



Communiqué de presse. Novembre 2021

Action for Integral Human Development lance une campagne sur la santé mentale

Les conséquences de la pandémie de COVID-19 sur la santé mentale sont préoccupantes. Les recherches font état d'une augmentation des niveaux de stress et d'anxiété dans la population. Une campagne sur la santé mentale nous a semblé fondamentale.

Cette campagne, d'une durée de 10 semaines, proposera des outils pour permettre à chacun.e de prendre soin de lui et des autres dans ce contexte fragile.

«Depuis 2020 nous observons une plus grande vulnérabilité de la population mauricienne ; une hausse des risques suicidaires, une augmentation des états dépressifs, un important état d'anxiété, un niveau de stress accru... La situation est alarmante.» détaillent Emilie Rivet-Duval et Mélanie Vigier de Latour-Bérenger, psychologues.

La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, développe sa capacité à penser, à ressentir, à apprendre, à travailler, à surmonter les tensions normales de la vie ; à nouer des relations constructives et à contribuer à la vie de la collectivité. Elle se positionne sur un continuum pouvant inclure des périodes de bien-être et des périodes de souffrance qui, la plupart du temps, n'évolueront pas vers un trouble diagnosticable.

Les troubles en santé mentale sont le plus souvent des états intermittents qui peuvent se matérialiser par des difficultés à dormir, à exprimer et contrôler ses émotions, à mobiliser ses compétences ou développer ses capacités. Cela peut se manifester dès l'enfance ou l'adolescence.

- En moyenne de 2015 à 2020, 5763 nouveaux cas d'enfants victimes de violence, maltraitance, abandons, négligence, etc. sont rapportés chaque année au *Child Development Unit* à Maurice
- De nombreux jeunes sont victimes de harcèlement
- Les comportements sexuels à risque sont importants : le nombre de jeunes filles qui accouchent mettent en évidence le nombre de relations sexuelles non protégées. En moyenne 27 bébés sont nés de mères âgées de 10 à 14 ans, de 2013 à 2018. Et en moyenne, 1054 bébés sont nés de mères de 15 à 19 ans.
- Chez les adolescent.e.s de 15 ans dans le monde, 1 sur 5 a été en état d'ébriété 2 fois ou plus dans sa vie, et près d'un.e sur 7 a été ivre au cours des 30 derniers jours. Les consommateurs.rices de substances augmentent chez les jeunes, la drogue synthétique abîme beaucoup de nos jeunes outre la consommation d'alcool et de cigarettes.

Apprendre à se connaître, à reconnaître et gérer nos sentiments, à développer nos forces pour faire face aux situations difficiles, à nouer des relations de qualité, à demander de l'aide quand nous en avons besoin et d'autres thématiques seront donc au coeur de cette campagne.

À propos de l'AIHD :

«*Action for Integral Human Development*» est une compagnie privée du Diocèse de Port-Louis "*limited by guarantee*" créée en 2012 avec pour objectif principal de promouvoir et améliorer le bien-être émotionnel de la personne, à travers divers axes, programmes, et formations (cf. site web : aihd.mu).

Contacts Presse :

Emilie Rivet-Duval

Responsable des projets d'AIHD.

Email : eduval.eveche@diocesepl.mu

Tel : 5 491 0881

Mélanie Vigier de Latour-Bérenger

Consultante

Email : melanievlb@gmail.com; consultante@aihd.mu

Tel: 5 734 4227