



Santé mentale en Normandie : aux actes !

Synthèse de l'étude
Octobre 2025



CONTEXTE & ENJEUX

Les données sont sans appel en Normandie : toutes (ou presque) rendent compte d'une situation particulièrement dégradée dans le champ de la santé mentale, tant du côté de la population que de l'offre pour y répondre.

Derrière les chiffres et les indicateurs froids, ce sont autant de vies bouleversées, de familles en détresse, de professionnels épuisés.

Pour mieux comprendre la situation, les causes et les enjeux, le CESER Normandie a tenu à rencontrer et donner la parole à une **soixantaine d'acteurs concernés** et impactés par la question entre avril 2024 et juin 2025 : professionnels de santé, acteurs publics et associatifs, usagers...

Le CESER a eu à cœur de formuler ses recommandations **directement à partir des témoignages des premiers concernés** : professionnels et bénéficiaires, à même de dresser des constats partagés et de proposer des solutions concrètes.

Les restitutions des auditions et rencontres ont donc pleinement nourri l'avis qui a été rendu et sont par ailleurs accessibles, dans leur intégralité, au sein du rapport.

Ne pouvant prétendre à l'exhaustivité, le CESER a souhaité porter un éclairage particulier sur la **santé mentale des moins de 30 ans** (sans être toutefois exclusif) de même que sur un certain nombre de questions ayant partie liée avec la santé mentale : univers professionnel, milieu carcéral, addictions, modes d'accompagnement et de soin récents comme la pair-aidance et la réhabilitation psychosociale...

Ainsi, l'heure n'est plus aux constats mais à la **recherche de solutions et à l'action**, d'où la proposition d'un programme de mesures autour de 4 axes prioritaires :

PRÉVENIR – ACCOMPAGNER – FORMER – RÉFORMER/INNOVER

DES INDICATEURS ALARMANTS

La Normandie présente des indicateurs de santé mentale parmi les plus alarmants de France, parmi lesquels figurent :

- Le deuxième taux de mortalité par suicide en France métropolitaine (18,1 décès pour 100 000 habitants) et la première cause de décès en Normandie chez les hommes de 15 à 34 ans, devant les accidents de la route
- Une surconsommation de psychotropes et une prévalence d'addictions supérieure à la moyenne nationale
- La santé mentale est le premier motif d'admission en affection de longue durée chez les moins de 30 ans
- Une démographie médicale nettement inférieure à la moyenne nationale, et particulièrement dégradée en pédopsychiatrie

PRÉCONISATIONS DU CESER

PRÉVENIR

SENSIBILISER POUR ANTICIPER

"La réalité est catastrophique. On est en train de fabriquer des enfants à haut risque de problèmes."

Prévenir, c'est agir dès le plus jeune âge, changer les regards sur la santé mentale et renforcer les moyens pour éviter que les difficultés ne deviennent des souffrances.



Détecter et accompagner dès l'enfance

Former les professionnels de l'Éducation nationale qui se trouvent régulièrement face à des enfants en difficulté.

Renforcer les moyens humains et matériels dans les établissements scolaires en augmentant, entre autres, le nombre d'accompagnants des élèves en situation de handicap.

Mieux accompagner les jeunes grâce à des services de santé adaptés, des professionnels mieux formés et des structures pleinement adaptées comme les Maisons des Adolescents.



Déstigmatiser la maladie mentale

Encourager la parole et la participation des personnes aux décisions qui les concernent.

Multiplier les campagnes de sensibilisation et les événements pour déconstruire les idées reçues et changer le regard sur le handicap psychique.



Valoriser la prévention pour tous

Faire connaître les dispositifs existants aux niveaux national, régional, local auprès des professionnels (enseignants, services publics...), tels que les associations dédiées à la prévention du suicide, les lignes d'écoute téléphonique comme le 3114, numéro d'urgence national contre le suicide.

Promouvoir les Premiers Secours en Santé Mentale dès le collège (à l'instar de l'enseignement obligatoire des règles de sécurité routière) et développer des actions de sensibilisation et de communication auprès du grand public, des jeunes et des parents, autour des addictions, du suicide, des troubles psychiques...

Renforcer l'éducation à la vie affective, relationnelle et sexuelle, à l'école et dans les lieux accueillant ces publics, afin de favoriser l'émancipation des jeunes et de prévenir les violences sexuelles et sexistes.

Soutenir l'engagement des jeunes dans des activités artistiques, sportives ou environnementales en leur faisant connaître, par exemple, les possibilités d'engagement en faveur de la protection de l'environnement.

Agir en entreprise contre les risques psychosociaux, en les évaluant et en les intégrant dans une démarche globale de prévention des risques professionnels ; mieux repérer les situations de crise, notamment suicidaires, afin d'y répondre plus efficacement.



ACCOMPAGNER

POUR UNE PRISE EN CHARGE PRÉCOCE, CONTINUE, HUMAINE ET AVEC DES MOYENS DÉDIÉS

"Quelle tarification pour un kleenex tendu à une personne qui pleure et que l'on écoute exprimer sa détresse ?"

