

Communiqué de presse

Santé mentale des jeunes : l'urgence d'une reconnexion à la nature

Châlons-en-Champagne, le 4 juin 2025 – Face aux problèmes de santé mentale vécus par certains jeunes, le projet **Forest4Youth**, co-financé par Interreg North-West-Europe, propose une solution innovante : explorer le pouvoir thérapeutique des forêts pour améliorer le bien-être des adolescents.

Aujourd'hui, **17,5 % des jeunes en Europe du Nord-Ouest souffrent de troubles mentaux** tels que la dépression, l'anxiété ou les addictions. Les services de santé mentale peinent à répondre à cette demande croissante. Il est donc essentiel de repenser l'accompagnement thérapeutique en intégrant des approches variées, plus accessibles et durables.

La forêt, un espace de rétablissement naturel

Des recherches démontrent que **l'immersion en forêt a un impact direct et bénéfique sur la santé mentale**, notamment sur les symptômes de dépression et d'anxiété, en réduisant le stress, en améliorant l'humeur et en favorisant la concentration. Pourtant, ces thérapies naturelles restent encore sous-exploitées.

La zone d'Europe du Nord-Ouest est couverte de plus de 20 % d'espaces naturels qui pourraient être mis au profit des adolescents vivant avec des troubles mentaux.

Le projet **Forest4Youth** améliore l'intégration de la forêt dans des dispositifs thérapeutiques grâce aux résultats suivants :

- ✓ **L'identification de 8 forêts thérapeutiques pilotes** dans plusieurs pays européens
- ✓ **Le développement d'un protocole de soins alliant immersion réelle en forêt et réalité virtuelle**
- ✓ **L'accompagnement de 400 adolescents dans des programmes thérapeutiques en forêt**
- ✓ **La formation des professionnels de la santé mentale et des forestiers**
- ✓ **La création de 5 centres de référence pour assurer la pérennité du projet.**

Une approche transnationale pour un impact durable

Forest4Youth repose sur une collaboration inédite entre professionnels de la santé mentale, propriétaires et gestionnaires de forêts et d'espaces verts. L'objectif est de développer **des solutions accessibles et transposables à grande échelle** pour les jeunes puissent bénéficier de ces thérapies.

« **Reconnecter les adolescents à la nature, c'est leur offrir une chance de mieux vivre leur santé mentale** », expliquent les initiateurs du projet.

Le projet interpelle également les décideurs publics pour **intégrer ces solutions dans les politiques de santé et d'aménagement du territoire**.

Alors que la santé mentale des jeunes devient une **urgence sociétale**, les espaces naturels représentent une ressource précieuse et largement disponible : les exploiter pour leur bien-être est une nécessité.

Contact presse :

Stéphanie Gruss

Responsable de la communication et de la culture

03 126 70 37 96 – 06 21 09 65 07

s.gruss@epsm-marne.fr

Plus d'informations sur Mentalnet.eu et forest4youth.nweurope.eu

L'équipe projet :



Partenaires associés



Pour la Wallonie



Partenaires du projet :

Partenaires du projet FOREST4Youth	
Centre Neuro-Psychiatrique Saint-Martin (CNP)	BE
UNature (UN)	LU
The Royal College of Surgeons In Ireland RCSI	IE
Société Royale Forestière de Belgique (SRFB)	BE
Association Elan Argonnais (AEA)	FR
Bruxelles Environnement - Forêt et Nature (BE)	BE
Landesforst MV- Waldservice und Energie GmbH	DE
Université Libre de Bruxelles (ULB)	BE
Etablissement public de santé mentale de la Marne (EPSM)	FR
Partenaires associés	
BioCon Valley GmbH	DE
Union Nationale de Familles et Amis de Personnes Malades et Handicapées Psychiques (Marne)	FR
SIMILES Wallonie asbl - Familles et amis de personnes atteintes de troubles psychiques	BE
European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness (EUFAMI)	BE
Forest Therapy Hub	PT
Confederation Européenne des Propriétaires Forestiers	BE
Centre de Référence en Santé Mentale	BE
Feidhmeannacht na Seirbhíse Sláinte, Sláinte & Folláine (HSE)	IE
Teagasc	IE
Fondation EPI	LU