

Journée réseau du Programme cantonal fribourgeois - Alimentation, activité physique, santé mentale

Grangeneuve, 17 novembre 2022

LA SANTÉ MENTALE
ÇA SE CULTIVE



Mots de bienvenue

Philippe Demierre

Conseiller d'Etat

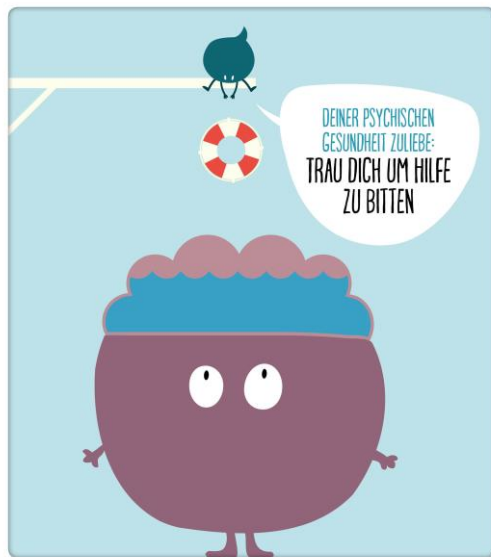
Directeur de la santé et des affaires sociales



SANTÉPSY.CH
TOUS CONCERNÉS

Prenez soin de vous au quotidien.
D'autres conseils sur santepsy.ch

UNE INITIATIVE DES CANTONS LATINS ET DE LA CORAASP, SUR MANDAT DE PROMOTION SANTÉ SUISSE



Psy-Gesundheit.ch
BETRIFFT UNS ALLE

Sprechen Sie mit anderen Menschen oder
Fachleuten, wenn Sie sich überfordert fühlen.
Weitere Ratschläge auf Psy-Gesundheit.ch

EINE INITIATIVE DER WESTSCHWEIZER KANTONE, DES TESSINS UND DER CORAASP IM AUFTRAG VON GESUNDHEITSFÖRDERUNG SCHWEIZ



SANTÉPSY.CH
TOUS CONCERNÉS

Cultivez votre créativité et faites des activités qui
vous plaisent. D'autres conseils sur santepsy.ch

UNE INITIATIVE DES CANTONS LATINS ET DE LA CORAASP, SUR MANDAT DE PROMOTION SANTÉ SUISSE

Journée Réseau- Netzwerk Tagung 2022

Les enjeux de la santé publique et le rôle du PAC

Die Herausforderungen der öffentlichen Gesundheit
und die Rolle des kantonalen Programms

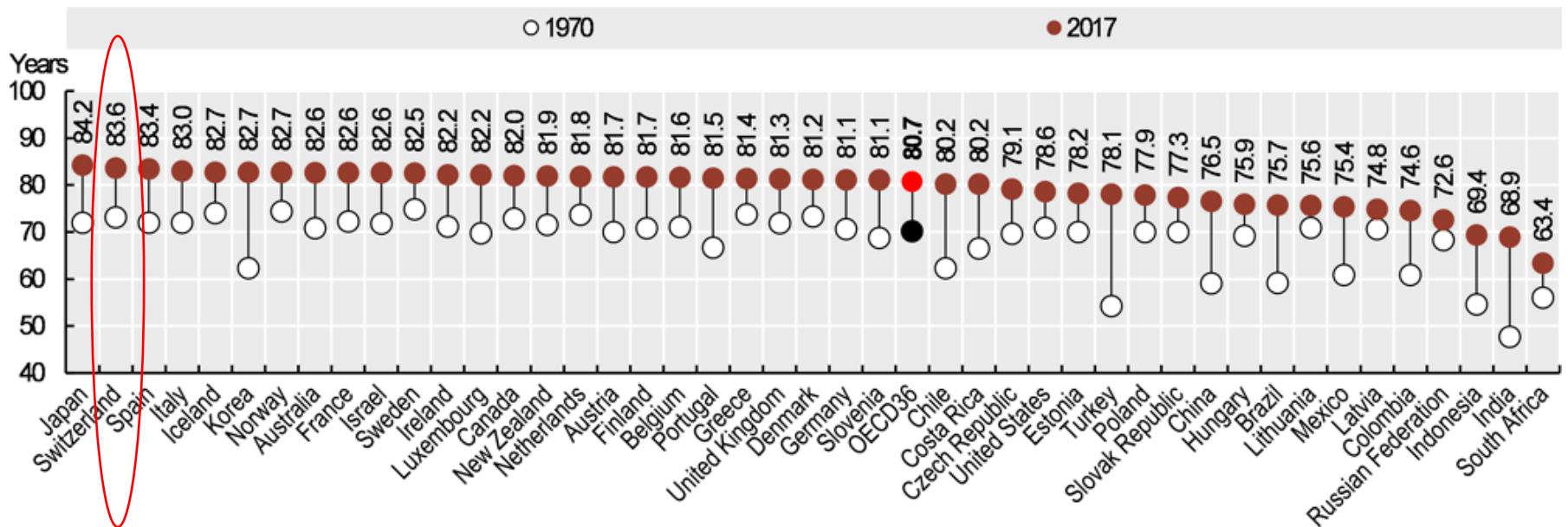
Dr méd. Claudine Mathieu Thiébaud, Cheffe de service Santé publique/Dienstscheffin



Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Démographie/Vieillessement/Altern

Evolution 1970- 2017

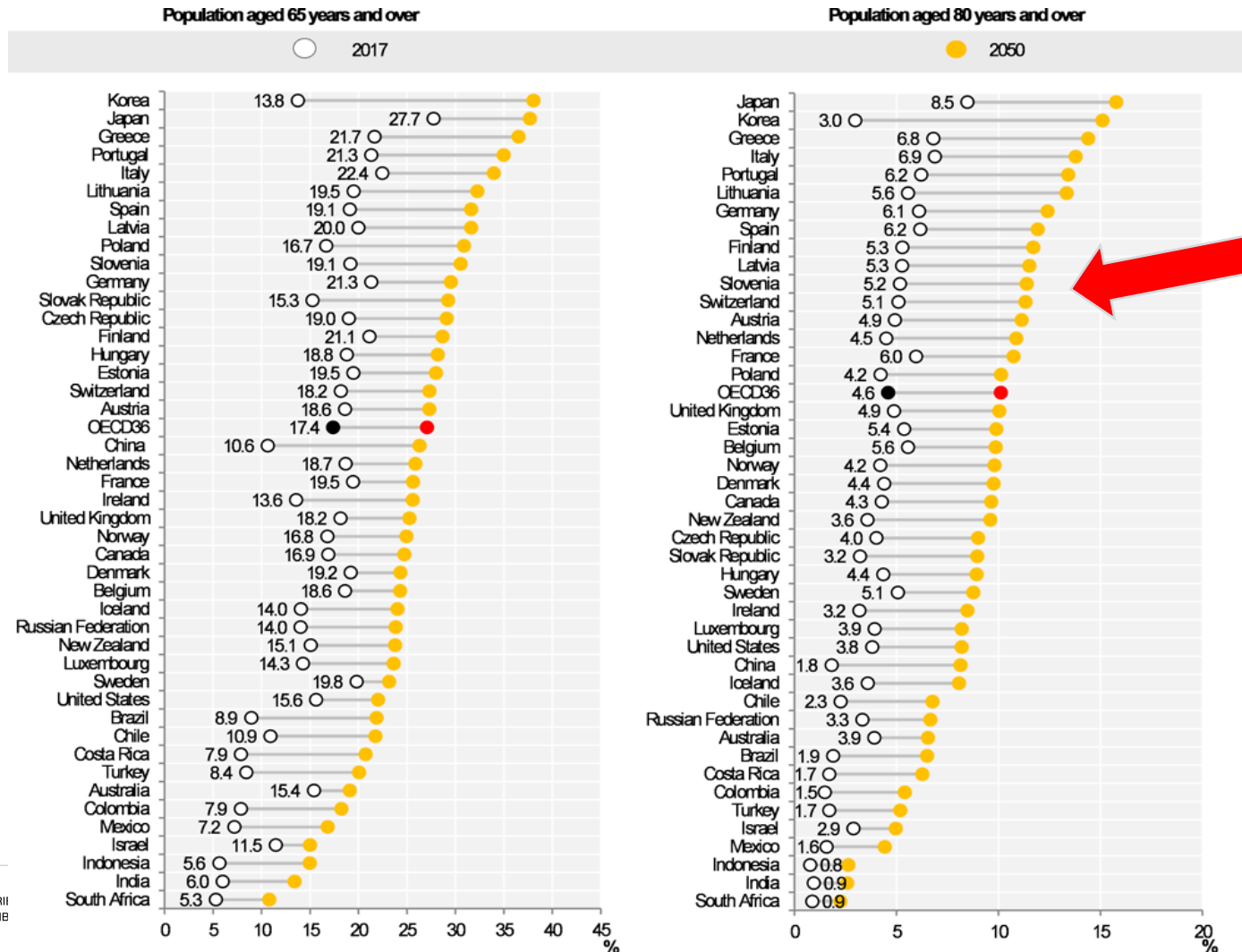


OCDE Health
2019

Faktoren die das Gesundheitssystem beeinflussen

DEMOGRAPHIE (> 80 Jahre alt)

