau des CD
- Communication auprès des élus référents
- Recherche d'une chargée de mission

19 septembre 2022

11 participants

- Présentation de la nouvelle Chargée de Mission
- Préparation de l'intervention sur la Biodiversité
- Point d'avancement des saisines Déchets et Santé
- Tour de table des membres

3 octobre 2022

6 participants

- Plénière extraordinaire pour validation des rendus de saisine

12 décembre 2022

13 participants

- Retours sur les événements récents (Saisines, Coordination Nationale des Conseils de Développement, Réseau des Conseils de Développement)
- Etat des lieux des groupes de travail (en cours ou à venir)
- Point sur notre fonctionnement
- Tour de table des membres

Commissions

Nous disposons de 2 places de référents dans les commissions thématiques de la Communauté de communes et 1 dans la commission des finances. La fréquence des réunions est différente en fonction des commissions. C'est l'occasion pour chaque référent de monter en compétences sur les sujets abordés et d'avoir une vision de ce qu'il se passe sur le territoire. C'est la possibilité aussi de participer aux ateliers et aux groupes de travail organisés par la Communauté de communes (notamment : agriculture, eau, santé, déchets, ...) qui permettent aux membres du CD d'être impliqués sur les actions concrètes de la communauté de communes et de mieux en comprendre les enjeux. Cela nous a permis également d'avoir une vision globale de la politique territoriale et de bien identifier la nécessité de la transversalité des thématiques, qui a été au cœur de notre réflexion tout au long de cette année, et notamment dans la

conduite des saisines qui nous ont été soumises (par exemple : lien fort entre déchets – environnement - santé).

Seul point dur à noter sur la commission « Déplacement et mobilités » : la Communauté de communes ayant transféré sa compétence « Mobilité » au SMMAG, nous n'avons pas été associés aux commissions sur cette thématique. Suite à notre demande, le SMMAG devrait nous convier aux commissions à partir de 2023.

Saisines

Réduction des déchets ménagers

Le CD a été sollicité par la Communauté de communes pour apporter un avis sur la mobilisation des habitants autour de la thématique du zéro-déchet : attentes des habitants et solutions pouvant être portées par la Communauté de communes.

Plusieurs réunions ont eu lieu, en sous-groupes, autour des thèmes :

- Gaspillage alimentaire
- Alternatives aux objets à usage unique / "zéro-plastique"



10 membres du CD



Adolescents
Consommateurs



Questionnaire / échanges avec les jeunes sur les alternatives aux objets en plastique à usage unique

Questionnaire Anti-Gaspi et Zéro-déchet à la sortie des supermarchés (public cible : familles et adultes)



Réponse rendue le 5/10/2022

Voir document en Annexe

Présentation en commission Déchets le 13/12/2022

Santé

Dans le cadre de l'élaboration du Plan Territoire de Santé du Grésivaudan, le CD a été sollicité par la Communauté de communes pour apporter un avis sur les éléments de bien-vivre et de mal-vivre sur le territoire.

Plusieurs réunions ont eu lieu, en sous-groupes, autour des thèmes :

- Bon déroulement du parcours de soins (devenu parcours de santé)
- Jeunes et santé mentale
- Santé et environnement

Nous avons pu échanger avec l'Observatoire Régional de Santé et accéder aux informations du Diagnostic Local de Santé qu'ils ont établi.



3 groupes de travail
10 membres du CD
1 personne de la société civile
1 stagiaire en master 2 en Santé Publique



Toute la population dans sa diversité
Jeunes de 15-24 ans



Retour d'expérience des parcours de santé
Étude qualitative sur la santé mentale des jeunes - Interviews des jeunes de 15-24 ans
Santé Environnement



Réponse rendue le 5/10/2022
Voir document en Annexe
Présentation en séminaire Santé le 29/11/2022

Autres groupes de travail

Eau : Un groupe de travail sur l'eau a été constitué pour échanger autour de la question « Comment amener les populations à consommer moins d'eau ? ».

Le CD était également représenté par un de ses membres pour le programme « LEADER » (Liaison Entre Action de Développement de l'Economie Rurale) de l'Espace Belledonne.

(<https://espacebelledonne.fr/leader/>)

Réseau des CD de la Grande Région Grenobloise

Le CD est membre du Réseau des Conseils de Développement de la Grande Région Grenobloise (Greg), lui permettant de travailler sur des thématiques communes aux 4 CD de l'agglomération grenobloise (Grenoble-Alpes Métropole, Pays Voironnais, Saint-Marcelin Vercors Isère Communauté, Le Grésivaudan).

La présidence du Réseau est actuellement assurée par la co-présidente du CD du Grésivaudan (fortement impliquée depuis le début dans le groupe de travail du PAiT). Les autres membres du bureau du Réseau sont issus des autres CD.

Des réunions mensuelles sont organisées entre les membres élus du Réseau (2 personnes par CD) et les chargés de mission de chaque CD.

Une première réunion de rencontre entre tous les membres des CD (160 membres sur les 4 CD) a eu lieu le 8 décembre 2022. Celle-ci a permis de découvrir le format et les projets de chacun et d'échanger sur les thématiques communes à explorer.

