



Aller mieux pour aller plus loin

La santé mentale au coeur de l'accompagnement des jeunes par les Missions Locales d'Occitanie.

Livret santé mentale réalisé par l'ARML Occitanie - 2025



SOMMAIRE

Introduction	3
La semaine nationale des Missions Locales 2025 <i>Des actions locales pour une cause nationale</i>	4
La santé mentale des jeunes en Occitanie : constats & enjeux <i>La santé mentale, un enjeu devenu structurel pour la jeunesse</i>	6
Des initiatives concrètes par les Missions Locales d'Occitanie pour prendre soin de la santé mentale des jeunes <i>Un panorama d'initiatives pour répondre aux besoins des jeunes</i>	11
Ce que disent les jeunes : éclairage issu du rapport d'étude d'Adrien Lusinchi dans le cadre de l'observatoire de l'arml Occitanie <i>Les témoignages et les perceptions des jeunes sur leur santé mentale</i>	15
Les partenaires prennent la parole <i>Leurs actions et engagement en faveur des jeunes</i>	18
Conclusion et remerciements	22





En 2025, la santé mentale a été déclarée comme grande cause nationale par le gouvernement. Ce choix répond à une urgence collective : la santé mentale de la population vivant en France, en particulier celle des jeunes, connaît une dégradation préoccupante depuis la pandémie de la COVID-19.

Selon des études menées en 2023 par **Santé Publique France**, cette dégradation concerne plus particulièrement les adolescents (11-17 ans) et les jeunes adultes (18-24 ans) :

- Les recours aux soins d'urgence pour troubles de l'humeur, idées et gestes suicidaires ont fortement augmenté en 2021 puis 2022, pour rester depuis à un niveau élevé. Chez les jeunes de 18-24 ans, la hausse s'est même poursuivie de façon marquée en 2023.
- Un jeune de 18 à 24 ans sur trois a déjà connu des comportements d'auto-persécution, et 35 % d'entre eux estiment ne pas suffisamment prendre soin de leur santé mentale.

Parmi ces jeunes, 32% déclaraient ne pas savoir comment faire, 29% indiquaient ne pas avoir le temps et 25% ne s'en sentaient pas capable.

Par ailleurs, chez les 18-24 ans, les principaux freins à la consultation d'un « psy » sont le prix de la consultation, la difficulté à se confier ou la crainte de ce qu'ils pourraient découvrir sur eux, et la peur que l'entourage l'apprenne.

Les troubles de l'humeur, les idées noires ou suicidaires et les angoisses sont en hausse constante.

Ces données nationales se confirment sur le terrain, dans le quotidien des Missions Locales, et cette réalité rend d'autant plus indispensable une mobilisation collective, territoriale et institutionnelle.

Face à ce constat, les **Missions Locales** se positionnent comme des actrices clés du bien-être des jeunes, en intégrant la santé mentale, physique et sociale comme des piliers essentiels de l'insertion.





PARTIE I : LA SEMAINE NATIONALE DES MISSIONS LOCALES 2025 UNE ÉDITION DÉDIÉE À LA SANTÉ MENTALE

La **Semaine Nationale des Missions Locales**, organisée par l'Union Nationale des Missions Locales (UNML), du 26 mars au 4 avril 2025, avait pour thématique : « **Se sentir bien pour aller loin !** »

UNE THÉMATIQUE CHOISIE PAR LES JEUNES.

Lors d'un séminaire national en décembre 2024, les jeunes y participant, ont exprimé eux-mêmes clairement leurs priorités : la santé, le bien-être et, plus spécifiquement, la santé mentale. Cette parole, prise en compte par l'UNML, s'est alignée naturellement avec la grande cause nationale déclarée pour 2025.

UNE MOBILISATION NATIONALE... ET RÉGIONALE !

Sur l'ensemble du territoire français, ce sont plus de 1 000 événements qui ont été organisés dans le cadre de cette semaine.