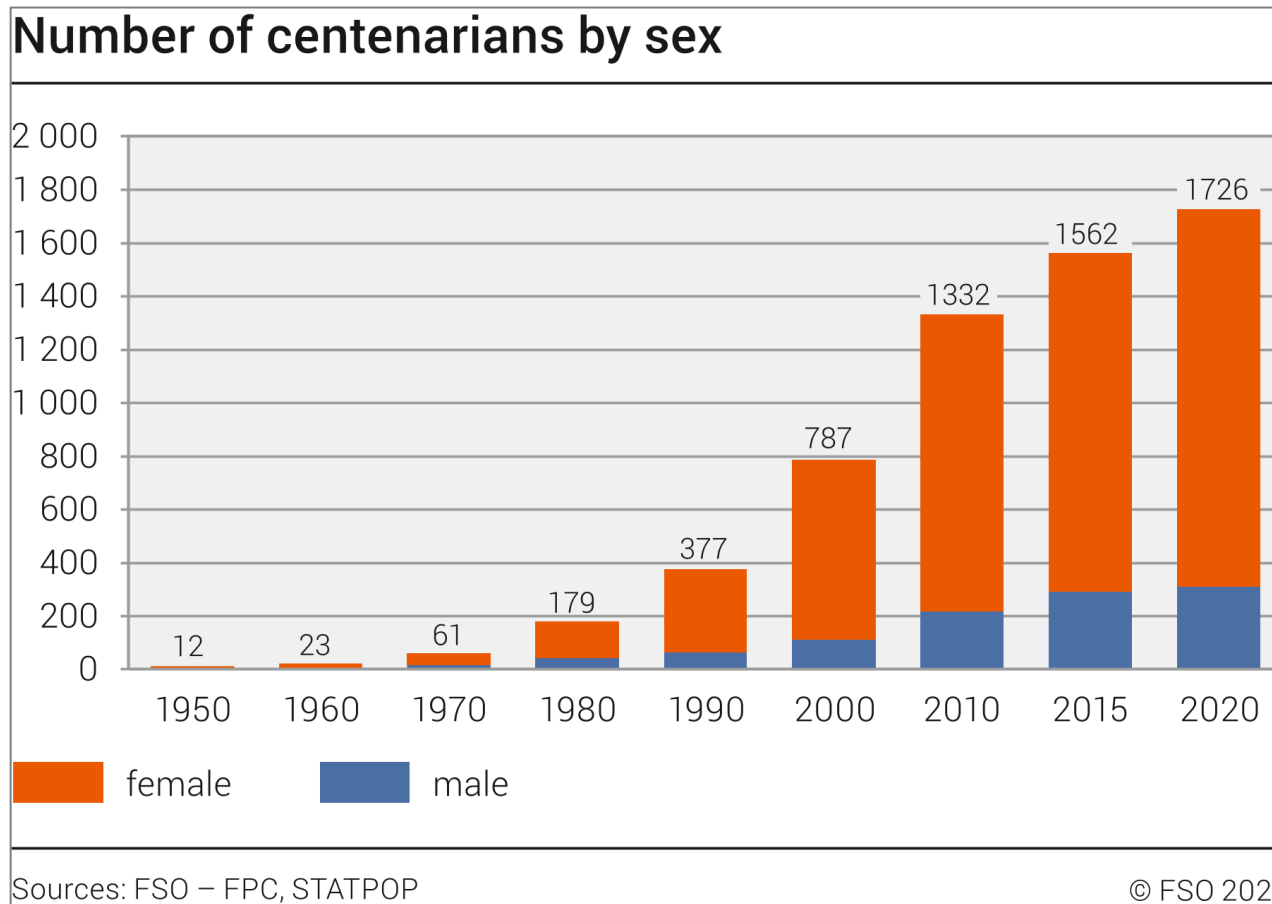
Evolution 2017- 2050



OCDE Health
2019

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Centenaires ! Die Hundertjährigen!



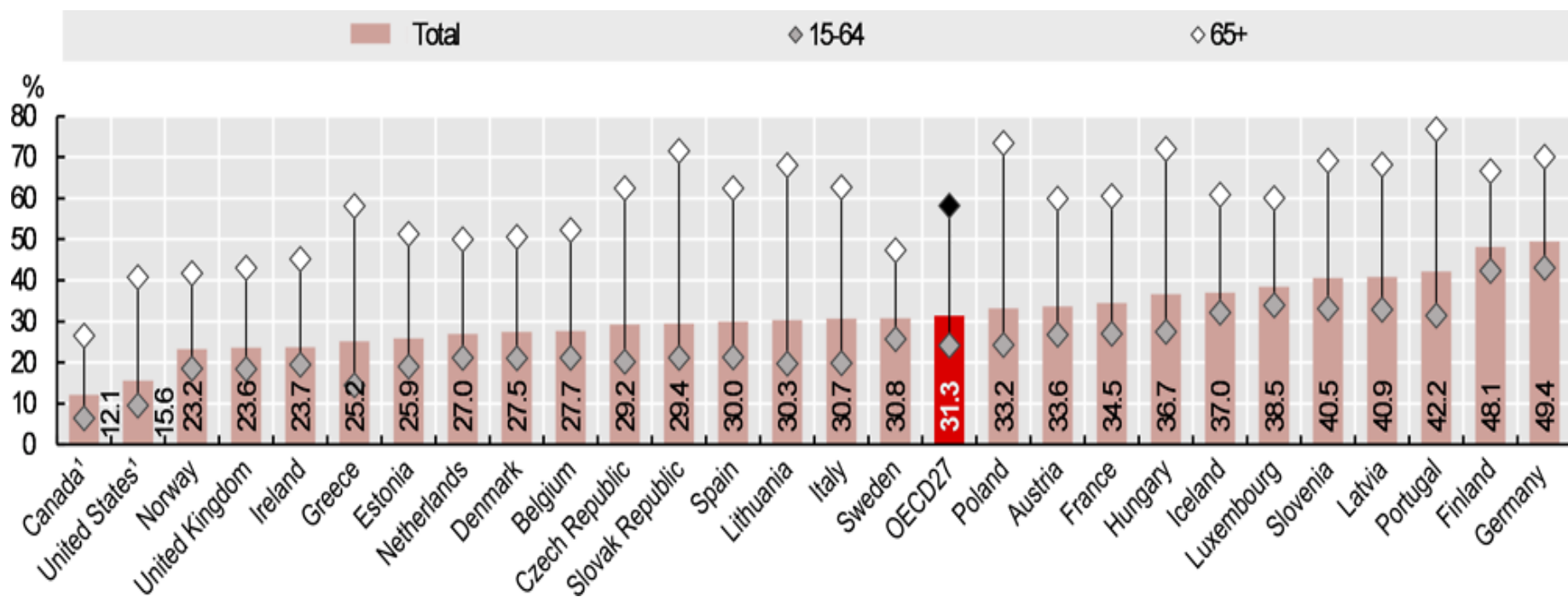
OFS

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Types de maladies/Krankheitsbilder

Personnes qui vivent avec deux ou plus de maladies chroniques

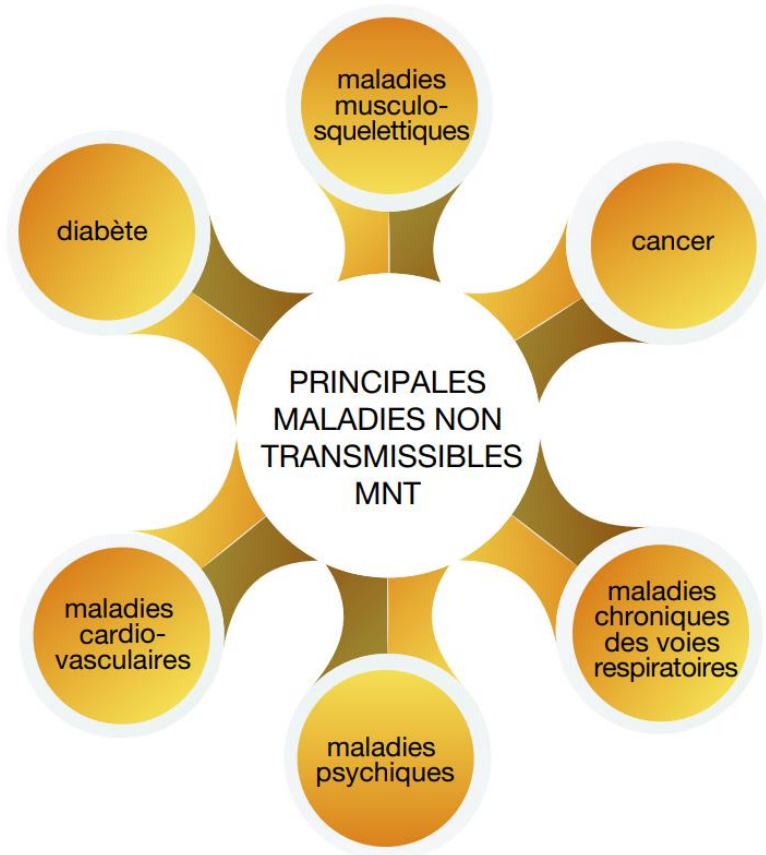
Personen mit zwei oder mehr chronischen Krankheiten



Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Types de maladies/Krankheitsbilder

Maladies non transmissibles- Nicht übertragbare Krankheiten

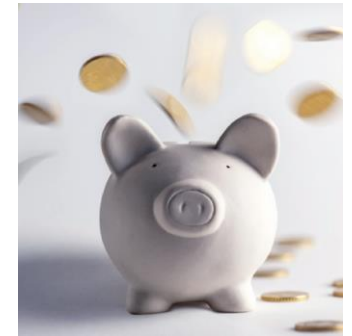


- > Plus de **2,2 millions** de personnes souffrent de maladies non transmissibles (MNT) en Suisse
- > Les MNT telles que les maladies cardiovasculaires, le diabète, le cancer et les affections chroniques des voies respiratoires sont responsables des décès prématurés (avant l'âge de 70 ans) chez plus de 50% des hommes et 60% des femmes.
- > Avec les maladies psychiques, les MNT représentent **90% de la charge de morbidité** en Suisse.

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Maladies non transmissibles- Nicht übertragbare Krankheiten

- > Les MNT et les maladies psychiques totalisent 80% des dépenses de santé.
- > Les coûts indirects (arrêts maladies, pertes de productivité) des MNT sont estimés entre 29 et 44 milliards



Face à l'augmentation des MNT, la **promotion de la santé et la prévention sont deux leviers** importants qui participent à diminuer la morbidité/mortalité et la maîtrise des coûts.

Gesundheitspromotion und –prävention tragen zur Reduktion der Morbidität und Mortalität der nicht übertragbaren Krankheiten.

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Focus sur des maladies où la promotion de la santé et la prévention joue un rôle clé

Fokus auf Krankheiten wo Promotion und Prävention eine wichtige Rolle spielen

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Diabète- Diabetes

DANS LE MONDE



1^{ÈRE}
PANDÉMIE DE
MALADIE NON-CONTAGIEUSE



TOUTES LES 6 SECONDES,
1 PERSONNE MEURT DU
DIABÈTE



International
Diabetes
Federation



Le diabète dans le monde

En 2019

463
millions

de personnes sont atteintes
de diabète dans le monde

Soit une augmentation de
74 millions en 2 ans !

En 2021

537
millions

International Diabetes
Federation

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Diabète- Diabetes

Conséquences:

- Maladies cardio-vasculaires, d'insuffisance rénale, d'infarctus du myocarde, d'accidents vasculaires cérébraux et d'amputation des membres inférieurs et de cécité.
- Ursache von Herzkreislauf Krankheiten, Niereninsuffizienz, Herzinfarkt, Schlaganfall, Amputationen, Erblindung.

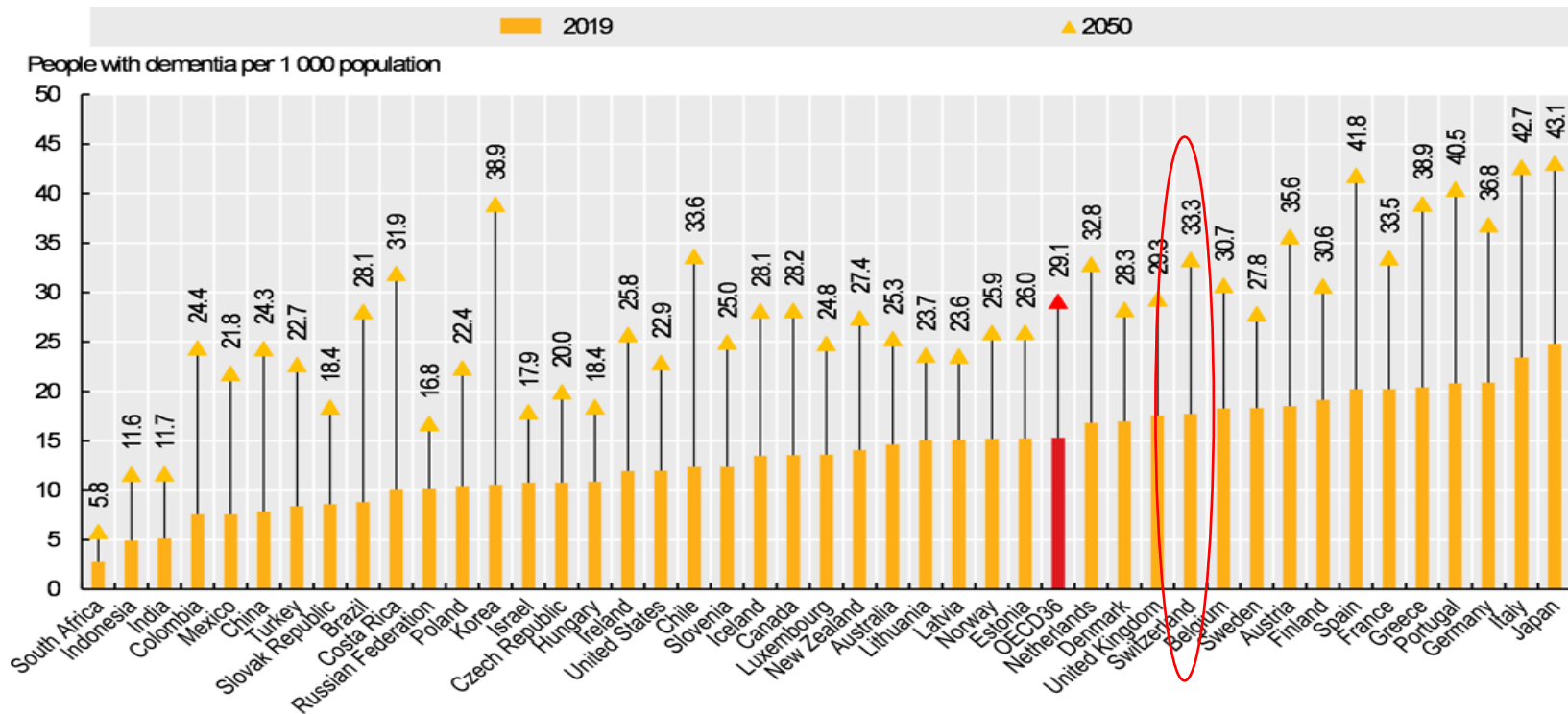
Rôle de la promotion de la santé et prévention:

- Avoir une alimentation saine, une activité physique régulière, un poids normal et éviter la consommation de tabac sont autant de moyens de prévenir ou de retarder l'apparition du diabète de type 2.
- Gesunde Ernährung, Bewegung, normales Gewicht, nicht rauchen helfen Diabetes zu verhindern oder zu verzögern

Faktoren die das Gesundheitssystem beeinflussen

Types de maladies/Krankheitsbilder

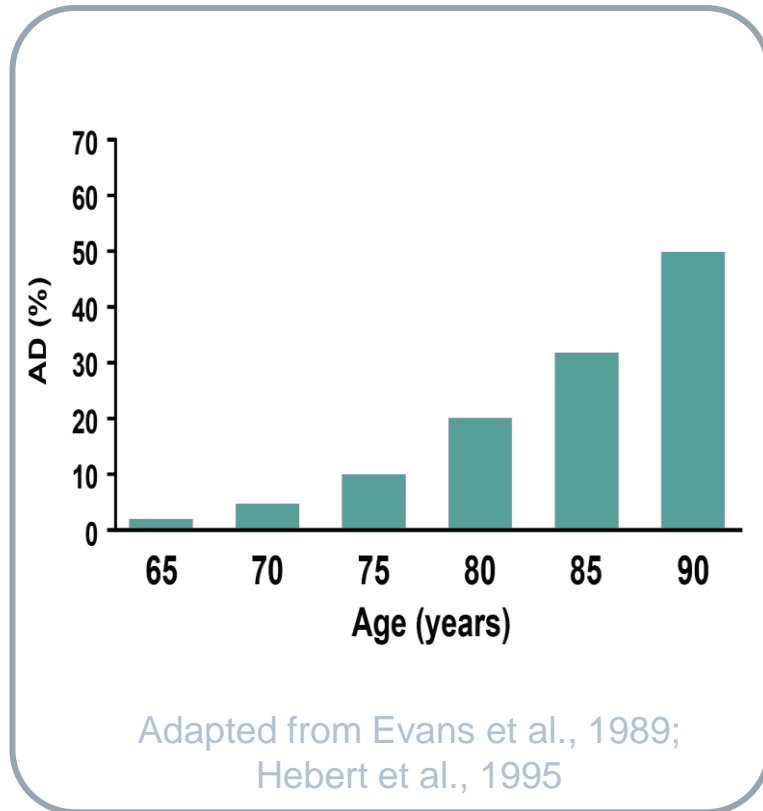
Prévalence de la démence, 2019 vs 2050



OECD analysis of data from the World Alzheimer Report 2015 and the United Nation , OCDE Health at glance 2019

