

Conférence et forum d'échanges - Orientation et Santé mentale des Jeunes adultes le 19/11/24

La Fondation Benoit oeuvre depuis plus de 20 ans à **soutenir les jeunes adultes en questionnement sur leurs projets d'avenir et/ou à l'arrêt dans leur parcours.**

L'entrée dans la vie adulte est une période complexe durant laquelle le jeune adulte doit faire face aux nombreux défis qui s'offrent à lui.

En 2020, la crise sanitaire a révélé le mal-être des étudiants et des jeunes adultes. Plusieurs études indiquent que **la santé mentale des jeunes continue à se dégrader**. Or celle-ci reste largement stigmatisée ou mise sous le tapis. Il n'est pas aisé pour un jeune de parler de ses difficultés durant cette période de transition et de trouver l'aide appropriée que ce soit pour **soutenir sa trajectoire étudiante, poser des choix importants pour son avenir, reprendre confiance en soi, sortir de la solitude, ou soigner un trouble psychique.**

La fondation Benoit vous invite à participer à son **Forum d'échanges** qui aura lieu **le 19 novembre 2024 à la Maison de la Poste à Tour&Taxi (rue Picard 7, 1000 Bruxelles)**. Un accueil sera prévu dès 8h45 et la journée se clôturera à 16h30.

Ce Forum s'adresse

- **aux professionnels des secteurs de l'éducation, de la santé mentale, de l'orientation scolaire et professionnelle** qui souhaitent se rencontrer et **partager des ressources et pratiques concrètes pour accompagner les jeunes dans leur parcours et les aider à préserver leur santé mentale ;**
- **aux jeunes adultes et à leurs parents** qui souhaitent découvrir des dispositifs et partager leurs expériences en termes d'orientation, de parcours étudiant, d'insertion professionnelle et de santé mentale.

Au programme...

Nous aurons la chance de recevoir **Jean-Victor Blanc, psychiatre à l'hôpital Saint-Antoine à Paris, enseignant à la Sorbonne et auteur de « Pop&Psy »**. Il ouvrira la journée par une conférence sur le thème : **« La pop culture pour déstigmatiser la santé mentale des jeunes adultes »**. Modération par Christelle Tissot Grosset, journaliste et fondatrice du média **Mūsae** dédié à la santé mentale des jeunes générations.

Ensuite la journée sera rythmée par **deux temps d'ateliers au choix** animés par des organisations qui ont développé des outils/dispositifs concrets pour soutenir les jeunes adultes dans leur parcours et prendre soin de leur santé mentale :

- **Outils d'orientation intégrant la transition écologique et sociale ;**
- **Se mettre au service de la collectivité ;**
- **Mieux se connaître et mûrir un projet ;**

- **Bien-être étudiant : mentorat et pair-aidance ;**
- **Rencontres inspirantes comme outils de remobilisation des jeunes à l'arrêt ;**
- **Soins verts : la nature comme outil thérapeutique ;**
- **Fresque de la santé mentale : sensibiliser, informer et développer le pouvoir d'agir des jeunes sur leur santé mentale ;**
- **Groupes de parole, art thérapie et approche psychocorporelle pour sortir d'une impasse personnelle.**

La journée se clôturera sur un temps de partage des ressources collectées au sein des différents ateliers.

Participation aux frais : 35€ (réservation avant le 15/10/24) - 45€ (réservation après le 15/10/24) - lunch et pauses-café compris.

[Achetez vos billets !](#)

Les partenaires : Nightline France, Backstage Network, Iff Europe, Graines de Soi, Année Lumière, Service Citoyen, Nos Oignons, CHU Brugmann