En Occitanie, 13 Missions Locales se sont mobilisées pour porter **85 actions innovantes, collaboratives et engagées.**



Quelques exemples d'initiatives proposées en Occitanie :

- Petits déjeuners collectifs pour favoriser le lien social dès le matin
- Ateliers de méditation et de gestion du stress
- Activités d'art-thérapie
- Sensibilisation à la santé dans l'alimentation : « le bien-être dans nos assiettes »
- Rencontres autour de la santé sexuelle
- Séances sportives découvertes pour libérer les tensions
- Actions sur la confiance en soi, la régulation des émotions
- Interventions autour de l'accès administratifs aux droits
- Ateliers autour des bienfaits de l'animal sur la santé mentale



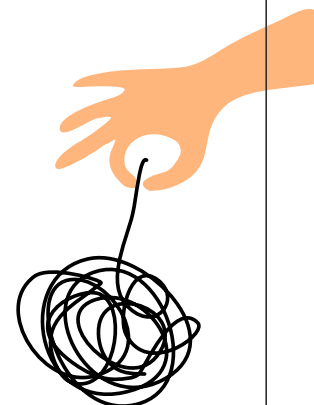
Les Missions Locales, premier guichet de la santé des jeunes ?

Les Missions Locales ont pour vocation d'accompagner les jeunes dans tous les aspects de leur projet de vie : emploi, formation, logement, mobilité... et donc aussi la santé.

Être en bonne santé est un préalable à l'insertion sociale et professionnelle. La santé des jeunes est un sujet essentiel en Mission Locale et actuellement un des freins les plus importants à lever pour leur insertion durable. La force de l'accompagnement effectué par les Missions Locales repose sur la proposition de solutions immédiates, sans intermédiaire, au plus près des territoires et des besoins exprimés par le public accompagné.

Avec leurs partenaires, les Missions Locales développent des réponses aux besoins en santé, et notamment en santé mentale, qu'il s'agisse de :

- Lutter contre le stress et l'anxiété
- Prévenir les addictions
- Accéder aux droits dans le domaine de la santé
- Développer son pouvoir d'agir, la confiance en soi



En fonction des besoins des jeunes, elles s'appuient sur des partenariats complémentaires et travaillent avec des structures spécialisées. **L'objectif : favoriser une insertion durable en prenant en compte la personne dans toutes ses dimensions. Accompagner les jeunes dans leurs difficultés, valoriser leurs ressources et réduire les freins dans leurs parcours.**





PARTIE II : SANTÉ MENTALE DES JEUNES EN OCCITANIE : CONSTATS, ENJEUX ET MOBILISATION DES MISSIONS LOCALES

Un enjeu de société, un besoin de terrain.

Depuis la crise sanitaire, les Missions Locales d'Occitanie observent une augmentation significative des besoins en matière de santé mentale chez les jeunes accompagnés. Anxiété, isolement, troubles du sommeil, difficultés à se projeter, manque de confiance en soi... autant de freins à priori invisibles à leur insertion professionnelle et sociale.

Ces constats, appuyés par les données de la DREES (Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques), de l'INJEP (Institut national de la Jeunesse et de l'Éducation populaire) et de Santé Publique France, alertent sur une jeunesse en détresse. Le mal-être psychique n'est plus marginal, il est devenu structurel, notamment dans les territoires ruraux où les Missions Locales sont parfois les seules structures d'accueil et d'écoute disponibles.



« Être en bonne santé mentale est devenu un préalable à toute insertion durable. »





Des actions concrètes mais fragiles.

Les Missions Locales d'Occitanie déploient une offre variée :

- accompagnement psychologique individuel ou collectif,
- ateliers de gestion du stress et des émotions,
- groupes de parole,
- prévention des addictions,
- médiation via les Points d'Accueil Écoute Jeunes (PAEJ),
- interventions de partenaires spécialisés,
- soutien matériel (kits hygiène, alimentation, etc.),
- permanences de professionnels de santé,

Les psychologues en Mission Locale : un repère, pas un diagnostic.

Le ou la psychologue en Mission Locale a un rôle bien spécifique : être un point d'appui psychologique, au bon moment, dans un cadre accessible, souple et bienveillant.

Son objectif n'est pas de poser un diagnostic ou de prescrire un traitement, mais de permettre au jeune de déposer ses émotions, de mieux se comprendre, de sortir du silence ou de l'isolement. Les psychologues s'adressent à tous les jeunes qui rencontrent des difficultés dans leur insertion sociale et/ou professionnelle, afin de leur apprendre à gérer leur stress ou encore à travailler leur confiance et leur estime, mais également faire de la prévention.