Facteurs principaux qui influencent le système de santé

Types de maladies/Krankheitsbilder
Prévalence de la démence
Prävalenz der Demenz



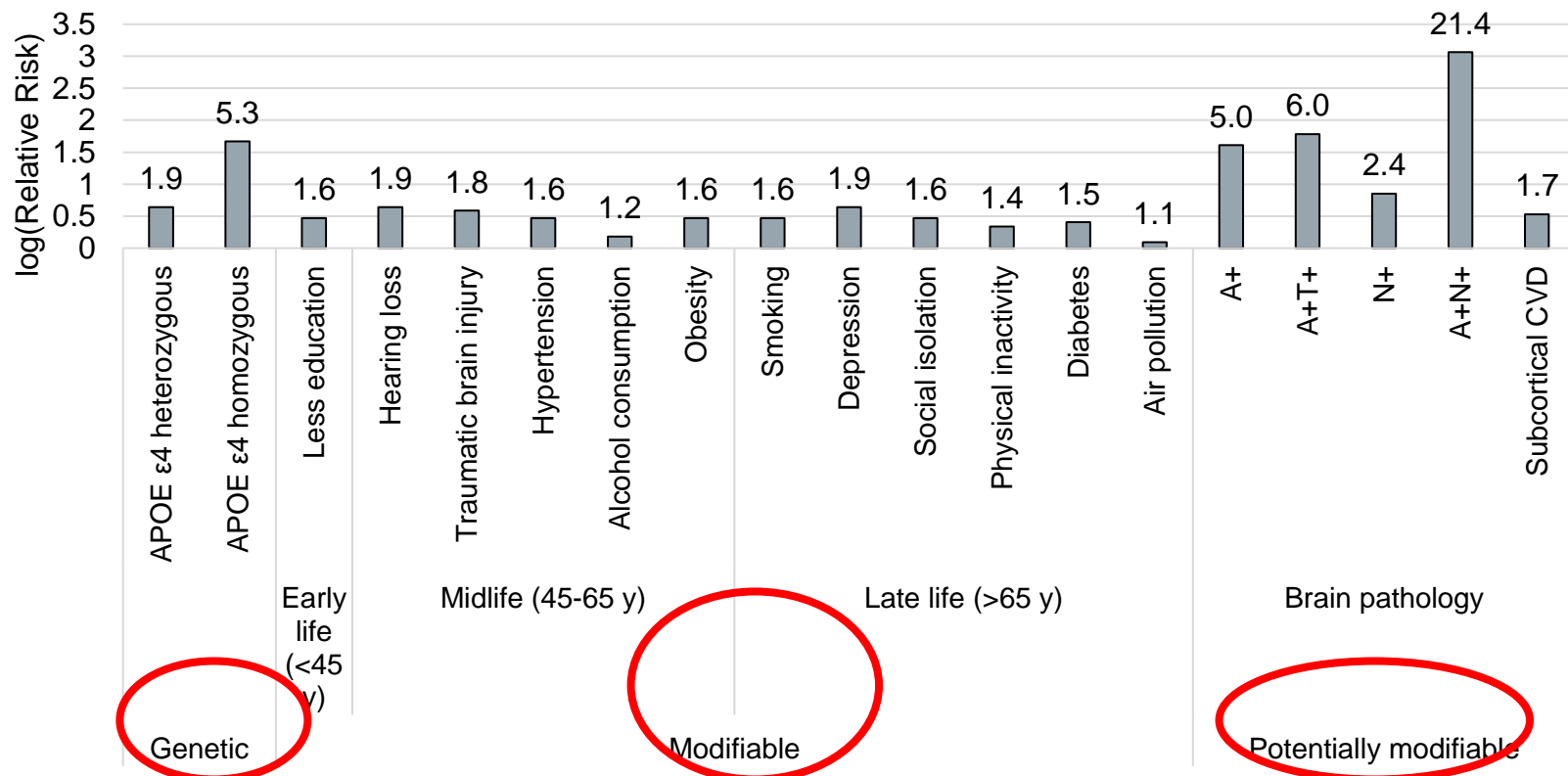
Prévalence de démence: règle générale

1%	60 ans
2%	65 ans
4%	70 ans
8%	75 ans
16%	80 ans
32%	85 ans
64%	90 ans

Facteurs principaux qui influencent le système de santé Démence: **Rôle de la promotion de la santé et prévention**

Les facteurs de risque sont bien connus: **Style de vie** et biologiques

Die Risikofaktoren sind bekannt: **Lifestyle** und biologische Faktoren



Beaucoup d'enjeux! Que faire?

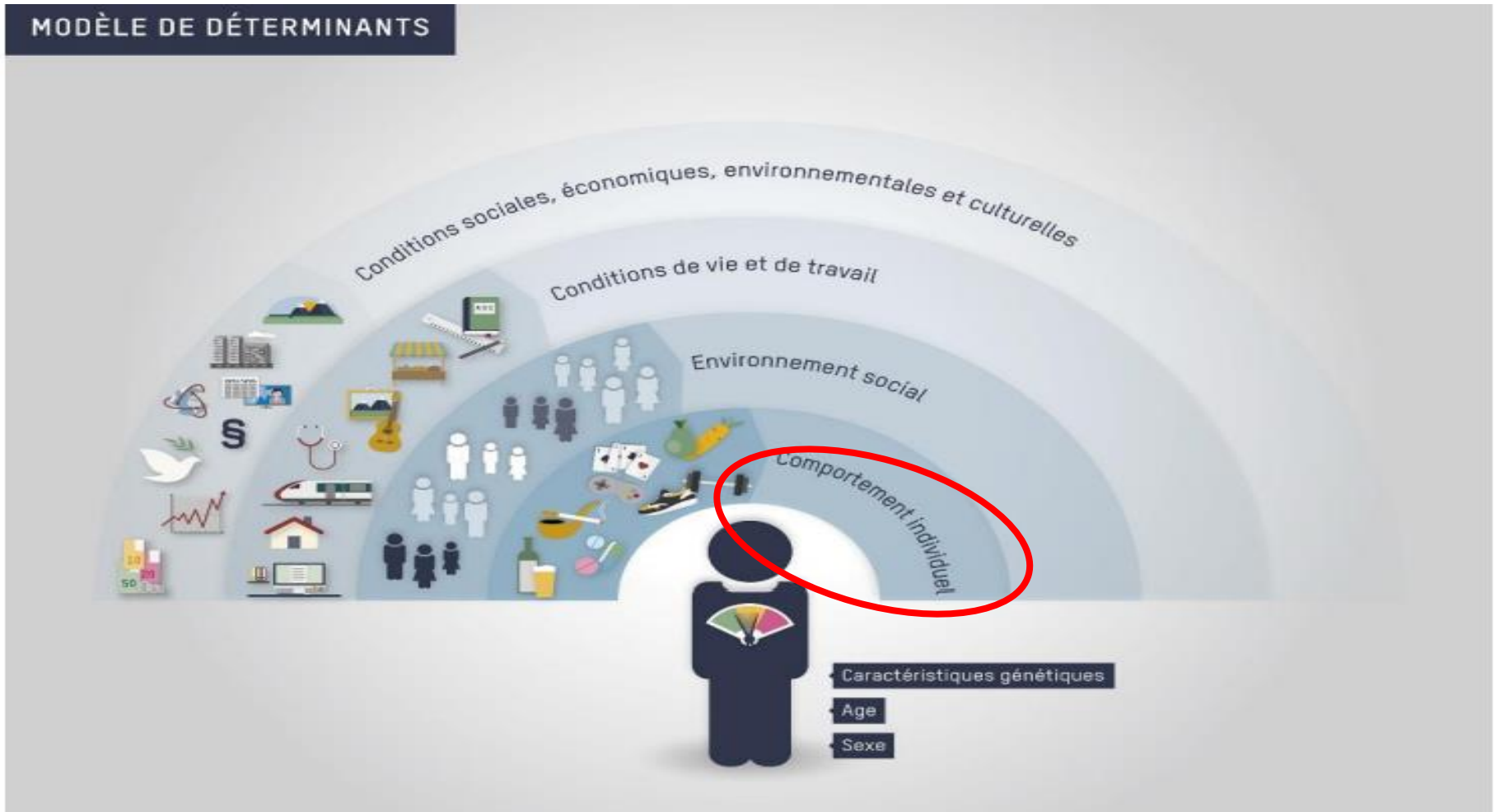
Viele Herausforderungen! Was nun?