Accompagner, c'est refuser les parcours fragmentés, les réponses standardisées et les inégalités d'accès aux soins. C'est avant tout faire le choix d'une approche humaine et territorialisée.

- ✓ **Réorganiser les soins** : il est crucial de reconnaître la complexité des soins en santé mentale, en valorisant les temps relationnels et en diversifiant l'offre (équipes mobiles, soins-études, hospitalisation de jour pour adolescents...). L'objectif est de renforcer l'accessibilité, l'autonomie des patients et la qualité du maillage territorial.
- ✓ **Encourager l'aller-vers** : en déployant différents types d'équipes mobiles dans chaque secteur de psychiatrie afin d'apporter une réponse concrète aux besoins des territoires ruraux et des publics en rupture avec le système de soins.
- ✓ **Fédérer les acteurs du territoire** : une meilleure coordination passe par des espaces de dialogue, une stratégie territoriale co-construite et un soutien renforcé aux services d'aide à domicile, avec des moyens pérennes.
- ✓ **Valoriser l'aidance et la pair-aidance** : les usagers, leurs proches et les pairs-aidants doivent être pleinement reconnus. Cela implique de soutenir les associations, de développer les Groupes d'entraide mutuelle (y compris itinérants et pour les jeunes) et de créer des espaces de parole.
- ✓ **Ne pas oublier le milieu carcéral** : il est indispensable d'améliorer la coopération entre justice et psychiatrie, de renforcer les unités spécialisées (notamment pour les adolescents) et de soutenir les dispositifs de réhabilitation psychosociale.



FORMER

VERS UNE CULTURE RENOUVELÉE DE LA PSYCHIATRIE ET DU SOIN

"Je pense que quelque chose de notre histoire, de notre pratique infirmière en psychiatrie s'est perdu."

Face à la crise d'attractivité des métiers du soin et aux besoins croissants en santé mentale, il est urgent de repenser la formation et les conditions d'exercice des professionnels. Former, c'est bâtir les fondations d'un système de santé mentale plus humain, plus efficace et plus durable. C'est reconnaître que les professionnels sont au cœur de la transformation attendue et leur donner les moyens d'agir, afin de garantir une prise en charge digne, cohérente et accessible.

- ✓ **Adapter et renforcer la formation**
La formation initiale et continue doit être repensée pour mieux répondre aux réalités du terrain.
[Offrir une formation humaniste des psychiatres dès l'internat](#), avec un fléchage affirmé vers la filière santé mentale.
[Déployer la formation continue pour tous les professionnels du soin](#) (infirmier·es, psychologues, éducateur·ices, etc.) pour répondre aux différents besoins.
[Créer des postes supplémentaires de Professeur des Universités-Praticiens Hospitaliers](#), notamment en pédopsychiatrie et en addictologie, et accorder les mêmes droits aux praticiens à diplôme hors Union européenne.
- ✓ **Redonner du sens et de l'attractivité aux métiers du soin**
[Rendre la filière plus attractive](#), notamment en pédopsychiatrie, via des incitations financières et statutaires afin d'attirer et retenir les professionnels du secteur public qui portent actuellement l'essentiel (80 %) de la file active des personnes en demande de soins.
[Recentrer les professionnels sur leur cœur de métier : le soin](#). Cela passe par un renforcement des fonctions support (secrétariat, assistance médicale).



RÉFORMER /INNOVER

RÉFORMER LES PRATIQUES DU SOIN

"En psychiatrie, tout le monde est soignant y compris le jardinier"

Réformer, c'est dépasser les logiques gestionnaires pour bâtir un système fondé sur l'éthique, la qualité et la richesse des pratiques. Innover, c'est faire de la santé mentale un champ d'innovation sociale et culturelle.



Pour une politique publique renouvelée : revenir aux fondamentaux en pensant les organisations sanitaires et médico-sociales à partir des besoins des usagers – et non des contraintes administratives – et en réaffirmant la politique de secteur et la psychothérapie institutionnelle.



Garantir l'éthique des pratiques de soins et d'accompagnement en s'appuyant sur l'Espace de réflexion éthique de Normandie et mettre en place une instance interne de réflexion éthique au sein des établissements.



Agir sur les organisations du travail en redonnant du sens au travail en privilégiant la pertinence et la capacité d'innovation de chacun, plutôt que des indicateurs quantifiables de performance.

