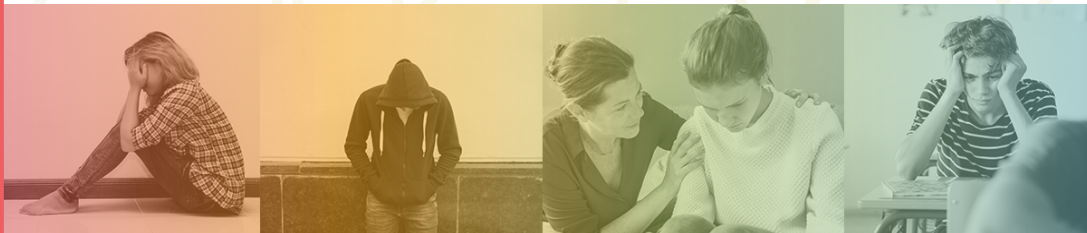


ÉCOUTÉMOI

Écout'émoi est un dispositif spécifique d'information, d'accompagnement et de prise en charge précoce de la souffrance psychique des jeunes de 11 à 21 ans.



Maux de tête, maux de ventre, angoisse, sentiment de fatigue, tendance à s'isoler ou au contraire à s'extérioriser trop fort, trop violemment ?

Vous êtes parent d'un jeune entre 11 et 21 ans et êtes inquiet pour votre enfant ?

Vous pouvez bénéficier d'une aide pour votre enfant et vous-même, en tant que parent.

Contactez la Maison des adolescents correspondant au lieu d'habitation ou de scolarisation de votre enfant* (coordonnées au dos du document)

** Ce dispositif est, pour l'instant, mis en place pour les territoires suivants :*

- Les Mureaux et Trappes (Yvelines)
- Garges-lès-Gonesse, Goussainville, Sarcelles et Villiers le Bel (Val d'Oise)
- Cholet (Maine-et-Loire)
- Saint Nazaire (Loire Atlantique)
- Les départements des Ardennes du Haut-Rhin, de la Meuse et des Vosges.

Pourquoi est-il important de s'occuper de sa santé mentale ?

Il n'y a pas de santé sans santé mentale nous rappelle l'Organisation Mondiale de la Santé.

La santé mentale est la recherche permanente d'un équilibre entre toutes les dimensions de notre vie : émotionnelle, psychique, physique, sociale, spirituelle, économique.

Elle est influencée par nos conditions de vie, les événements marquant notre vie, la société dans laquelle nous vivons et nos valeurs personnelles.

S'occuper de notre santé mentale nous permet d'améliorer notre état de bien-être et de repérer et prendre en charge précocement les signes d'une souffrance psychique pour éviter que ceux-ci ne s'installent durablement et ne s'intensifient.

Lien vers une vidéo d'explication :



Maux de tête, maux de ventre, angoisse, sentiment de fatigue, tendance à s'isoler ou au contraire à s'extérioriser trop fort, trop violemment.

Toutes ces manifestations renvoient souvent au mal-être de l'adolescence, période où l'on peut grandir parfois trop vite, où l'on peut se sentir seul, mal compris voir rejeté, angossé par les questions touchant à son avenir, son identité, sa sexualité, sa famille, ses amis.

Il est normal de ressentir cela à certains moments de l'adolescence, néanmoins, il est important de pouvoir en parler à un proche, d'être écouté, voire de consulter un professionnel si besoin, car ce mal-être peut aussi cacher, dans certaines circonstances, une souffrance plus profonde.

Votre enfant peut bénéficier de consultations, entièrement prises en charge, auprès de médecins et de psychologues.

En quoi ce dispositif peut-il aider mon enfant ?

Ecoute'moi permet de faire un bilan global pour un jeune qui semble en souffrance psychique avec une évaluation médicale (réalisée par un médecin de l'Education nationale, un généraliste ou un pédiatre) et la possibilité d'être ensuite accompagné par un professionnel.

Ces professionnels (psychologues, psychiatres) sont formés pour être à l'écoute des jeunes et de leurs familles, sans jugement, et selon des modalités et un cadre bien définis. Tous se sont engagés à respecter la confidentialité des échanges.

Qui peut bénéficier du dispositif Ecoute'moi ?

Pour bénéficier de ce dispositif, il faut être âgé de 11 à 21 ans et habiter ou être scolarisé dans les villes concernées par le dispositif (liste en couverture). Vous pouvez ensuite contacter la Maison des adolescents la plus proche (liste au dos du document). Ensuite, votre enfant bénéficie d'une consultation médicale par un médecin qui participe au dispositif Ecoute'moi puis, si nécessaire, de consultations auprès d'un psychologue ou d'un psychiatre.

Combien coûte la consultation ?

La consultation médicale et la consultation du psychologue sont prises en charge si ces consultations sont réalisées par des professionnels participant à Ecoute'moi.

Pour aider des adolescents et des jeunes entre 11 et 21 ans, l'Education nationale, des professionnels de santé (médecins généralistes, pédiatres) et des psychologues s'engagent à participer au dispositif Ecoute'moi qui permet d'être accueilli, écouté, accompagné.

Ecoute'emoi est animé et coordonné par les Maisons des adolescents.

Les Maisons des adolescents ont pour missions l'accueil, l'information, la prévention, l'accompagnement et la prise en charge multidisciplinaire de l'adolescent et de sa famille.

Contactez la Maison des Adolescents du lieu d'habitation ou de scolarisation de votre enfant.

Toutes les informations sur le dispositif Ecoute'emoi et les consultations vous seront données lors de votre premier appel téléphonique.

| Région & département | Nom de la Maison Des Adolescents | Adresse | | | Téléphone | |
|----------------------|----------------------------------|----------------------------|---|----------------|----------------------|----------------------------------|
| Ile de France | 78 | MDA Yvelines Sud | Institut de Promotion de la Santé, 3 place de la mairie | 78190 | Trappes | 06.61.81.88.02 07.60.69.85.62 |
| | 78 | MDA Yvelines Nord | 81 rue St Sébastien | 78300 | Poissy | 06.40.66.80.94 |
| | 95 | MDA de l'EST du VAL d'OISE | 78 rue de Paris | 95500 | Gonesse | 01.77.65.55.08 |
| Grand Est | 55 | MDA de la MEUSE | 8 rue Theuriet 2, rue Mogador | 55000 55100 | Bar le duc Verdun | 06.82.62.20.81 03.29.85.15.76 |
| | 88 | VOSGES | 16 quai Jules Ferry | 88000 | Epinal | 03.29.39.51.38 |
| | 68 | HAUT RHIN | 8 - 10 rue des pins | 68100 | Mulhouse | 03.89.32.01.15 |
| | 08 | ARDENNES | 25 rue de Tivoli | 08880 | Charleville-Mézière | 03.24.56.40.28 |
| Pays de la Loire | 44 | MDA de LOIRE-ATLANTIQUE | 7 rue Julien Videment | 44000 | Nantes | 02.40.20.89.65 |
| | 49 | MDA du MAINE et LOIRE | 1, place André Leroy | 49100 | Angers | 02.41.80.76.62 |