

## Maison des ados et des jeunes adultes du Tarn

### Quoi de neuf à la maison des adolescents ?

À la maison des adolescents deux nouvelles volontaires en service civique !

### Leurs objectifs ?

Elles mènent des actions autour de la santé mentale, notamment à travers l'animation d'un Escape Game avec la Ligue de l'Enseignement. Si vous êtes curieux, allez lire notre **ZOOM infos** en bas de la deuxième page !

### À propos des volontaires :



**Léa - 21 ans**

#### Quel est ton parcours académique ?

“ L’année dernière j’ai réalisé une licence de psychologie à l’université Jean François Champollion à Albi et je ferais un master de psychologie du développement de l’enfant et de l’adolescent à la rentrée 2026.”

#### Comment as-tu connu les missions de services civique ?

“J’ai découvert le service civique grâce à la faculté Champollion, qui nous avait transmis plusieurs mails présentant différentes missions. J’ai également pu en apprendre davantage lors de l’intervention de deux volontaires en service civique venues à la fin d’un cours en amphithéâtre pour présenter leur expérience et leurs missions.”

#### Qu’est ce qui t’a motivé à t’engager dans cette mission ?

“J’ai eu envie de faire une année de césure avant mon master afin de pouvoir être au contact de professionnels de la santé mentale, découvrir le fonctionnement d’une maison des adolescents, le rôle de chaque professionnel, ainsi que les différentes actions et projets qui peuvent y être menés.”

#### Qu’est ce que cette expérience va t’apporter ?

“Je pense que cette expérience va m’apporter des connaissances et des outils pour animer des ateliers, des débats et des actions de prévention autour de la santé mentale, tout en me permettant de développer des compétences relatives à l’accueil de jeunes en situation de vulnérabilité.”



## Celia 20 ans

### Quel est ton parcours académique ?

“J’ai récemment obtenu un CAP Accompagnement Educatif Petite Enfance au lycée Sainte Cécile d’Albi , ce qui m’a permis d’acquérir de l’expérience dans le domaine de la petite enfance”

### Comment as tu connu les missions du service civique ?

“J’ai découvert les missions de service civique grâce à des recherches que j’ai menées ”

### Qu'est ce qui ta donnée envie de le faire ?

“Ce qui m'a motivée, c'est avant tout l'envie de m'impliquer concrètement dans un projet utile sur un sujet qui me tient à cœur et qui touche beaucoup de personnes.”

### Qu'est-ce que tu penses que cette expérience va t'apporter ?

“Cela va m'aider à trouver ma voie professionnelle, je pense que cette expérience va m'apporter une meilleure compréhension des enjeux liés à la santé mentale, tout en me permettant de développer des compétences pour accompagner et sensibiliser les autres sur ce sujet.”

## ZOOM SUR L'ESCAPE GAME

Les deux volontaires en service civique participent à la coanimation d'un Escape Game avec la Ligue de l'Enseignement au sein de la mission locale, des lycées, des collèges et des centres sociaux.

### Qu'est ce qu'un escape game ?

Un escape game sur la santé mentale est un jeu d'évasion éducatif qui permet de sensibiliser les participants aux troubles psychiques, au bien-être mental et à la gestion du stress de façon ludique et interactive.

### Quels sont les règles du jeux ?

Les joueurs doivent résoudre des énigmes liées à la santé mentale (émotions, stress, préjugés, ressources d'aide, etc.) pour atteindre un objectif (aider un personnage, comprendre un message, “sortir” d'une situation symbolique).

### Quels sont les objectifs :

- Déconstruire les stéréotypes sur la santé mentale.
- Apprendre à reconnaître les signes de mal-être.
- Découvrir des solutions et ressources d'aide.
- Favoriser l'empathie et la communication.

**Et si vous aussi vous avez envie de faire venir l'escape game dans votre structure !**

**Contactez nous au 06 95 34 65 05**

**ou par mail : [education-engagement@laliguefol81.org](mailto:education-engagement@laliguefol81.org)**

# Venez découvrir avec nous le projet jeunes et aidant.e.s !



Dans cette classe, 3 de ces élèves sont des jeunes aidant.e.s,

qui sont-ils ?



MDA  
Maison Des Ados & Jeunes Adultes du Tarn

Prés d'un million de jeunes aidant.e.s en France soit entre 3 et 4 jeunes par classe !

## Qu'est ce qu'un jeune aidant.e ?

Un.e jeune aidant.e, c'est un.e enfant, un.e adolescent ou un.e jeune adulte qui aide ou soutient de manière régulière un ou des proches qui sont malades, en situation de handicap, de dépendance ou d'addiction, mais aussi du fait d'une précarité sociale ou financière.

Nawell, étudiante de 22 ans s'occupe du courrier et des factures et travaille pour aider financièrement son père gravement malade.

MDA  
Maison Des Ados & Jeunes Adultes du Tarn

La Maison des Ados a reçu un financement de la Fondation des Hôpitaux pour mettre en place un projet expérimental et des actions de sensibilisation et de repérage des jeunes aidant.es (2025-2026).



Une équipe dédiée à ce projet est joignable au

**06 12 78 78 84**

[jeunes.aidants@mda-tarn.fr](mailto:jeunes.aidants@mda-tarn.fr)

<https://www.mda81.fr/jeunes-aidants/>



Alors pour mieux comprendre les répercussions que ce rôle peut avoir, nous avons interviewé Fanny Paoli, éducatrice spécialisée à la MDA. Si vous êtes curieux nous vous invitons à découvrir l'interview qui suit.

## **En quoi consiste le projet expérimental Jeunes et Aidant.es ?**



**Quels sont les objectifs du projet Jeunes Aidants ?**

Sensibiliser les professionnels pour aider au repérage et accompagner les jeunes aidants.