Déterminants de la santé

Gesundheitsdeterminanten

MODÈLE DE DÉTERMINANTS



Facteurs de risques modifiables

Beeinflussbare Risikofaktoren

Modifiable Risk Factor

- A behavioral risk factor that **can** be reduced or controlled by intervention, thereby reducing the probability of disease.
- WHO has prioritized the following four:
 - Physical inactivity,
 - Tobacco use,
 - Alcohol use, and
 - Unhealthy diets (increased fat and sodium, with low fruit and vegetable intake).

http://www.who.int/nmh/events/2012/discussion_paper3.pdf

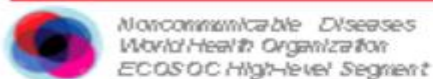
Facteurs de risque

Risikofaktoren

Common Risk Factors

Noncommunicable Diseases
4 Diseases, 4 Modifiable Shared Risk Factors

	Tobacco Use	Unhealthy diets	Physical Inactivity	Harmful Use of Alcohol
Cardio-vascular				
Diabetes				
Cancer				
Chronic Respiratory				



Effets d'une alimentation non équilibrée

Auswirkungen einer ungesunden Ernährung

Unhealthy Diet: Health Effects

- Coronary heart disease
- Stroke
- Cancer
- Type 2 diabetes
- Hypertension
- Diseases of the liver and gallbladder
- Obesity



Effets positifs d'une activité physique

Positiver Effekt der Bewegung

Physical Activity: Health Effects

Reduces:

- High blood pressure
- Adverse lipid profile
- Arthritis pain
- Psychiatric issues



Reduces risk of:

- Type 2 diabetes
- Certain cancers
- Heart attacks
- Stroke
- Falls
- Early death

<http://www.health.gov/paguidelines/factsheetprof.aspx>

Quel est l'état de santé de la population fribourgeoise?

Wie gesund ist die Freiburger Bevölkerung?