Les psychologues en Mission Locale :

- accueillent sans condition : pas besoin d'ordonnance, pas de dossier médical, pas de reste à charge,
- sont souvent disponibles rapidement, à des moments charnières (entretien pro, orientation, rupture, etc.),
- travaillent en lien étroit avec les conseillers, dans une logique d'accompagnement global, mais dans le respect total de la confidentialité,
- peuvent aider à préparer ou faciliter une orientation vers un suivi plus spécialisé (Centre Médico-Psychologique, libéral, centre de santé...).

Ces professionnel.le.s agissent comme un trait d'union entre le mal-être et la reprise de confiance, entre la santé mentale et l'insertion.

Dans un quotidien où l'on parle souvent de CV, de projet, de logement, de formation... les psychologues en Mission Locale rappellent que le bien-être est une base, pas un luxe.

Ce sont des professionnel.le.s de la santé mentale qui s'adaptent aux réalités des jeunes, à leurs mots, à leurs silences aussi. Un repère précieux pour oser aller mieux.

Le binôme conseiller / psychologue est souvent le pilier d'un accompagnement ajusté, en proximité, et basé sur la relation de confiance. Mais il est mis à mal par la précarité des financements et la complexité des montages (CAF, CPAM, Point Ecoute Jeunes, etc.).

Un réseau mobilisé malgré les difficultés.

L'ARML Occitanie a conduit un état des lieux régional des financements du réseau des Missions Locales occitanes en 2024 :

- 24 Missions Locales financées par l'ARS (Agence régionale de santé) via le CPOM (contrats pluriannuels d'objectifs et de moyens)
- 18 Missions Locales bénéficiaires de l'ex AAP Santé mentale du Conseil Régional,
- 17 Missions Locales disposent d'un accompagnement psychologique internalisé,
- 11 Missions Locales participent à un Contrat Local de Santé (CLS),
- 6 Missions Locales contribuent à un Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM).



Le CPOM (Contrat Pluriannuel d'Objectifs et de Moyens) a été renouvelé et signé entre l'ARML et l'ARS Occitanie pour 5 ans (2023 - 2027) au titre du fonds d'Intervention Régional (FIR) et dans le cadre de la promotion de la santé globale des jeunes en insertion.

Ce CPOM couvre 5 axes de travail : prévention de la santé, alimentation, activités physiques, santé mentale, environnement. Il couvre un peu moins de la moitié des besoins des Missions Locales sur la thématique santé.





Conclusion.

Les Missions Locales ne sont pas des structures de soin, mais elles sont un maillon essentiel du parcours santé des jeunes. Leur ancrage territorial, leur souplesse et leur capacité à créer du lien humain font d'elles un repère accessible, souvent le premier lieu où un mal-être peut être exprimé.

En 2025, répondre aux besoins croissants en santé mentale des jeunes, c'est renforcer le rôle des Missions Locales et de leurs partenaires comme acteurs clés de l'équité territoriale, du repérage précoce et de la prévention.

Des attentes appuyées pour 2025.

Les Missions Locales d'Occitanie formulent des demandes fortes, partagées par l'ensemble du réseau :

- Stabiliser et sécuriser les financements, notamment pour maintenir les postes de psychologues et garantir une couverture territoriale équitable ;
- Renforcer les actions de prévention et d'accompagnement psychologique (ateliers, diagnostics précoces, passerelles vers le soin) ;
- Poursuivre et structurer les partenariats avec les PAEJ (point d'accueil et écoute jeunes), MDA (maison départementale des adolescents) , CMP (centre-médico psychologique), etc. ;
- Former les professionnels de l'insertion aux premiers secours en santé mentale (PSSM), santé sexuelle, identité de genre, etc. ;
- Organiser une conférence régionale des financeurs, pour une vision partagée et concertée des enjeux.



PARTIE III : DES INITIATIVES CONCRÈTES DES MISSIONS LOCALES D'OCCITANIE POUR PRENDRE SOIN DE LA SANTÉ MENTALE DES JEUNES

La santé mentale se joue au quotidien, au plus près des jeunes. Les Missions Locales d'Occitanie l'ont bien compris et développent, avec leurs partenaires, des actions concrètes qui répondent à leurs besoins : se sentir écouté, compris, valorisé, et accompagné dans leur construction personnelle et professionnelle.

