



Nightline



1

Nightline France et le soutien par les pairs

Notre mission

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



Nos objectifs

***Moi,
étudiant·e***

Permettre à chaque étudiant·e de prendre soin de sa santé mentale :

- ouvrir la parole
- informer

***Les autres
étudiant·e·s***

Favoriser le soutien par les pairs

***Environnement
étudiant direct***

Améliorer le système de santé mentale étudiante en France



*Une association agissant en faveur du bien-être des jeunes avec des actions de prévention et de promotion d'une bonne santé mentale, et d'orientation.
Elle s'insère dans un écosystème étudiant et de santé.*

Promotion de ressources fiables et validées

- Développées par Nightline (kit de vie)
- Par des partenaires (asso ou institutions, SSU...)

Libération de la parole

- Communication digitale (TikTok, Instagram, Twitter, etc)
- Aller-vers (actions de terrain)

Recueillir la parole

- Via la ligne d'écoute
- Via les Sentinelles étudiantes

Orienter

- Via l'annuaire, complété par des annuaires locaux
- Via la connaissance des ressources locales, les partenariats

La ligne d'écoute



Un service d'écoute par et pour les étudiant·e·s accompagné·e·s par des professionnel·le·s



Disponible par téléphone et par tchat



Ligne francophone ouverte tous les soirs de 21 h à 2 h 30



Ligne anglophone ouverte du jeudi au lundi de 21 h à 2 h 30



2

Le dispositif Sentinelles étudiantes

En partenariat avec le



En quoi consiste ce dispositif ?

En collaboration avec le **Groupelement d'Études et de Prévention du Suicide** (GEPS), Nightline a mis en place un dispositif pour les étudiant·e·s souhaitant acquérir des compétences de repérage et d'orientation de leurs pairs en détresse.

L'objectif ?

Faire des étudiant·e·s des acteur·rice·s de prévention au quotidien dans leurs communautés.

Le projet sentinelles étudiantes s'intègre ainsi à la démarche communautaire qui est un levier central chez **Nightline** pour améliorer la santé mentale des étudiant·e·s.



Qu'est-ce qu'on y apprend ?



A repérer les étudiant·e·s en souffrance dans sa communauté de vie (ex : stress, depression, suicide, précarité, mal-être, isolement etc.)



A savoir comment aborder avec eux·elles cette souffrance



A orienter les étudiant·e·s repéré·e·s vers les ressources appropriées



A connaître le champ et les limites de ses propres actions



A prendre soin de sa propre santé mentale

Comment se passe la formation ?

9 heures
de formation réparties en

3 heures

en soirée dans un climat
convivial pour parler
santé mentale entre
étudiant·e·s

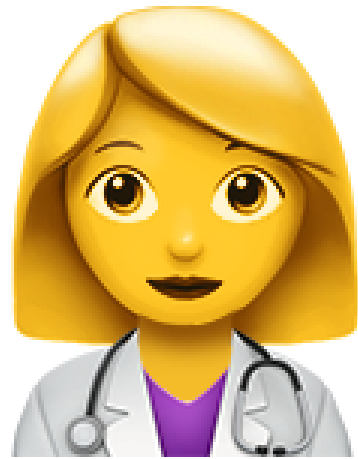
6 heures

en journée pour rentrer dans
le vif du sujet, apprendre à
repérer et aider ses pairs en
difficulté

Et après ?

Les Sentinelles font partie d'un
réseau actif d'étudiant·e·s
sentinelles animé par Nightline.
Elles participent à un groupe de
supervision avec d'autres
sentinelles et un·e professionnel·le
de la santé mentale pour partager
les situations rencontrées dans un
espace bienveillant.

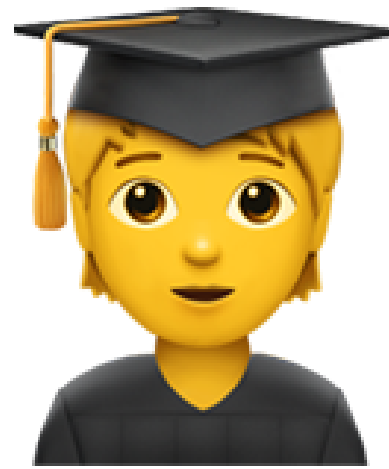
Qui forme ?



Nos psychologues

Formé·e·s par le Groupement
d'Études et de Prévention du Suicide
(GEPS)

Ces formations se déroulent en groupe, avec
une quinzaine étudiant·e·s



Nos formateur·rice·s pairs

Des étudiant·e·s bénévoles formé·e·s
au dispositif Sentinelles étudiantes

Comment devenir formateur·rice pair ?



7 heures


en présentiel, sur une journée
après avoir été formé·e en tant que
Sentinelles étudiantes



Ensuite, avec un·e psychologue agréé·e, le·a
formateur·rice-pair peut animer les formations
pour faire grandir le cercle de Sentinelles
étudiantes dans tous les établissements
d'enseignement supérieur en France

Ces formations se déroulent en groupe, avec une
quinzaine étudiant·e·s

Le dispositif Sentinelles étudiantes à mi-mars 2023

- Mise en place depuis le printemps 2022
- Gestion du projet par une psychologue de l'association 
- Avec le soutien de l'ARS Ile-de-France
- 18 établissements ou associations partenaires
- 3 psychologues formatrices et 3 étudiant·e·s services sanitaires
- 115 sentinelles formées et intégrées dans le réseau animé par la psychologue



3

Services Sanitaires



La place des SSES dans Sentinelles étudiantes

Avec le dispositif Sentinelles étudiantes, l'association agit pour **déstigmatiser**, libérer la parole.

Une fois que la **parole se libère**, il faut des gens formé·e·s pour **la recueillir** : des professionnel·le·s et des pairs formé·e·s.

Les **étudiant·e·s en santé** seront, bien au-delà du cadre de leurs études, des personnes identifiées comme en capacité d'**accompagner, d'aider, d'écouter, et de soigner**.

Rôle des étudiant·e·s en service sanitaire chez Nightline

- Devenir **formateur·rice·s pairs**, en co-animation avec un·e psychologue
- Agir comme **acteur·rice·s de la promotion** de la santé mentale auprès des communautés jeunes et étudiantes
-
- Si souhaité, devenir Sentinelle et agir comme **acteur·rice·s de la prévention du risque suicidaire**



4

Témoignages de SSEES



Témoignage d'Ignès, SSES








Témoignage de Sophie, SSES





Bonjour, je m'appelle Sophie et je vais vous parler de mon expérience en tant que formatrice paire chez Nightline.

Être formatrice paire à Nightline m'a permis de prendre plus confiance en moi devant un public, rencontrer des étudiant·e·s de diverses filières et découvrir moi-même de nouveaux outils que je ne connaissais pas.

Pour le choix de mon service sanitaire, je voulais absolument trouver un thème dans lequel je me sentirais inclus.

Envie d'en savoir plus ?

Votre contact



Muriel Bideau

Responsable du pôle prévention

muriel.bideau.debock@nightline.fr

06 52 20 78 25