



COMMUNIQUE DE PRESSE



La Maison des Adolescents des Hautes-Alpes (MDA 05) reste à l'écoute des adolescents et des parents pendant le confinement lié à la pandémie de coronavirus

Une situation difficile à vivre pour les familles et pour les ados

Le confinement met les familles à rude épreuve et impose à chacune de redéfinir les règles de la vie ensemble au sein de l'espace domestique. Pas toujours facile d'éviter les tensions quand il faut gérer le travail, l'école à la maison, les tâches domestiques... et le stress ou l'anxiété liés à un contexte de pandémie anxiogène. Les difficultés sont encore accrues pour les familles les plus précaires et pour celles qui ne disposent pas de conditions de logement favorables à ce que chacun et chacune puisse garder un espace « à soi » malgré la proximité.

De plus, les adolescents sont particulièrement exposés aux risques psychologiques liés à cette situation. Comme l'a montré une enquête sur les effets psychologiques liés au confinement menée en Chine, les plus touchés par le stress psychologique généré seraient les femmes, les 18-30 ans et les plus de 60 ans (étude publiée dans la revue *General Psychiatry*). Les adolescents connaissant des troubles du comportement, des épisodes dépressifs ou encore des addictions avant le confinement apparaissent d'autant plus exposés à ces risques.

Un service d'écoute spécialisée gratuit par téléphone

Dans ce contexte, la MDA 05, portée par l'association Les PEP ADS, souhaite continuer à soutenir les jeunes haut-alpins (âgés de 11 à 25 ans) en souffrance et leurs parents, en maintenant son service d'écoute par téléphone.

Concrètement, après un premier accueil téléphonique qui permet de recueillir la demande et les raisons de l'appel, l'adolescent(e) ou le parent est orienté vers un écoutant du réseau MDA 05 (psychologue, infirmier ou travailleur social) qui reçoit habituellement le public dans les lieux d'accueil MDA. Ensuite, les rendez-vous d'écoute ont lieu par téléphone (éventuellement en visio), en fonction des disponibilités de l'adolescent(e) ou du parent.

Pour les adolescents et les parents traversant une période difficile et souhaitant bénéficier d'un rendez-vous d'écoute par téléphone : contactez Marion Brulport, coordinatrice santé de la MDA 05, au 06 31 44 28 99. L'accueil est gratuit, confidentiel et anonyme si besoin.

Des conseils spécifiques pour les parents

En cette période de confinement, les parents sont les premiers témoins des difficultés voire de la détresse que peuvent connaître certain(e)s adolescent(e)s. Face à des signaux d'alerte (pleurs incessants, perte d'appétit, isolement...), les professionnels de la MDA 05 sont là pour accompagner les parents, pour leur apporter des clés de compréhension de la situation et des conseils pour aider leurs adolescent(e)s à mieux vivre cette période.

L'équipe de la MDA essaie également d'apporter un soutien aux parents en proposant des conseils et des outils sur son site internet www.mda05.fr et sa page Facebook.

Contact :

Hélène BEGUIN, adjointe de direction de la MDA 05 : 06 38 93 39 99 - mda05.adjoint@lespepads.org