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, 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.

Cette situation de «bien-être général» est présentée par les professionnel.le.s Missions Locales comme la condition sine qua non pour la mise en place d'un accompagnement au service des jeunes et de leur projet. Il n'y a pas une seule manière de faire pour parler et traiter de la santé des jeunes, mais bien des pratiques hétérogènes impulsées par des non spécialistes. Ces actions constituent bien un levier pour les professionnel.le.s dans l'accompagnement et l'insertion socioprofessionnelle des jeunes.

La question de la santé s'invite finalement comme une évidence sur le terrain parce que le mal-être et la souffrance sont visibles chez des jeunes qui connaissent des situations de précarité et de vulnérabilité sociale.

Ci-après, extrait du programme des actions des Missions Locales d'Occitanie, illustrant des initiatives inspirantes avec leurs partenaires.

**Retrouvez toutes les initiatives des
Missions Locales**



Médiation et bien-être intérieur

Mission Locale Garrigue et Cévennes

À Ganges et Saint-Mathieu-de-Trévières, la Mission Locale propose des ateliers de méditation de 2 heures à destination de jeunes en situation de fragilité. Ces ateliers visent à :

- Améliorer la gestion du stress et des émotions,
- Favoriser la connaissance de soi,
- Renforcer l'estime et la confiance en soi,
- Offrir un espace de respiration mentale dans des parcours souvent complexes.

Ces actions permettent aux jeunes de reprendre prise sur leur trajectoire, en se recentrant sur eux-mêmes et leurs ressentis.



Santé mentale et sexualité : un atelier 100% femmes

Mission Locale de Toulouse

Le 11 avril 2025, un atelier dédié à la santé sexuelle et mentale des jeunes femmes a été animé par une infirmière spécialisée.

Objectifs :

- Comprendre les liens entre santé mentale et vie affective,
- Déconstruire les tabous, prévenir les IST,
- Favoriser l'estime de soi et la parole libre.

Les participantes ont salué un espace bienveillant et sécurisant, où la santé mentale est abordée comme une composante fondamentale de l'épanouissement personnel.

Se reconstruire au contact du cheval

Mission Locale Tarn Sud

Dans le cadre d'un parcours « Confiance en soi », la Mission Locale Tarn Sud a mis en place des ateliers équestres à Réalmont. Encadrés par l'AFPA et une école d'équitation, ces ateliers visent à :

- Rétablir la confiance en soi à travers la relation humain/animal,
- Travailler les codes du vivre-ensemble (respect, engagement, prise de parole),
- Apprendre à dépasser ses peurs et renforcer la capacité à coopérer.

Un exemple fort d'accompagnement psychocorporel en pleine nature, vecteur de reconstruction et de lien.

Théâtre participatif pour prévenir les addictions

Mission Locale des Pyrénées-Orientales

À Perpignan, la Mission Locale a expérimenté un outil innovant de sensibilisation avec la compagnie CoTéAct : le théâtre-forum.

Dans ce cadre, les jeunes ont pu :

- Devenir acteurs et spectateurs de scènes de vie inspirées de leur réalité,
- Réagir, débattre, rejouer les scènes,
- Prévenir les conduites à risque en stimulant l'esprit critique et l'estime de soi.

Une action créative, interactive, qui favorise la prise de conscience et l'auto-expression.



Bien manger, bien dormir !

Mission Locale du Bassin de Thau

A Sète, l'atelier «Bien manger, bien dormir!» propose aux jeunes une approche globale de leur bien-être, en reliant alimentation équilibrée et qualité du sommeil.

- Comprendre l'influence d'une alimentation saine sur le sommeil et la vitalité quotidienne,
- Sensibiliser aux bonnes habitudes alimentaires et aux routines favorisant un sommeil réparateur,
- Favoriser les échanges et le partage d'expériences autour des habitudes de vie des participants.

Animé par une diététicienne en partenariat avec la CPTS (Communauté professionnelle territoriale de santé), cet atelier place les jeunes au cœur de l'apprentissage et de la réflexion sur leur bien-être, leur offrant des outils concrets pour adopter des pratiques saines au quotidien.

