

Forum : Forum Citoyen sur la Santé Mentale

2026

Thématique : Les jeunes en première ligne face à la dégradation de la santé mentale ?

Nom du Citoyen : Anton Le Mounier

|                                                                                                                                                      |                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Situation familiale <ul style="list-style-type: none"><li>• Marié/en couple</li><li>○ Célibataire</li><li>• Avec enfants, si oui combien 2</li></ul> | Niveau d'étude <ul style="list-style-type: none"><li>○ Primaire</li><li>• Secondaire</li><li>○ Universitaire</li></ul> |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**1. De quelle manière êtes-vous concerné par le sujet ?**

Je m'appelle Anton Le Mounier, j'ai 34 ans, 2 enfants, et je travaille en tant qu'employé de Rohingya Human Rights Initiative, dans le camp de réfugiés Rohingyas de Dehli. Nous avons à peine de quoi pour subvenir à nos besoins chaque mois. J'ai fait des études secondaires mais je m'occupe principalement de travaux physiques même si je fais un peu de comptabilité.

Travaillant dans un camp de réfugiés Rohingyas, j'assiste tous les jours aux conséquences que des enfants subissent, dus aux inégalités et à toute la haine qu'ils ont reçus. Les Rohingyas sont un groupe ethnique indo-aryen victime de discrimination systématique. Il y a eu plusieurs génocides contre les Rohingyas dus à des raisons politiques extrémistes et ces derniers n'ont plus de patrie qui souhaite les accueillir ni même reconnaître un lien avec eux. Nombreux d'entre eux ont dû se réfugier pour fuir les atrocités et parmi eux, des enfants. J'assiste et aide de nombreux enfants, qui sont rejetés socialement, discriminés, et haïs.

Pour ma part, cela va faire 16 ans que je travaille à Rohingya Human Rights Initiative, même si cela ne m'apporte un salaire très rudimentaire, j'ai toujours voulu aider des gens qui sont rejetés par la société sans rien pouvoir y faire. Pour moi, personne ne doit naître en étant haï ou méprisé, sans rien pouvoir y faire. Je suis d'ailleurs chargé de suivre la progression d'une jeune Rohingya, âgée de 16 ans, cette dernière me raconte toute la peur qu'elle éprouve, d'un autre génocide, des inégalités qu'elle subit et subira, d'un futur où elle n'est pas acceptée et elle souffre de nombreuses envies de dépression, de questionnement ou même suicide.

Par ailleurs, selon l'UNICEF, un jeune sur 5 souffre de pays pauvres souffrent de troubles dépressifs et un jeune sur 10 en Europe. Moi je pense que c'est 95% des jeunes qui sont touchés, mais les chiffres montrent quand même le mal-être des jeunes. 36,8% des jeunes souffrent d'anxiété et chaque année entre 720 000 et 800 000 se suicident, la plus grosse partie sont des jeunes, entre 73% et 77% des suicides viennent de pays pauvres. Ces chiffres montrent l'état de la santé mentale chez les jeunes.

## 2. Que proposez-vous à votre échelle ?

Premièrement, tout ce que j'ai cité plus tôt va avoir de multiples conséquences sur la santé mentale des jeunes. L'exclusion sociale va amener de la dépression, des souffrances identitaires voir des envies suicidaires. La discrimination amène de l'anxiété, du stress chronique qui provoque lui-même des insomnies et autres problèmes. Mais cela va aussi amener les jeunes à consommer des produits néfastes pour leurs santé causant souvent une addiction ou une consommation compulsive.

Deuxièmement, tous ces problèmes sont trop négligés, la société ne souhaite pas les entendre et personne n'en parle. D'ailleurs, la jeunesse est incomprise et ne peut pas se sentir à sa place et doit jouer un rôle en gardant ses problèmes pour soi. Cela va amener de l'isolement social, de l'anxiété et de la dépression s'aggravant au fil du temps.

Enfin, l'aide apportée aux Rohingyas restent toujours minimales et même si les dégâts sont toujours présents, ils ne sont que très peu financés et soutenus, par rapport à d'autres cas comme l'Ukraine. Par exemple, c'est *Petit Pays*, par Gaël Faye qui a du parler de la discrimination ethnique au Burundi pour qu'on en parle.

Pour résoudre ces problèmes, il faudrait premièrement que des lois soient créées contre la discrimination, et que les sanctions soient plus lourdes contre ceux qui les respectent pas. Ensuite, que des actions soient faites pour accompagner les jeunes avec des psychologues, des séances obligatoires soient créées pour forcer les jeunes à être accompagnés dans leurs développements et pour éviter que certains problèmes ne les suivent toute leur vie. Mais il faudrait que plus de financement soit donné à tous les groupes qui aident la santé mentale et que des campagnes sur ce sujet soient mieux financées. Enfin, il faut qu'il y ait une couverture médiatique obligatoire sur la santé mentale des jeunes, avec un groupe qui serait mis en valeur et priorisé sur les médias.

Toutes ces mesures permettraient à des enfants de vivre plus heureux, acceptés par la société et qu'ils soient compris dans leur jeunesse.