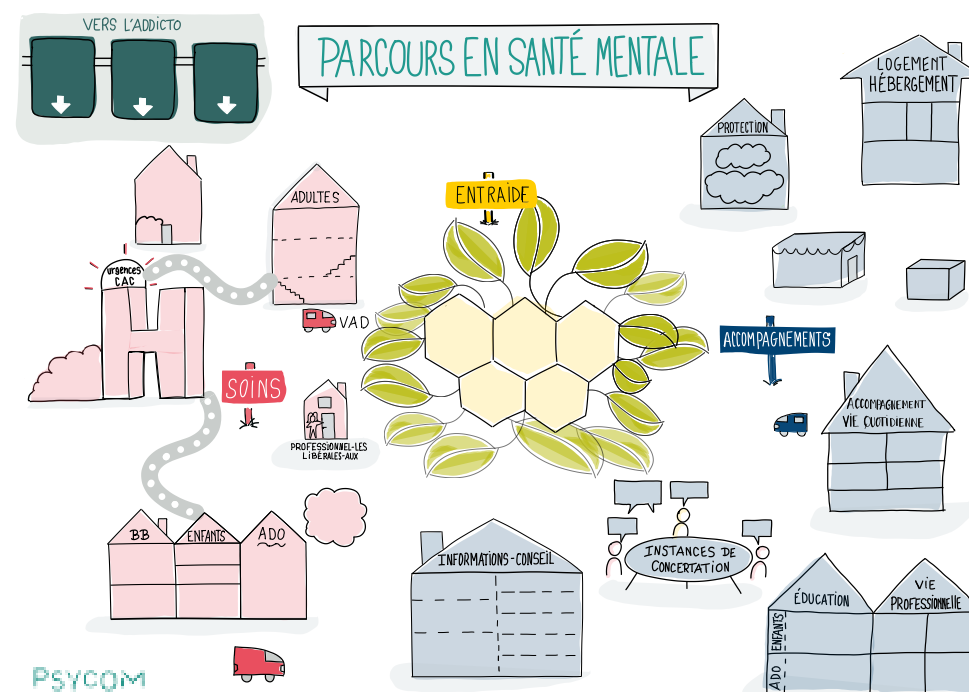


Identifier et reconnaître les problématiques de santé mentale de celles et ceux qui sont "censés aller bien" : dirigeants d'entreprises, responsables associatifs, commerçants et artisans... et les soignants qui sont en première ligne !



Déployer une "boîte à outils" de pratiques innovantes :

- en développant le sport sur ordonnance et les activités physiques adaptées aux personnes souffrant de pathologies et/ou de troubles psychiques,
- en ouvrant l'hôpital sur autre chose que le soin afin de contribuer à changer la vision de la société sur l'hôpital psychiatrique et réciproquement,
- en soutenant la capacité d'agir des personnes accompagnées et en utilisant l'autodétermination comme véritable levier d'inclusion sociale,
- en développant la création de postes de médiateur de santé-pair qui font l'objet d'une formation universitaire et dont la valeur du savoir expérientiel est encore trop peu reconnue,
- en dotant les structures sanitaires, sociales et médico-sociales d'un service de réhabilitation psychosociale, y compris dans les territoires ruraux sous-dotés,
- en faisant du logement un préalable à l'insertion et aux soins en développant des dispositifs de logement accompagnés.



AUX ACTES... !

Insuffisance de moyens humains et financiers, dégradation des conditions de prise en charge, monde hospitalier et psychiatrie en crise, accroissement des besoins dans un contexte où les troubles psychiques touchent particulièrement les enfants et les jeunes : la situation a de quoi nous préoccuper.

Or la santé mentale porte les stigmates de son impopularité et de sa défaveur qui l'ont conduite, depuis trop longtemps, à en faire un enjeu secondaire. Elle représente pourtant – en Normandie comme dans le reste de l'Hexagone – le premier poste de dépense en matière de santé. Mais les coûts humains, sociaux et économiques de l'inaction sont bien plus considérables. Ils ne sauraient donc trouver de réponse efficace à travers des demi-mesures, timides et dispersées.

L'OMS prévoit que la dépression sera la première cause d'invalidité mondiale à l'horizon 2030. Face à l'isolement, la précarité, la pression sociale et les bouleversements numériques, il est urgent de replacer l'humain au cœur des parcours de vie et de soin.

Ainsi, à l'issue d'une étude qui aura duré près de 18 mois, le CESER appelle à une mobilisation ambitieuse, collective et coordonnée pour faire de la santé mentale une priorité absolue, au sein d'une Délégation interministérielle. Car une politique publique digne de ce nom ne saurait s'affranchir des questions de logement, de travail, d'éducation, de justice...

Rappelons que la santé mentale est l'affaire de toutes et tous... et qu'il est non seulement possible d'agir mais indispensable de le faire au plus vite !

Santé mentale en Normandie : aux actes !



Présenté par **Nathalie Sarge**
& **Pierre-Édouard Magnan**
Avec la contribution d'**Isabelle Labiche**

Retrouvez
l'étude en
scannant
ce QRCode



CONSEIL ÉCONOMIQUE SOCIAL ET ENVIRONNEMENTAL RÉGIONAL

Caen Abbaye-aux-Dames
CS 30529 - 14036 CAEN - Cedex 1
Tél : 02 31 06 98 90

Rouen 5 rue Schuman
CS 21129 - 76174 ROUEN - Cedex
Tél : 02 35 52 56 30

ceser.normandie.fr