Accompagnement santé mentale intégré - Projet MAJIQ

Mission Locale de la Haute-Garonne

Le dispositif MAJIQ (Mieux Accompagner les Jeunes pour leur Inclusion et leur Qualification) 2025, pensé pour les jeunes en situation de handicap ou de décrochage, intègre des modules centrés sur :

- L'estime de soi et la motivation,
- La sécurisation des parcours à travers des outils personnalisés,
- Une mise en mouvement progressive grâce à des temps collectifs adaptés.

La santé mentale est ici intégrée dans une posture d'accompagnement global, qui prend en compte les freins invisibles à l'insertion.





PARTIE IV : CE QUE DISENT LES JEUNES : ÉCLAIRAGES ISSUS DU RAPPORT D'ÉTUDE D'ADRIEN LUSINCHI DANS LE CADRE DE L'OBSERVATOIRE DE L'ARML OCCITANIE

En 2024, une enquête sociologique a été menée par Adrien Lusinchi, Chargé d'études et de recherche à l'ARML Occitanie et sociologue affilié au centre d'études de l'emploi et du travail et au centre Pierre Naville, dans le cadre de l'Observatoire de l'ARML Occitanie, à la demande des directions des Missions Locales.

La progression des problématiques de santé mentale chez les jeunes se constate en effet directement sur le terrain, pour les professionnel.le.s de l'accompagnement vers l'emploi. C'est une des raisons pour lesquelles plusieurs Missions Locales ont partagé à l'Observatoire de l'ARML Occitanie le besoin de conduire une étude sur le rôle que jouent les Missions Locales en matière d'accompagnement à la santé des jeunes.

Cette enquête qualitative s'appuie sur un travail de terrain mené auprès de plusieurs Missions Locales de la Région Occitanie : 31 entretiens ont été menés auprès de jeunes accompagnés par les Missions Locales, ainsi qu'auprès de professionnelles de Missions Locales et de quelques partenaires.

L'étude met en lumière l'omniprésence du mal-être dans les parcours d'insertion.

Des trajectoires marquées par la fragilité

L'étude révèle une situation de fragilité généralisée :

- décrochage scolaire ou universitaire,
- ruptures familiales,
- troubles anxieux ou dépressifs non diagnostiqués,
- sentiment d'isolement profond.



Beaucoup de jeunes rencontrés évoquent des situations de travail et/ou des parcours d'accompagnement vers l'emploi inadaptés à leur fragilité





Les difficultés psychologiques de ces jeunes “sont toutes associées à des vulnérabilités sociales importantes alors que certains d’entre eux ont grandi dans un environnement social lui-même très vulnérable.”

Extrait du rapport page 32

Santé mentale : une priorité exprimée

Les jeunes interrogés formulent clairement le besoin d’être soutenus dans leur santé mentale avant même de pouvoir s’engager dans un projet professionnel ou de formation :

- Besoin d’écoute
- Accès simplifié à un parcours de soins
- Adaptation de l’accompagnement vers l’emploi

Certains témoignages soulignent la difficulté à verbaliser leur mal-être, notamment face à des structures perçues comme trop institutionnelles ou trop médicalisées.

Les Missions Locales, premiers repères bienveillants

Un enseignement fort du rapport : la Mission Locale est souvent un espace où le mal-être peut être exprimé.

Elle est perçue comme :

- accessible,
- non jugeante,
- centrée sur la personne plutôt que sur son dossier.

Les jeunes disent apprécier la relation humaine, la stabilité du lien avec un conseiller, et la souplesse de l’accompagnement.



« Je suis très content qu’on m’ait dirigé vers ce psychologue (...) parce que sinon j’aurais craqué »