**Pour quelles raisons un jeune peut être aidant ?**

Un jeune peut devenir aidant pour de nombreuses raisons liées à la situation d'un membre de sa famille : handicap, maladie, troubles psychiques, addiction, mais aussi pour des raisons sociales et financières (précarité, barrières linguistiques, perte d'autonomie ...).

**Quels sont les signes qu'on peut observer pour repérer un jeune aidant ?**

Les professionnels peuvent repérer plusieurs signes, tels que l'absentéisme scolaire ou des retards répétés, de l'isolement, de la tristesse, de l'anxiété, ou encore une fatigue importante, un manque d'attention, et parfois une hyper-maturité inhabituelle pour l'âge.

Très souvent, ces situations restent invisibilisées ou cachées, car ces jeunes considèrent que cela fait simplement partie de la logique familiale. Pour eux, il est normal d'aider un parent, un frère ou un autre proche. Et certains n'en parlent pas par crainte de la stigmatisation liée à la situation de leur proche aidé, tandis que d'autres redoutent la réaction de l'entourage ou des institutions, notamment par peur d'un placement.

**Quels sont les pourcentages de jeunes concernés par l'aidance ?**

On parle de 3 élèves par classe qui seraient concernés par cette situation, soit 12,3% des collégiens qui apportent une aide régulière et significative à un proche confronté à la maladie ou au handicap.

Chez les lycéens, 14,3 % d'entre eux seraient concernés, soit environ 4 jeunes aidants par classe.

Du côté des étudiants, ce sont 15,6 % des étudiants qui sont jeunes aidant.es et qui fournissent une aide régulière et significative à un proche.

**Qu'est ce que la Maison des adolescents propose aux jeunes aidants?**

La Maison des Adolescents propose aux jeunes aidants un accueil à la fois généraliste et spécifiquement adapté à leurs besoins, comme pour les autres jeunes.

Cet accueil est gratuit, confidentiel et anonyme, ce qui leur permet de venir en toute sécurité.

Les jeunes bénéficient d'une écoute attentive ainsi que d'un accompagnement ajusté à leur situation particulière, puisqu'ils doivent gérer à la fois leur propre adolescence et leur rôle d'aidant.

La MDA peut également orienter ces jeunes vers un réseau de partenaires spécialisés lorsque leur situation nécessite un soutien plus ciblé. L'entourage du jeune, qu'il s'agisse de la famille ou de proches, peut aussi être accompagné afin de favoriser une dynamique globale de soutien.

Enfin, la Maison des Adolescents joue un rôle de sensibilisation et d'appui auprès des professionnels pour mieux faire connaître les enjeux liés aux jeunes aidants et améliorer les pratiques autour de cette thématique.

Au cours du mois d'octobre 2025, Laura Vaillant, journaliste pour Le Tarn Libre, est venue à la Maison des Adolescents interviewer Sandra, promeneuse du Net. Au cours de cet échange, plusieurs thèmes ont été abordés : la présentation du dispositif Promeneurs du Net et son fonctionnement, l'utilisation de l'intelligence artificielle, l'impact des réseaux sociaux sur la santé mentale des jeunes, ainsi que l'accompagnement des parents dans le numérique et la prévention en ligne. Ont également été évoqués les problématiques de harcèlement et cyberharcèlement, ainsi que le projet "Jeunes aidants".

## ZOOM SUR LE STAND



Le 12 novembre 2025, la Maison des Adolescents du Tarn était présente lors du Roadshow organisé par la CPAM au CFA Cunac d'Albi. Nous y avons présenté la Maison des Adolescents en rappelant qu'il s'agit d'un lieu d'échange et d'écoute, anonyme et confidentiel, où les jeunes peuvent venir sans autorisation parentale pour rencontrer un·e psychologue ou un·e éducateur·rice. Célia et Léa, nos 2 volontaires avaient réalisé un quiz autour de la santé mentale, une roue avec des défis bien-être, ainsi qu'un jeu-débat portant sur des situations de la vie quotidienne. Elles ont pu échanger avec les jeunes autour de ces outils tout au long de la journée.



Envie de voir les actions programmées en 2026 ?  
Alors nous vous invitons à jeter un œil  
à nos projets dans la dernière page.

# ZOOM SUR 2026

## Contre le harcèlement de rue !

Rejoignez-nous pour un Ciné-débat convivial et dynamique le **mercredi 28 janvier**, de 14h30 à 16h30 à la Maison des Ados - Site d'Albi .

Un moment fort pour comprendre, échanger et agir ensemble !

## 🔔 Restez connecté.es !

Surveillez nos réseaux : la Maison des Ados prépare aussi un Escape Game spécial le **mercredi 21 janvier** de 18h à 19h. Une expérience immersive pour réfléchir autrement à la santé mentale.

## ✨ Et ce n'est pas tout !

Un vendredi par mois, retrouvez nos ateliers thématiques, ouverts à tous, pour créer, discuter, s'informer et s'entraider.

## Projet court-métrage



La Maison des Ados propose de créer un nouveau court métrage avec un groupe de jeunes :

Les ateliers auront lieu les mercredis après-midi :

- 11 et 18 février 2026
- 11, 18 et 25 mars 2026
- Une journée de tournage prévue pour fin mars – début avril 2026

Les rencontres auront lieu au **Centre social La Fabrique à Albi (quartier de Cantepau)** .



## FERMETURE ANNUELLE !

**LA MAISON DES ADOLESCENTS DU TARN SERA FERMÉE DU 23 DÉCEMBRE 2025 AU 4 JANVIER 2026.**

**RÉOUVERTURE LE 5 JANVIER 2026.**

**BONNES FÊTES À TOUTES ET TOUS !**

