



Dossier de presse



Nightline
France



Une association
œuvrant pour une meilleure
santé mentale des jeunes
en France

Nightline

France

Quand je me suis engagé à Nightline Paris, en 2019, rien ne laissait présager que la problématique de la santé mentale étudiante deviendrait aussi centrale dans nos vies. Mais j'étais déjà impressionné par l'énergie de ces étudiante·s bénévoles, qui donnaient de leur temps – de longues nuits – pour répondre à leurs camarades anonymes à l'autre bout du fil. Et bien avant la crise sanitaire, nous l'observions déjà à travers notre service d'écoute : nombreux·ses sont les étudiant·e·s qui traversent des phases de précarité, de solitude, de problèmes relationnels, d'éco-anxiété, ou qui portent en silence un lourd traumatisme.

Face à ce constat, ce sont des étudiant·e·s qui s'engagent depuis 2016 pour écouter leurs pairs. L'écoute comme une main tendue dans la nuit, l'écoute comme un remède contre la solitude, l'écoute comme la première ligne de défense contre l'isolement. Pour toute·s celles et ceux qui souhaitent parler de leur journée ou raconter leur détresse ; pour celles et ceux qui ont besoin de vider leur sac ou demandent à être accompagné·e·s vers des soins. Tous les soirs, nos lignes sont ouvertes pour offrir cet espace intime, précieux, et sûr, où les langues se délient et où la parole se libère. J'admire le sens du devoir qui anime ces bénévoles et leur engagement à construire un monde où chaque étudiant·e peut exprimer librement ses peurs, ses doutes, ses préoccupations, sans crainte de jugement. Nuit après nuit, et appel après appel.

À Nightline, nous sommes persuadé·e·s que la prévention et la promotion de la santé mentale doivent faire la part belle à l'entraide ; c'est, selon nous, la meilleure manière de créer un tissu de solidarité durable, et de vraiment réussir à faire société.

Même si la crise sanitaire est derrière nous, notre mission est loin d'être terminée, et l'engagement en faveur des étudiant·e·s et des jeunes doit rester au cœur de nos priorités : non seulement pour répondre à l'urgence de la détresse immédiate à laquelle ils et elles sont confronté·e·s, mais aussi pour poser les fondements d'une culture bienveillante et attentive à l'autre, avec une meilleure prise en compte de la santé mentale. La jeunesse est notre avenir, il est plus que jamais crucial de la soutenir à ce moment déterminant de la vie et de lui faire confiance. Construisons ensemble une société plus résiliente, plus solidaire et plus épanouie.

ERKAN NARMANLI
PRÉSIDENT NIGHTLINE FRANCE

Mot du Président



Notre projet associatif

Nightline France est née sous l'impulsion de l'irlandais Patrick Skehan et d'autres étudiant·e·s, convaincu·e·s dès 2016 de l'importance de la prise en compte de la santé mentale des étudiant·e·s et des jeunes. Notre engagement vise à renforcer notre capacité à vivre ensemble, au sein d'une société dans laquelle l'écoute de soi et de l'autre, l'entraide et le bien-être sont des valeurs fortes et partagées.

Notre mission est d'améliorer la santé mentale des étudiant·e·s et des jeunes à l'échelle individuelle et à l'échelle collective.

Nightline France agit en priorité auprès des jeunes, d'une part car il s'agit d'une population particulièrement exposée aux risques de dégradation en santé mentale et d'autre part car ils-elles sont à la fois notre présent et notre avenir. L'histoire de l'association et notamment sa genèse l'ont amenée à se spécialiser sur le public étudiant.

↳ Nos actions prennent appui sur une démarche de pair à pair, avec l'aide de professionnel·le·s.

↳ Notre engagement vise à renforcer notre capacité à vivre ensemble, au sein d'une société dans laquelle l'écoute de soi et de l'autre, l'entraide et le bien-être sont des valeurs fortes et partagées.

Pour améliorer la santé mentale à l'échelle individuelle, nous informons, formons, outillons ; améliorons les facteurs de repérage, de protection, d'orientation ; encourageons la résilience individuelle.

Nous agissons à l'échelle collective en créant des environnements de soutien, favorisant l'entraide et la solidarité, renforçant la capacité des personnes, et leur pouvoir d'agir.

Dans une visée systémique, nous développons et diffusons également de la connaissance, formulons des recommandations en matière de politiques publiques ; déstigmatisons, démocratisons la santé mentale.

Nos actions prennent appui sur une démarche de pair à pair, avec l'aide de professionnel·le·s.