Extrait du rapport page 20





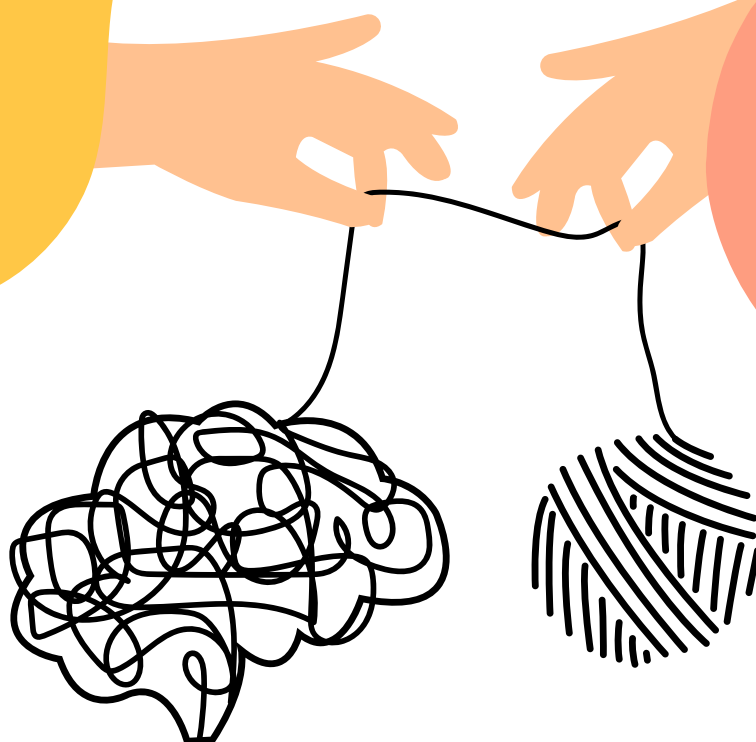
Ainsi, le rapport encourage à :

- pérenniser et développer les actions à destination de la santé mentale déjà mises en place dans les Missions Locales.

En conclusion : penser l'insertion avec la santé mentale au cœur

Le rapport rédigé par Adrien Lusinchi nous rappelle que la santé mentale n'est pas un à-côté de l'accompagnement, mais une condition essentielle à l'engagement dans un parcours. Ce livret en témoigne : sur le terrain, les Missions Locales innovent, s'adaptent et coopèrent pour offrir aux jeunes un espace pour aller mieux, reprendre confiance... et construire l'avenir.

Consulter le rapport d'étude d'Adrien Lusinchi

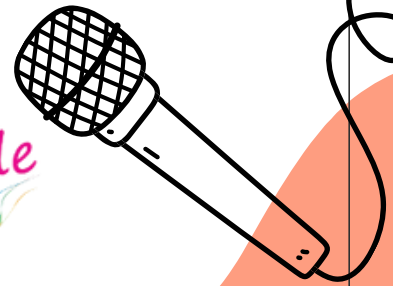




PARTIE IV : LES PARTENAIRES PRENNENT LA PAROLE

TÉMOIGNAGE - ASSOCIATION ÉPISODE

Un partenariat essentiel entre le Point Accueil Écoute Jeunes (PAEJ) et la Mission Locale du Biterrois



Depuis 1992, l'association EPISODE gère un Point Accueil Écoute Jeunes (PAEJ), une consultation jeunes consommateurs (CJC) et un centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) sur l'ouest-Hérault. Son projet associatif vise à prévenir les situations à risque, favoriser l'autonomie des jeunes et réduire les inégalités sociales de santé, en offrant un espace d'écoute anonyme, confidentiel et gratuit.

En 2015, un partenariat naturel s'est noué avec la Mission Locale du Biterrois. Les conseillers repéraient de plus en plus de jeunes en situation de souffrance psychologique, parfois confrontés à des addictions ou à des ruptures familiales, mais ne disposaient ni des outils cliniques, ni des moyens pour les accompagner. Ensemble, EPISODE et la Mission Locale ont construit des actions complémentaires :

- Ateliers collectifs de sensibilisation aux consommations et aux risques associés,
- Formations des conseillers sur les produits psychoactifs et l'approche de réduction des risques,
- Mise en place d'une écoute bienveillante via une éducatrice spécialisée,
- Organisation d'ateliers santé autour des représentations, des émotions et de la pensée critique.

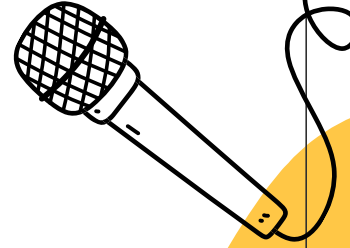
En 2023, une permanence psychologique hebdomadaire du PAEJ a été déployée dans les locaux de la Mission Locale, permettant aux jeunes d'accéder facilement à un premier accompagnement psychologique. Ce dispositif, rapidement saturé, a montré toute sa pertinence et a renforcé le lien entre santé mentale et insertion socioprofessionnelle.