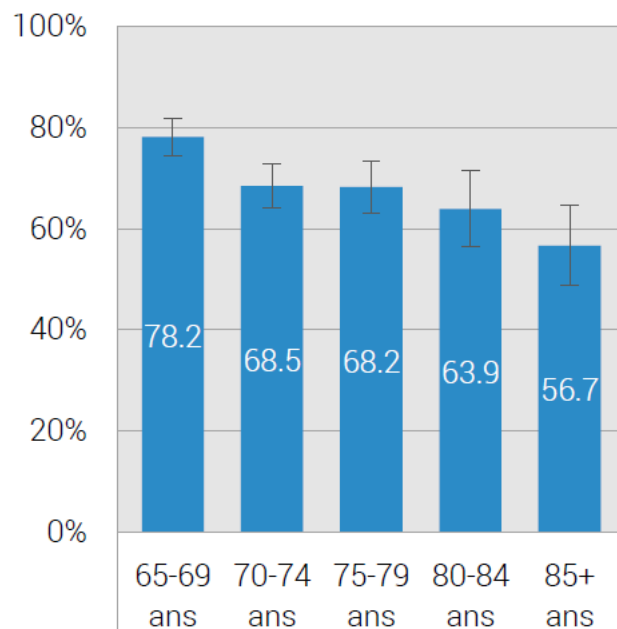
Sources: HBSC Fribourg

Faits et chiffres pour les senior-e-s

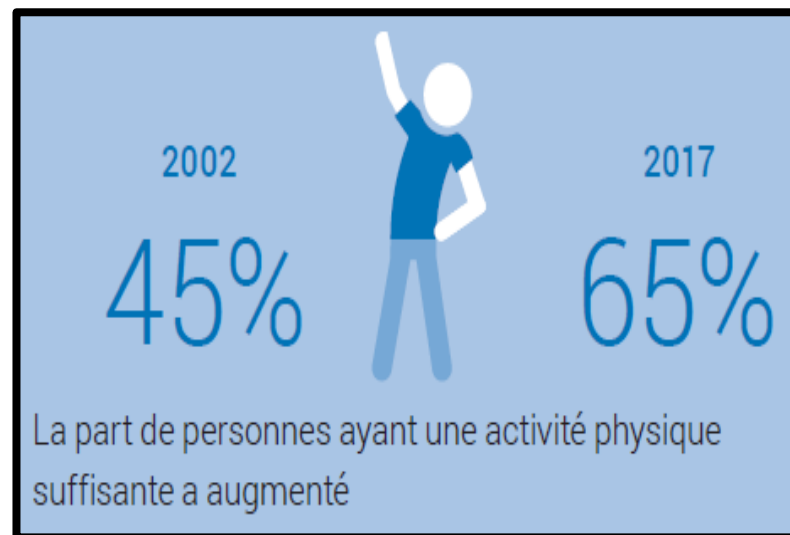
Fakten und Zahlen betreffend Senioren

OBSAN 2017 pour la Suisse latine

État de santé auto-évalué bon ou très bon, Suisse latine

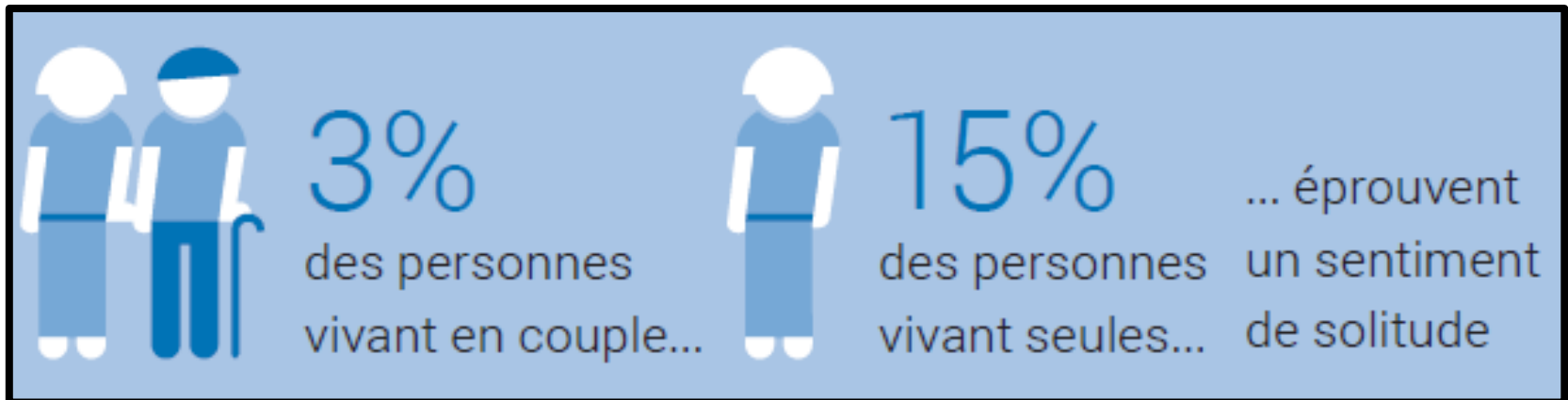


Source: la santé des 65 ans et plus en Suisse latine, OBSAN,2017



Faits et chiffres pour les senior-e-s

ESS 2017 pour la Suisse latine

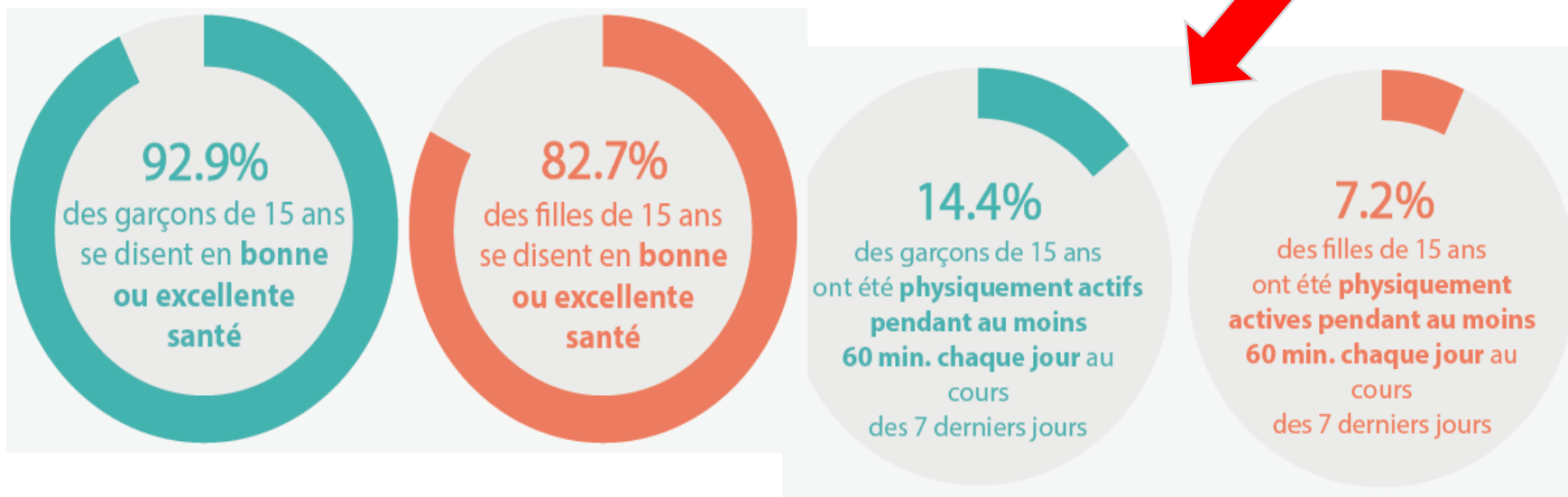


Source: la santé des 65 ans et plus en Suisse latine, OBSAN, 2017

Faits et chiffres concernant des enfants et adolescents

Fakten und Zahlen betreffend Kinder und Jugendliche

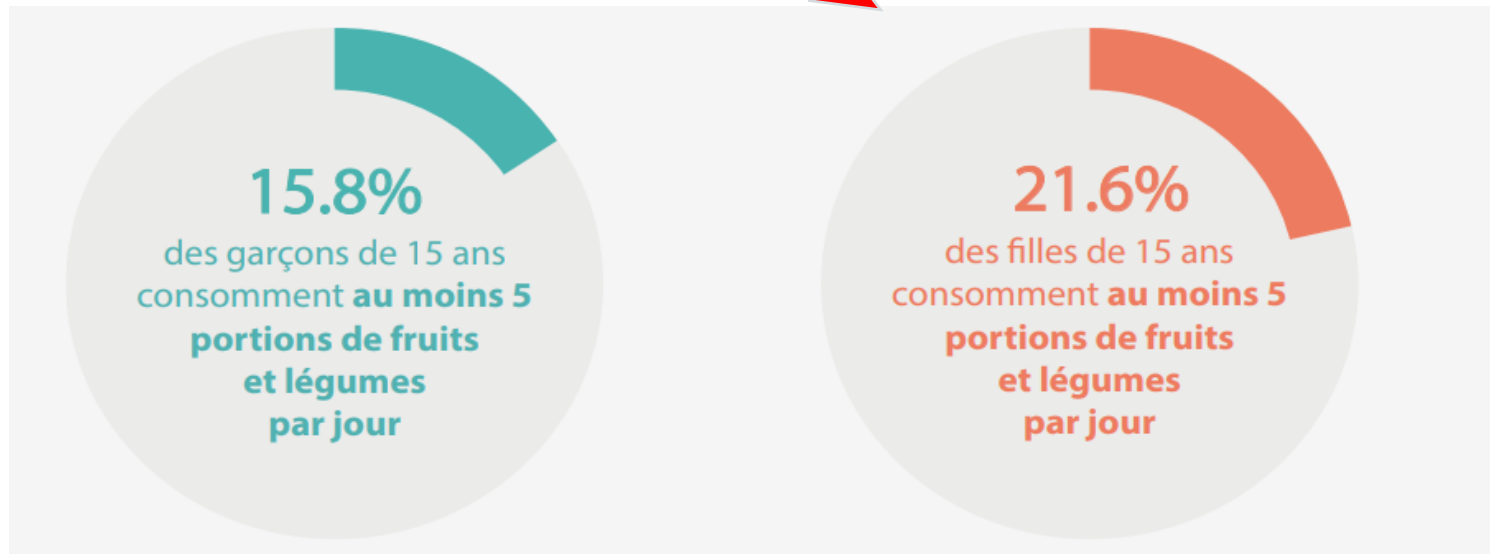
Etude HBSC 2018 pour le canton de Fribourg



Sources: HBSC Fribourg

Fakten und Zahlen betreffend Kinder und Jugendliche

Etude HBSC 2018 pour le canton de Fribourg

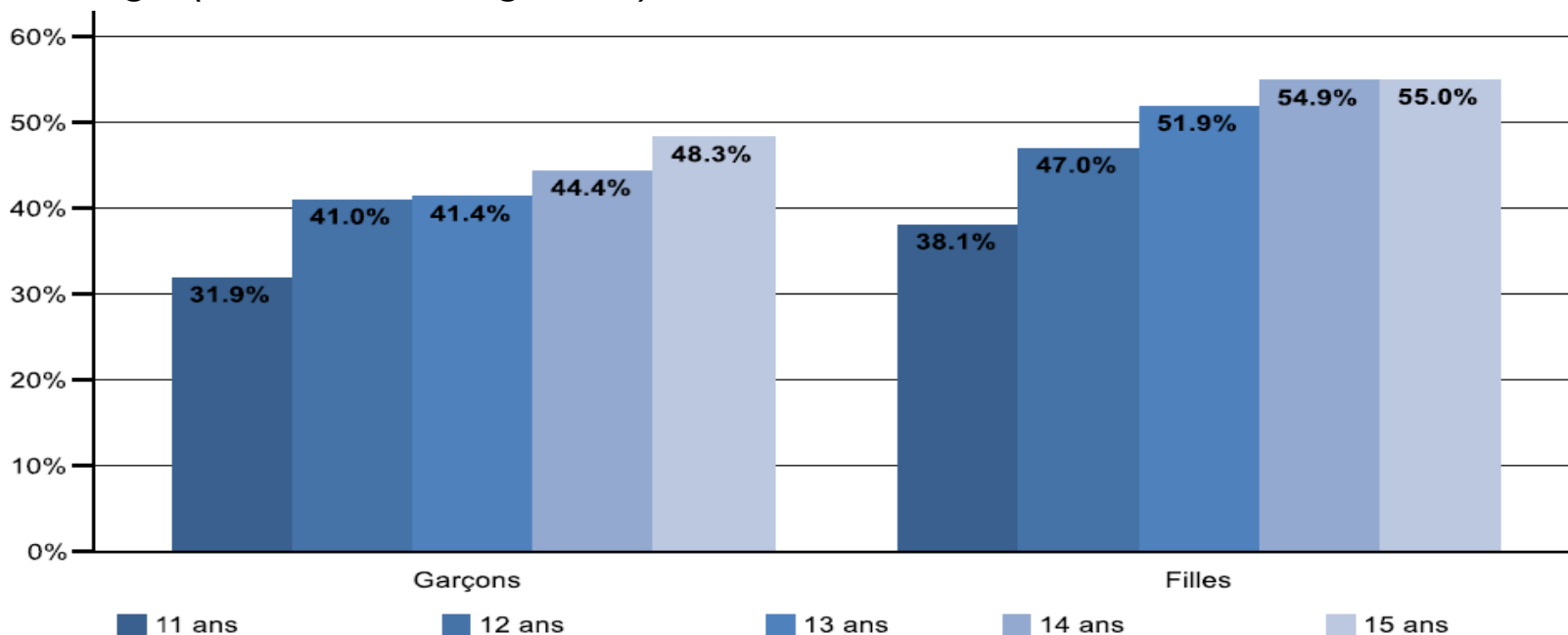


Sources: HBSC Fribourg

Faits et chiffres pour les enfants/jeunes

Etude HBSC 2018 pour le canton de Fribourg

*Proportion des élèves de 11 à 15 ans qui estiment **ne pas être à peu près du bon poids**, selon le sexe et l'âge (HBSC Fribourg 2018)*



Sources: HBSC Fribourg

Que faire?

La santé est la responsabilité de tous!