2016 DATES CLÉS 2023



✓ La visite de François Braun, Ministre de la Santé
et de la Prévention au siège de Nightline France en 2022

Aujourd'hui, l'association est soutenue au niveau national par le Ministère de l'Enseignement supérieur, le Ministère de la Santé, la Caisse nationale d'assurance maladie, le Centre national des œuvres universitaires (CNOUS). Nightline France est également lauréate de la France s'engage. Elle siège au conseil d'administration de l'Union nationale de prévention du suicide (UNPS) et d'Animafac. L'association travaille également avec de nombreux acteurs du monde universitaire, associatif et de la santé mentale (3114, Psycom, Dites je suis là ou encore Cop'1, RESES, AFEV – non exhaustif).

2017

Un étudiant irlandais venu en échange à Paris décide d'importer le concept anglo-saxon né dans les années 1970s des services d'écoute Nightline en France.

2020-21

De nouvelles lignes d'écoute voient le jour dans toute la France

L'association devient Nightline France et déploie le concept dans de nombreuses autres villes et régions étudiantes : Saclay, Lille, Lyon, Toulouse, Pays de la Loire. L'association innove et développe de nouveaux modes d'intervention en promotion et en prévention, toujours co-construit avec les premiers bénéficiaires, les étudiant·e·s.

La 1^{ère} ligne d'écoute est lancée à Paris

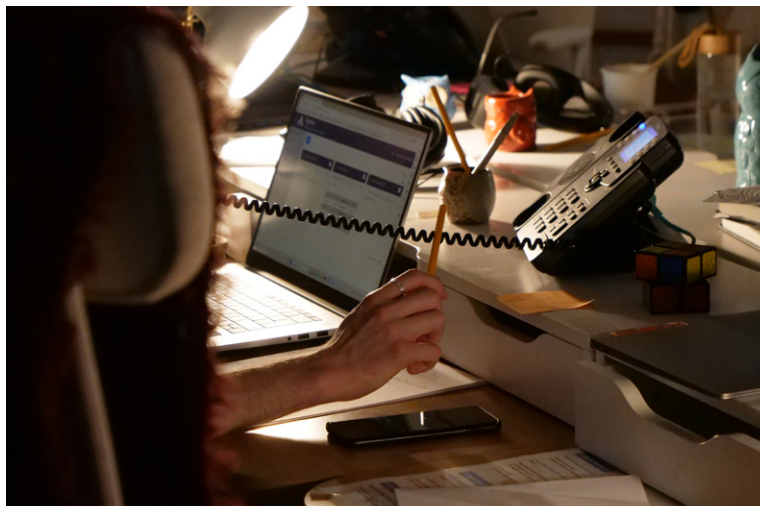
2023

L'association s'entoure d'un conseil scientifique

Le CA de Nightline constitue une équipe d'expert·e·s réunie·s dans un conseil scientifique chargé de discuter, évaluer et formuler des recommandations sur ce qui relève de la ligne d'écoute, des projets de recherches et d'analyse d'impact, et des actions de prévention et de promotion de santé mentale.



LA LIGNE D'ÉCOUTE L'ACTION-PHARE DE L'ASSOCIATION



Un service d'écoute nocturne est tenu par des étudiante·s bénévoles localement dans plusieurs villes étudiantes (Paris, Saclay, Lille, Lyon, Toulouse, Nantes, Angers, Rouen). Les appels et les tchats sont pris de 21h à 2h30 et sont régis par quatre principes clés : la non directivité, le non jugement, la confidentialité et l'anonymat (des appelant·e·s et des écoutant·e·s). Les bénévoles sont formé·e·s à leur arrivée dans l'association (formation initiale de 32 heures) et durant tout le temps de leur bénévolat avec un programme de formations continues. Ils·elles sont également accompagné·e·s par des psychologues tout au long de l'année et sont conseillé·e·s par des professionnel·le·s dans le cadre de missions liées à l'organisation et à la gestion de la vie associative.