Les sujets en cours sont les suivants :

Projet Alimentaire interTerritorial (PAiT)



Le CD du Grésivaudan a porté la politique du Réseau en matière de transition alimentaire en s'investissant dans le Projet Alimentaire interTerritorial (PAiT)¹. Marion Hewlett (co-présidente du CD) et Françoise Bousson (personne ressource pour le CD) ont participé à tous les Comités de Pilotage, aux côtés des élus et représentants des autres partenaires du PAiT². Elles disposent d'une voix au même titre que les élus.

- Action SOLAGRO : cabinet mandaté pour l'accompagnement à l'élaboration d'une vision prospective de l'agriculture et de l'alimentation du PAiT à l'horizon 2050 :
 - 3 ateliers participatifs de Février à Mai 2022 pour définir une feuille de route : 21 lignes directrices, sur 4 thématiques (enjeux prioritaires, productions animales, productions végétales, assiette et consommation)
- Le Réseau est désormais seul représentant de la société civile dans la gouvernance du PAiT
- Réflexion en cours autour d'une expérimentation d'une Sécurité Sociale Alimentaire

Schéma de Cohérence Territorial (SCoT)



L'Établissement Public du SCoT de la grande région de Grenoble a été retenu par l'ADEME comme territoire test en Auvergne-Rhône-Alpes de la démarche TACCT (Trajectoire d'Adaptation au Changement Climatique des Territoires).

Dans ce cadre, les CD membres du Réseau ont été invités à participer à des ateliers territoriaux en mai 2022 desquels vont découler des actions d'adaptation au changement climatique repérées comme importantes pour le territoire au regard de la méthodologie déployée.

L'EPSCoT s'intéresse aux CD et au rôle qu'ils pourraient jouer dans ce dispositif qui doit évoluer courant 2023 pour s'adapter notamment à la loi Climat-Energie avec la mise en place progressive du Zéro Artificialisation Nette (ZAN).

Coordination Nationale des Conseils de Développement



Le CD est également membre de la Coordination Nationale des Conseils de Développement, dont la mission principale est de promouvoir la place des Conseils de Développement dans le paysage démocratique français et de faciliter le partage d'expérience des travaux des Conseils de développement.

A ce titre, un membre du CD suit régulièrement les travaux menés par la Coordination Nationale et notamment l'Observatoire Territorial et Citoyen, un outil prometteur pour faciliter l'accès et l'appropriation

¹ Les territoires couverts par le PAiT sont : Grenoble Alpes Métropole, Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté, la Communauté d'agglomération du Pays Voironnais, la Communauté de communes du Trièves, la Communauté de communes Le Grésivaudan, les parcs naturels régionaux du Vercors et de la Chartreuse, la ville de Grenoble et Espace Belledonne

² Les VP Agriculture de chaque territoire, la Chambre d'Agriculture de l'Isère et le Réseau des CD

des données locales. Dans ce cadre, 3 groupes de travail thématiques ont été constitués pour synthétiser et mettre à disposition les données récoltées : "Portrait de territoire", "Alimentation et agriculture" et "Eau".

C'est également une source de formation sur la démocratie participative et la possibilité de participer à des groupes de travail sur des enjeux pour lesquels nous pouvons avoir des ressources et des échanges.

La CNCD fait partie des organismes identifiés comme partie prenante de la démocratie participative par le Gouvernement. Nous avons été sollicités par la CNCD pour participer à des échanges autour de la démocratie participative où étaient présents le Conseil Economique, Social et Environnemental (CESE) et ses instances régionales (CESER).

III. En route pour 2023

Suite à nos rendus de saisine, nous allons poursuivre nos actions sur :

- la mise en place du Plan Territorial de Santé
- l'élaboration du Programme Local de Prévention des Déchets Ménagers Assimilés

(suivi des actions mises en place par la Communauté de communes et participation éventuelle sur certains points précis en accord avec nos recommandations).

Des réflexions en cours des différents groupes de travail pourraient aboutir à une auto-saisine.

D'autres saisines de la Communauté de communes sont également attendues en ce début d'année 2023, pour lesquelles nous devrons statuer dans quelle mesure le CD souhaite y répondre.

Pour le Réseau GReG, d'autres rencontres vont avoir lieu afin de définir une thématique commune sur laquelle les CD du Réseau vont pouvoir travailler conjointement pendant 2023.

Il nous faudra également définir quel rôle nous voulons jouer dans l'évolution de notre participation au SCoT.

Cette année 2022 nous a montré la voie à suivre pour l'année 2023. Nous affinerons la méthode pour nos prochains groupes de travail, de réflexion et d'action : propositions de rencontres en ciblant des publics les plus variés possible, présence dans différentes instances, dans le but de remonter les ressentis de la population et de valoriser le travail et l'investissement de la Communauté de communes et de ses chargés de mission.

Nous voulons participer à identifier une culture commune qui nous permettra d'affronter les transitions et de formuler nos points de vue avec force et pertinence. Nous concevons le CD comme un outil pour faire circuler d'autres points de vue d'habitants vers la Communauté de communes, et relayer les nombreuses initiatives de la Communauté de communes pour répondre aux urgences de notre époque.