**Jeder ist verantwortlich für die
Gesundheit!**

La politique cantonale de la promotion de la santé et prévention

- > Une **Stratégie cantonale** de promotion de la santé et la prévention (Perspectives 2030) adoptée en mars 2017 par le Conseil d'Etat
- > Des **Programmes et concepts cantonaux** qui s'inscrivent en cohérence dans la Stratégie cantonale:
 - > Concept Santé à l'école 2017-2021
 - > Plan cantonal action alcool (PCAA) 2018-2021, prolongé jusqu'en 2023
 - > Programme cantonal tabac 2022-2025
 - > **Programme de promotion de la santé mentale 2019-2021**
 - > **Programme «Je mange bien, je bouge bien» 2018-2021**

Réunis dès 2022:
Programme cantonal fribourgeois alimentation, activité physique et santé mentale 2022-2025

Perspectives 2022-2025

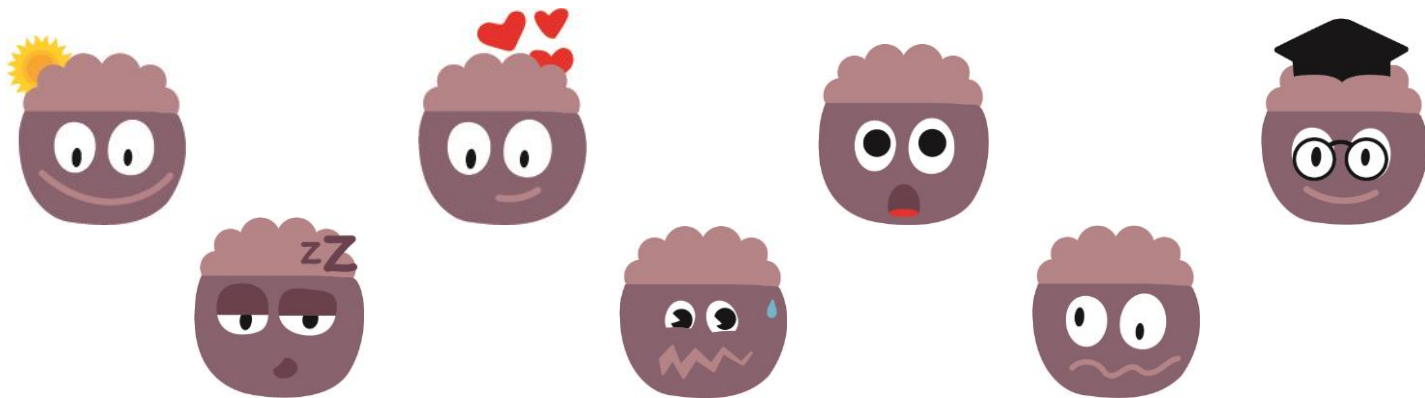
Renforcer les actions de promotion de la santé dans les domaines alimentation, activité physique et santé mentale

- > Réunir les thématiques pour renforcer **la cohérence et les synergies** entre les mesures et les projets
- > S'inscrire dans la continuité et consolider les mesures mises en œuvre jusqu'à présent
- > Renforcer l'atteinte de **certains groupes d'âge ou de publics cibles** difficilement atteignables
- > Poursuivre les collaborations avec les communes
- > Poursuivre les collaborations **intersectorielles**
- > Renforcer la communication

Le nouveau Programme cantonal fribourgeois - Alimentation, activité physique, santé mentale 2022-2025 : quoi de neuf ?

—
Fabienne Plancherel

Déléguée à la promotion de la santé et la prévention, cheffe de secteur
Service de la santé publique

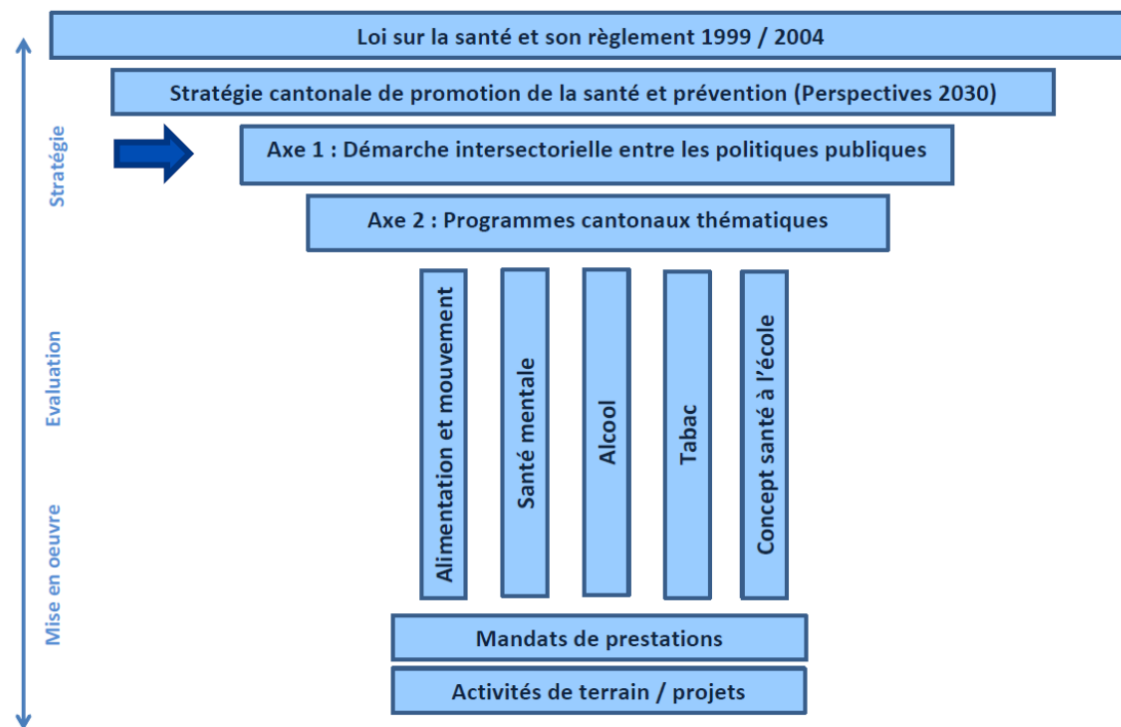


Promotion de la santé et prévention : priorités du canton

Deux axes stratégiques

Axe 1 : le renforcement de la démarche intersectorielle entre les politiques publiques

Axe 2 : la mise en œuvre des programmes d'action cantonaux thématiques



Programme cantonal fribourgeois - Alimentation, activité physique, santé mentale 2022-2025

Vision

En cohérence avec la stratégie de promotion de la santé et de prévention, le canton de Fribourg offre un **cadre de vie** favorable à la promotion de la santé physique et mentale de la population, au **renforcement des ressources personnelles** de chacun et de chacune ainsi qu'à l'adoption de **comportements bénéfiques** à la santé en matière de mouvement, d'activité physique, d'alimentation équilibrée et de santé mentale.

Public cible et partenaires

Le programme s'adresse aux **enfants**, aux **jeunes**, aux **senior-e-s** et aux personnes qui les entourent (parents, proches, professionnel-le-s).

Il favorise la collaboration de l'Etat de Fribourg **avec les partenaires** et entre ces derniers, valorise les actions existantes, visibilise et développe ses liens avec les différentes politiques publiques fribourgeoises.

Objectifs cantonaux (I)

1. **L'espace public** favorise la santé physique et mentale des enfants, des jeunes et des senior-e-s.
2. Les environnements **préscolaire, scolaire, extrascolaire** ainsi que les **offres et les infrastructures pour les senior-e-s** sont propices à la promotion d'une alimentation équilibrée, d'une activité physique régulière et à la santé mentale.



Objectifs cantonaux (II)

3. Les enfants, les jeunes, les senior-e-s et les personnes qui les entourent (parents, proches, professionnel-le-s) ont **facilement accès à des offres** qui répondent à leurs besoins, renforcent et visibilisent leurs ressources constitutives et leurs compétences personnelles.
4. **Les conditions-cadres organisationnelles et politiques dans le canton, les communes, ainsi que les milieux où vivent et évoluent les publics-cibles** favorisent une alimentation équilibrée, une activité physique régulière auprès des enfants, jeunes et senior-e-s et renforcent leurs ressources constitutives et leur intégration sociale.