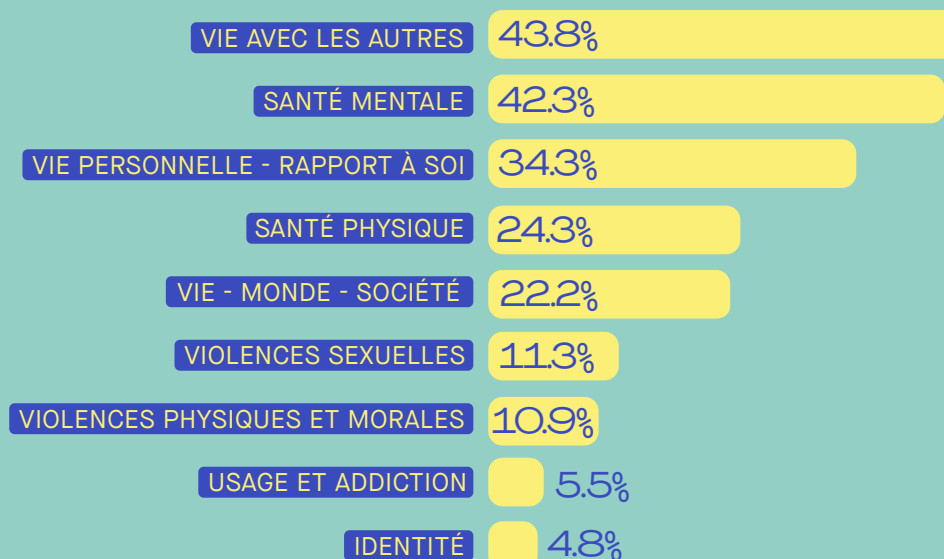
19 266

CONTACTS REÇUS EN 2022-23

311

SOIRÉES DE PERMANENCE ASSURÉES

2022-23 | CATÉGORIES LES PLUS ABORDÉES PAR LES APPELANT·E·S ↓



ORIENTATION DES ÉTUDIANT·E·S

Pour certaines situations, le service d'écoute est une première étape pour initier un parcours d'accompagnement vers d'autres dispositifs d'aide en santé mentale, et notamment des services professionnels. Ainsi, observant qu'un certain nombre d'étudiant·e·s demandaient à être orienté·e·s lors de leurs appels au service d'écoute mais ne savaient pas forcément vers qui se tourner, nous avons développé plusieurs ressources visant à faciliter l'accès à l'information, que ce soit concernant la prise de rendez-vous, mais également plus généralement sur la santé mentale.

L'ANNUAIRE SOUTIEN-ETUDIANT.INFO

Nightline recense l'ensemble des ressources psychologiques accessibles et ouvertes aux étudiant·e·s gratuitement dans un annuaire en ligne : soutien-etudiant.info. L'objectif ? Pouvoir orienter les jeunes qui souhaitent consulter un·e professionnel·le dans une logique de complémentarité avec le service d'écoute.

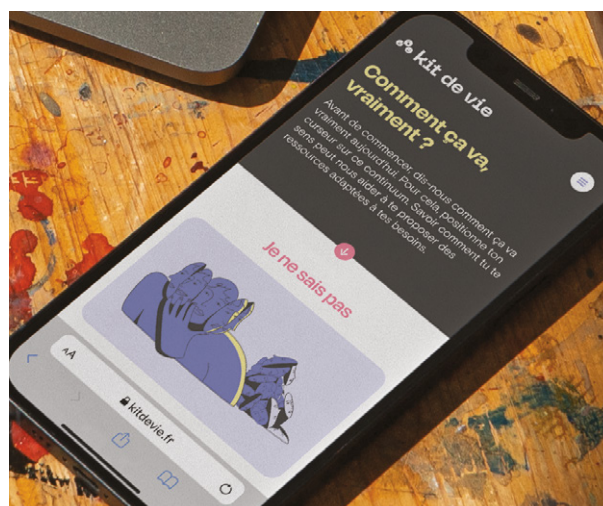
Cet outil propose une recherche en fonction de l'établissement supérieur et du lieu de vie de l'étudiant·e, et permet aux étudiant·e·s de trouver les informations nécessaires sur les modalités d'accessibilité de ces structures.

43700

CONSULTATIONS DE NOS ANNUAIRES EN LIGNE

+500

ÉTABLISSEMENTS RECENSÉS



KITDEVIE.FR

Depuis 2022, Nightline propose une nouvelle ressource digitale sur kitdevie.fr. En suivant un parcours personnalisé et en évaluant son humeur du moment, l'utilisateur·rice est orienté·e vers les activités, mini-jeux et ressources qui correspondent le mieux à sa situation. Un volet « j'ai un·e ami·e qui va mal » a également été développé, pour donner des clés pour soutenir un·e proche en souffrance. Enfin, un mini-dico propose des définitions simples et concrètes d'un ensemble de termes liés à la santé mentale ainsi que des ressources professionnelles auxquelles s'adresser en cas de besoin (ex : qu'est ce qu'un psychiatre ? quelle différence avec un psychologue ? etc).

Les ressources proposées dans le kit de (sur)vie proposent des contenus scientifiquement valides, notamment inspirés des thérapies comportementales et cognitives et de la psychologie positive, et ancrés dans la réalité étudiante à travers des mini-jeux et des mises en situation.

ACTIONS DE PRÉVENTION

Dans une logique d'aller-vers, notre équipe de psychologues travaillent également avec des établissements afin d'assurer des interventions pour des publics particulièrement à risque, notamment les étudiant·e·s en classes préparatoires aux grandes écoles ainsi que les élèves de BTS. A l'occasion de ces formations, les professeur·e·s et le personnel soignant sont également sensibilisé·e·s via des interventions dédiées.