Malgré des résultats probants, la rareté des financements a contraint à l'arrêt de la permanence psychologique en 2025.

Toutefois, les ateliers santé sont maintenus et la coopération se poursuit dans le cadre d'un consortium autour du CEJ-Rupture. EPISODE et la Mission Locale partagent la conviction que le décloisonnement des pratiques et la complémentarité des approches sont essentiels pour accompagner les jeunes vers un mieux-être durable.



ILS S'ENGAGENT À NOS CÔTÉS



TÉMOIGNAGE - CPAM (CAISSE PRIMAIRE D'ASSURANCE MALADIE)

Dans le cadre de la stratégie accès aux droits et aux soins de l'Assurance Maladie pour les jeunes de 16 à 25 ans, les relations partenariales entre les CPAM et les missions locales sont anciennes, nombreuses et riches.

Les partenariats développés ont pour objectifs :

- De favoriser l'accès aux droits des jeunes en insertion sociale et professionnelle et de les accompagner dans leurs démarches liées à la santé en développant leur autonomie dans la gestion administrative.
- D'agir sur le renoncement aux soins et les inégalités sociales et territoriales de santé.
- D'organiser l'accompagnement en santé (prévention, promotion des comportements favorables à la santé, prise en charge médicale, examen de prévention en santé...).

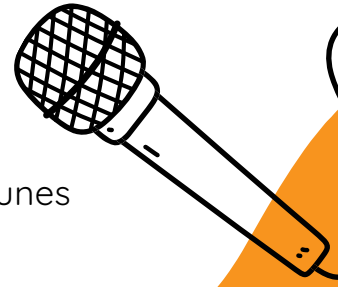
Elles prennent des formes adaptées à la diversité des territoires (aller vers, rendez-vous individuels, ateliers d'information collective sur les droits et/ou la prévention, orientations vers les centres d'examens périodiques de santé, webinaires, etc.).

Pour l'Assurance Maladie, la santé mentale des jeunes constitue un des axes importants de prévention en direction des jeunes. Dans ce cadre, les CPAM visent à promouvoir quand cela est pertinent les dispositifs d'accès aux soins de droit commun, en particulier le recours au dispositif Mon soutien psy.





ILS S'ENGAGENT À NOS CÔTÉS



TÉMOIGNAGE - MAISON DES ADOLESCENTS (MDA)

A.B, Intervenante sociale - dispositif AJILE Accompagnement des Jeunes vers l'Insertion, le Logement et l'Emploi) (CEJ-JR) - Aveyron

“J’accompagne les jeunes en situation de rupture, éloignés de l’emploi et isolés, pour améliorer leur quotidien et leur bien-être, en particulier leur santé mentale. Le dispositif AJILE (Accompagnement des Jeunes vers l’Insertion, le Logement et l’Emploi) propose un suivi global et pluridisciplinaire, adapté aux besoins et au rythme de chaque jeune (16-29 ans).

Souvent confrontés à plusieurs difficultés, ces jeunes bénéficient d’un accompagnement en réseau, notamment avec la Mission Locale pour l’insertion professionnelle. Beaucoup connaissent ces services mais n’y ont pas recours, par manque de transport, de motivation ou par appréhension. Travailler la confiance en soi et la remobilisation est donc essentiel avant de construire un projet.

L’accompagnement se poursuit pendant et après le CEJ (contrat d’engagement jeune), permettant aux jeunes de se sentir soutenus et de recevoir des conseils adaptés à leur situation.”

TÉMOIGNAGES - PLANNING FAMILIAL

Le Planning Familial partage son expérience d’accompagnement des jeunes, à travers des ateliers et espaces d’échange sur la santé sexuelle, les relations et le bien-être.