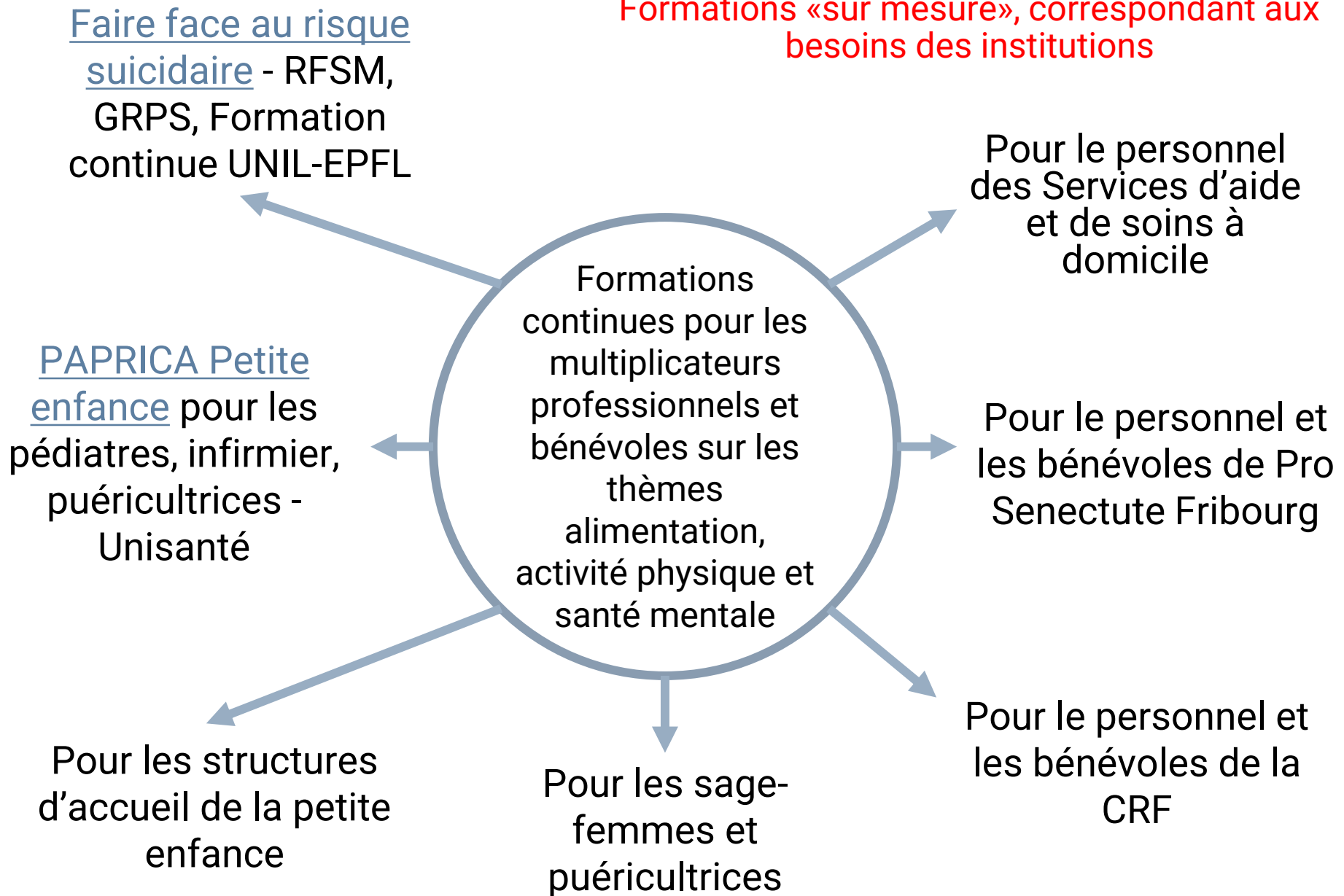


Objectifs cantonaux (II)

5. Les enfants, les jeunes, les senior-e-s et les personnes qui les entourent (parents, proches, professionnel-le-s) sont **sensibilisés à l'importance de la santé physique et mentale.**



Formations «sur mesure», correspondant aux besoins des institutions



Activités extrascolaires
ouvertes: FriTime et Pump
track mobile

Pedibus & Pedibus
intergénérationnel

«Les pieds, la tête,
l'assiette»  ligue fribourgeoise contre le cancer
krebsliga freiburg

Systeme de
veille pour les
seniors fragilisés
– SPS -
politique Senior+

Sport scolaire
facultatif

Mesures pour
les communes
et/ou
déployées
dans l'espace
public



Portefeuille d'actions
durables pour les
communes - DIME



Permanences sociales de
rue et expertise jeunesse

Plan Climat
cantonal – Projets
d'adaptation aux
fortes chaleurs

Couleur Jardin Croix-Rouge fribourgeoise
Freiburgisches Rotes Kreuz
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse 



Flours de Chantier : Promotion de l'image de soi dans les CAS et institutions spécialisées



Gouvernail - programme de prévention pour les institutions socio-éducatives



Toile de Vie: espaces de rencontres bas-seuil dans les quartiers

Mesures déployées dans les lieux communautaires et institutions

Santé mentale et migration



Ensemble



cirque toamême

Santé – Alimentation et mouvement (SAM)



Manger et bouger au rythme des 4 saisons de l'arbre



Senso5 – matériel didactique
pour les établissements
scolaires

Mesures
déployées dans
les écoles

Promotion du
bien-vivre
ensemble à
l'école «Les
Pacificateurs» -
Unité mobile
DFAC

Guide "bouger,
manger à l'école" -
www.guide-ecole.ch pour les
établissements
scolaires

Interventions
formatives aux
conséquences de
la maladie
psychique pour
les futur-e-s
professionnel-le-s



Fourchette verte – Ama terra



Formations continues
pour les structures
d'accueil de la petite
enfance

Mesures
déployées dans
les milieux
d'accueil extra
familial

Carambole -
activités pour les
crèches et les
accueils
extrascolaires

Croix-Rouge fribourgeoise
Freiburgisches Rotes Kreuz 
Association cantonale de la Croix-Rouge suisse

Education familiale et Co-
éducation des enfants de 0 à 7
ans



Soutien aux parents auteurs de violence

EX-pression

Soutien aux enfants
vivant avec un parent
atteint dans sa santé
mentale - Plateforme
proche RFSM

Prévention écrans pour
les 0-5 ans et leurs
parents



Mesures
s'adressant
directement aux
enfants/familles

Soutien lors
d'évènements critiques
de l'existence (Deuil,
maladie)



Soutien aux familles en
situation de séparation



Office familial Fribourg
Paar- und Familienberatung Freiburg

Groupe de parole pour
enfants victimes en lien
avec violence au sein du
couple parental - BEF

Programme "Bien manger à petit prix"



Fourchette verte senior@home



Repas accompagnés

Soutien aux proches aidants

www.manger-bouger-fr.ch

Conférences publiques



Tables d'hôtes pour seniors

DomiGym - bouger à domicile

Passeport

Découverte Activité physiques 65+

Equilibre-en-marche.ch

SantéPsy - promotion de la santé mentale dans les cantons latins



Mesures s'adressant directement aux seniors et/ou avec plusieurs publics cibles

PRO
SENECTUTE
PLUS FORTS ENSEMBLE

En 2021...

- **55** établissements labellisés Fourchette Verte – 4 296 places assises disponibles pour manger un menu Fourchette Verte
- **83** lignes Pedibus actives avec **699** enfants inscrits – **76** tonnes de CO2 épargnées en allant à pied à l'école
- **508** enseignant-e-s provenant de **48** établissements ont déployé la méthode Senso5 pour l'éducation nutritionnelle
- **4 800** élèves ont participé à des activités de sport scolaire facultatif durant l'année scolaire 2020/2021
- **13** centres d'animation ont mis en œuvre le projet Fleurs de chantier de REPER
- **34** lieux communautaires ont accueilli les 4 saisons de l'arbre
- **15** structures d'accueil et plus de **250** enfants ont bénéficié du projet Carambole de la Croix-Rouge fribourgeoise
- **35** tables d'hôtes de Pro Senectute étaient actives dans 29 communes différentes et animées par leurs **45** bénévoles

En 2021...

- **48** participants ont suivi les 3 formations «faire face au risque suicidaire» coanimées par le Groupement romand de prévention du suicide et le RFSM.
- **201** familles suivies en individuel par l'Association pour l'éducation familiale, **636** visites à domiciles, **152** ateliers et **503** permanences mobiles.
- **124** familles suivies dans le cadre du projet As'trame de l'Office familial.
- **43** permanences sociales de rue ont été effectuées à Attalens par REPER, permettant de créer un peu plus de **600** contacts significatifs avec des jeunes.
- **38** adolescent.e.s et jeunes adultes hébergés au foyer de Ste-Elisabeth et au foyer de Beauregard ont bénéficié de la prestation " Espace de Parole " dans le cadre du programme « Envole-moi ».
- **62** auteur-e-s de violence vivant avec des enfants ont suivi un accompagnement socio-thérapeutique auprès de l'association EX-expression.
- **5** établissements primaires représentant **554** élèves et **64** adultes, ont participé au projet des Pacificateurs.

Programme de la rencontre

14h45	Première série d'ateliers
15h30	Pause
16h05	Deuxième série d'ateliers
Dès 16h50	Echanges informels autour d'un apéritif coloré

Atelier 1	La promotion de la santé mentale chez les enfants jusqu'à 12 ans	Salle 14, rez-de-chaussée
Atelier 2	Du mouvement devant ma porte : présentation du projet FriActiv	Salle 5, rez-de-chaussée
Atelier 3	Le défi de l'intergénérationnel !	Salle 224, 2 ^{ème} étage
Atelier 4	Prévenir les violences en contexte scolaire et agir sur le climat d'école	Salle 201, 2 ^{ème} étage

MERCI POUR VOTRE ATTENTION !