Enfin, le dispositif Sentinelles étudiantes permet d'outiller des étudiant·e·s pour détecter et orienter leurs pairs en souffrance. Ils·elles peuvent agir concrètement, au sein de leur communauté étudiante, pour faire de la prévention du suicide directement sur les campus. Les Sentinelles formées par un binôme de psychologue et d'un·e étudiant·e font ensuite partie d'un réseau et peuvent échanger régulièrement.

Ce qui m'a fait le plus plaisir, c'est qu'elle était impressionnée que j'ai pu repérer ce problème

TÉMOIGNAGE DE
SENTINELLE ÉTUDIANTE

“

Cette formation est très complète et claire, et nous permet d'apprendre à dédramatiser des situations complexes

UNE PROFESSEURE
AYANT SUIVI LA FORMATION

”



190

SENTINELLES FORMÉES
ET MISES EN RÉSEAU EN IDF

AMÉLIORER LE SYSTÈME DE SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

DÉSTIGMATISER LES SUJETS DE SANTÉ MENTALE POUR FAIRE ÉVOLUER LES MENTALITÉS

Nightline mène depuis 2020 des actions de déstigmatisation sur les réseaux sociaux via sa page Instagram @NightlineTalks qui rassemble des témoignages étudiants, décryptages de psys ou encore interviews de personnalités publiques pour briser les tabous et normaliser les sujets de santé mentale auprès des étudiant·e·s. Sur son compte TikTok @nightlinetalks, l'association fait la promotion des différents services qu'elle propose et transmet des messages de sensibilisation sur la santé mentale auprès des jeunes.

DES ACTIONS DE PROXIMITÉ SUR LES CAMPUS POUR RENCONTRER, INFORMER, ORIENTER

Nightline mène également des actions d'aller-vers dans les campus et les lieux de vie des étudiant·e·s dans les régions où l'association est implantée. Ces rencontres permettent d'aborder le sujet de la santé mentale de manière individuelle, de contribuer à lever les tabous qui entourent ce sujet, d'informer sur les ressources existantes et de faire connaître le service d'écoute. Les actions de promotion de la santé mentale visent à augmenter les capacités des individus à être acteur·rice·s de leur bien-être et de leur santé, et les actions de prévention ont pour but la réduction ou l'absence de symptôme.

UN PLAIDOYER POUR UNE MEILLEURE OFFRE DE SOIN EN SANTÉ MENTALE ÉTUDIANTE

L'association inscrit ses actions dans une démarche basée sur les preuves. L'évaluation de chaque projet s'appuie ainsi sur des méthodes rigoureuses de mesure d'impact qui offrent des données probantes quant à la portée de nos actions sur la santé mentale étudiante, que ce soit dans le domaine de la prévention et de la promotion de la santé mentale ou dans celui de la déstigmatisation.

La participation de la communauté étudiante est une force pour la conception et l'évaluation de nos actions. Notre équipe de chercheuse·s et de psychologues collaborent ainsi étroitement avec la communauté étudiante sur chaque projet dans le but d'agir au mieux pour la santé mentale étudiante.

La recherche est aussi à la base de notre action de plaidoyer : partant de constats réels et quantifiés, Nightline défend une meilleure prise en compte des problématiques de santé mentale des étudiant·e·s à travers notamment la définition d'une stratégie nationale pour la santé mentale étudiante qui renforcera les dispositifs existants et les pérennisera ou encore le renforcement des ressources professionnelles disponibles gratuitement pour les étudiant·e·s (par exemple via l'augmentation du nombre de postes de psychologues au sein des SSE).



CHIFFRES CLÉS



43% des étudiant-e-s
présentent les
signes d'une
détresse
psychologique

36,6%
des étudiant-e-s
ont déclaré des
symptômes
dépressifs
contre 21,1 % de
la population générale.



+78% des troubles
dépressifs

chez les jeunes
entre 2017
et 2021



Nos porte-paroles

Nos porte-paroles sont là pour répondre à vos questions : nightline.fr/espace-presse

Pour toute demande d'interview ou de reportage : lucile.regourd@nightline.fr

Ils nous soutiennent

Principaux partenaires régionaux :

Les Agences régionales de santé (Île-de-France, Auvergne Rhône-Alpes, Pays de la Loire, Occitanie), les Crous (Paris, Versailles, Toulouse, Lille, Nantes), les régions Île-de-France et Pays de la Loire et plus de 50 établissements d'enseignement supérieur.

Le Fonds Inkermann, le fonds de dotation de l'Avenir en Rose, Animafac, Campus France et le Fonds de Développement pour la Vie Associative.



NOTRE MISSION

Améliorer la santé mentale des étudiant·e·s et des jeunes en agissant à l'échelle individuelle et collective



www.nightline.fr