

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### SANTÉ MENTALE DES JEUNES : L'URGENCE D'UNE RECONNEXION À LA NATURE

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 que 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 :

Jocelyn DELOYER

Référent pour les Projets Européens du CNP St-Martin

[jocelyn.deloyer@saintmartin.ofc.be](mailto:jocelyn.deloyer@saintmartin.ofc.be)

Plus d'informations sur **MentalNET.EU** et sur **forest4youth.nweurope.eu**

**L'ÉQUIPE PROJET :**



**Partenaires associés**



Pour la Wallonie



Forest4Youth



**PARTENAIRES DU PROJET FOREST4YOUTH :**

<b>Partenaires du projet FOREST4Youth</b>	
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)	BE
<b>Partenaires associés</b>	
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

## PRESS RELEASE

### YOUNG PEOPLE'S MENTAL HEALTH: THE URGENT NEED TO RECONNECT WITH NATURE

Faced with the mental health problems experienced by adolescents, the **Forest4Youth** project, co-funded by Interreg North-West-Europe, is proposing an innovative solution: **exploring the therapeutic power of forests to improve teenagers' well-being.**

Today, **17.5% of young people in North-Western Europe suffer from mental disorders** such as depression, anxiety or addiction. Mental health services are struggling to meet this growing demand. It is therefore essential to rethink therapeutic support by integrating varied, more accessible and sustainable approaches.

### THE FOREST, A NATURAL RECOVERY AREA

Research shows that **forest immersion has a direct and beneficial impact on mental health**, particularly on symptoms of depression and anxiety, reducing stress, improving mood and promoting concentration. Yet these natural therapies remain under-exploited.

More than 20% of North-Western Europe is covered by natural areas that could be used for the benefit of adolescents living with mental health problems.

The **Forest4Youth** project improves the integration of the forest in therapeutic devices thanks to the following results :

- **Identification of 8 pilot therapeutic forests** in several European countries
- The development of a **care protocol** combining **real immersion** in the forest and **virtual reality**
- Accompanying **400 adolescents in therapeutic forest programs**
- Training for **mental health professionals and foresters**
- The creation of **5 reference training centers**



## A TRANSNATIONAL APPROACH FOR A LASTING IMPACT

**Forest4Youth** is based on an unprecedented collaboration between mental health professionals and the owners and managers of forests and green spaces. The aim is to **develop accessible solutions that can be implemented on a large scale**, so that young people can benefit from these therapies.

*"Reconnecting teenagers with nature gives them a chance to improve their mental health,"* explain the project's initiators.

The project also calls on public decision-makers to **integrate these solutions into health and regional planning policies**.

At a time when the mental health of young people is becoming a **societal emergency**, natural spaces represent a precious and widely available resource: exploiting them for their well-being is a necessity.

### PRESS CONTACT :

Jocelyn DELOYER

European Project Manager, CNP St-Martin

[jocelyn.deloyer@saintmartin.ofc.be](mailto:jocelyn.deloyer@saintmartin.ofc.be)

More information on **MentalNET.EU** and **forest4youth.nweurope.eu**

**THE PROJÉT TEAM :**



**Partenaires associés**



For Wallonia



Forest4Youth



**FOREST4YOUTH PROJECT PARTNERS :**

<b>Partenaires du projet FOREST4Youth</b>	
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)	BE
<b>Partenaires associés</b>	
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