



Les jeunes qui ressentent un mal-être sont incités à parler...

# Des actions de sensibilisation autour de la santé mentale

## PRÉVENTION

Béziers participe cette année aux "Semaines d'information sur la santé mentale" qui sont relayées, au niveau local, par différents partenaires. À commencer par la Maison des adolescents (MDA) qui va animer plusieurs rendez-vous. « Les jeunes peuvent avoir une représentation de la santé mentale qui s'apparente à la "folie". On s'adresse donc à eux en leur parlant de leur santé », souligne Fanny Cubells, chargée de prévention et de promotion à la MDA.

Ainsi ce **mercredi 12 octobre**, de 14 h à 17 h, au city-parc des Cigales, à La Devèze, l'association Épisode et l'organisme Hérault Sports se joignent à la MDA pour sensibiliser les jeunes à ces questions à travers des animations, un quiz et des défis sportifs. « L'objectif est d'évoquer avec eux tout ce qui peut générer un mal-être psychologique. Leur apprendre à partir de quel moment s'inquiéter, consulter, comment trouver des ressources... », poursuit Fanny Cubells. Et une expo-

sition de portraits d'adolescents pourra aussi constituer un support pour ouvrir la discussion...

La MDA, association départementale présente depuis 2016 à Béziers (au 92 avenue Jean-Constans), accueille, écoute et oriente les jeunes. Elle partage ses locaux avec Épisode et l'équipe mobile adolescents de l'hôpital. **Mardi 18 octobre**, de 14 h à 17 h, toujours dans le cadre de cette manifestation, elle ouvre ses portes au public et expliquera ses missions.

À noter que le programme se poursuivra la semaine prochaine avec notamment **jeudi 20 octobre**, une conférence-débat sur trois thèmes : "le sommeil et les écrans" par le docteur Buendia du Centre médical du sommeil de l'hôpital de Béziers ; "Les effets de la Covid sur la santé mentale des jeunes" par le docteur Geissmann ; "Bouger pour être en bonne santé... mentale" par Doriane Léonard. Rendez-vous à la médiathèque André-Malraux.

M.A.