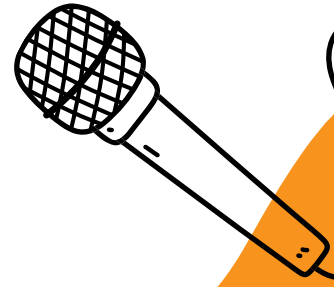


Planning Familial 46 - Partenariat avec les Missions Locales du Lot

Depuis plusieurs années, les animatrices du Planning Familial du Lot interviennent dans les Missions Locales de Cahors, Figeac, Souillac, Gourdon et Saint-Céré. Nous animons des ateliers d’éducation à la vie relationnelle et sexuelle pour des jeunes de 16 à 25 ans. Ces séances offrent un espace bienveillant et sans jugement pour parler de sexualité, de relations, de violences, de consentement, de contraception, d’IST/VIH, d’IVG et de questions de genre. Les jeunes apprécient ces moments d’échanges, rarement proposés ailleurs, et trouvent les outils et visuels très utiles.



ILS S'ENGAGENT À NOS CÔTÉS



Planning Familial 32 - partenariat avec la Mission Locale du Gers

Le Planning Familial du Gers et la Mission Locale collaborent pour accompagner les jeunes de manière globale, en reliant vie affective, orientation, emploi, estime de soi et choix de vie. Ce partenariat propose des ateliers et espaces d'échange où la parole circule librement sur des sujets parfois délicats. L'objectif est de permettre aux jeunes de mieux se connaître, de comprendre le monde qui les entoure et de construire des parcours plus fluides, libres et inclusifs.

Planning Familial 34 - partenariat avec les Missions Locales de l'Hérault

Le partenariat entre le Planning Familial de l'Hérault et les Missions Locales existe depuis une dizaine d'années. Il vise à accompagner les jeunes de manière globale, en croisant informations sur la santé sexuelle, le logement, l'emploi et les aides sociales. Le Planning Familial intervient sur plusieurs antennes (Montpellier, Sète, Frontignan, Agde, Lunel, Mauguio) à travers des ateliers de 1 à 3 séances et des stands d'information, complétés par des entretiens individuels.

Les animations abordent la vie affective, relationnelle et sexuelle, la prévention des IST et grossesses non désirées, le consentement, les violences sexistes, l'égalité filles/garçons, la parentalité et l'IVG. L'objectif est d'offrir un espace participatif où les jeunes peuvent s'exprimer, partager leurs expériences et mieux comprendre leurs droits et ressources. Le Planning Familial et les Missions Locales travaillent à pérenniser ces interventions, en renforçant les liens entre professionnel-le-s et en développant la formation sur des thématiques clés (contraception, IVG, accueil des victimes de violences).





CONCLUSION DU LIVRET

En 2025, la santé mentale a été reconnue grande cause nationale. Mais pour les Missions Locales d'Occitanie, elle est depuis longtemps une réalité quotidienne.

Chaque jour, sur tout le territoire, des professionnel.le.s s'engagent aux côtés des jeunes pour les écouter, les comprendre, les accompagner, en tenant compte de leurs émotions, de leurs fragilités, mais aussi de leurs forces.

Ce livret met en lumière les multiples formes que peut prendre cet engagement : accompagnement psychologique, ateliers collectifs, médiation animale ou artistique, soutien à l'estime de soi, prévention des addictions, accès aux droits... Des actions ancrées dans la réalité locale, souvent fragiles, mais profondément impactantes.

Les constats de terrain et les paroles de jeunes le confirment :

Il ne peut y avoir d'insertion sans bien-être mental.

Il ne peut y avoir d'avenir sans espaces pour se réparer, se raconter, et se reconstruire.

Aux côtés de leurs partenaires, les Missions Locales sont aujourd'hui des actrices incontournables de la prévention, de la détection et de l'accompagnement en santé mentale. Pour pérenniser cette action, il est indispensable de :

- reconnaître pleinement leur rôle dans le parcours de soin global des jeunes,
- renforcer leurs moyens,
- et construire des coopérations territoriales durables avec les professionnels de santé, les institutions, et les partenaires sociaux.

Parce qu'accompagner un jeune, c'est aussi prendre soin de ce qui l'anime, l'apaise, le (re)met en mouvement.





UN GRAND MERCI !

Nous souhaitons remercier chaleureusement toutes les personnes et structures ayant contribué à ce livret, à travers leurs témoignages, leur implication dans les événements, ou leur soutien tout au long de ce projet collectif.



Direction régionale
de l'économie, de l'emploi,
du travail et des solidarités (DREETS)

