

## Santé mentale des adolescents : qu'est-ce qui est normal, quand s'inquiéter?

**Montréal, le 15 février 2021** – Le CIUSSS-de-l'Est-de-l'Île-de-Montréal (CIUSSS-EMTL) est fier d'annoncer la mise en ligne de sa toute nouvelle série de capsules vidéo qui s'adresse aux parents et aux proches d'adolescents qui se posent des questions sur la santé mentale de leurs jeunes.

Intitulé « Mais qu'est-ce qui se passe avec toi? », cette série de capsules distingue les comportements normaux que pourrait avoir un adolescent des comportements indiquant le début d'une difficulté en santé mentale. Ces capsules visent à outiller les parents et l'entourage des jeunes pour mieux dépister un enjeu possible de santé mentale, à les orienter vers des ressources d'aide et à prévenir le suicide.

« L'adolescence est une période qui est vraiment déroutante par moment, et ce, pour l'ensemble des parents, » affirme Marie-Claude Leduc, directrice adjointe au Programme jeunesse du CIUSSS-EMTL. « C'est normal de se questionner sur le bien-être, les inquiétudes ou les défis que vivent nos jeunes. Qu'est-ce qu'une adolescence normale, quand dois-je m'inquiéter, comment dois-je agir si mon enfant ne va pas bien : de nombreuses questions dont les réponses peuvent faire une différence pour les proches des adolescents au présent comme pour le futur. Tout le monde vit des difficultés à son niveau : il n'y a pas de petite inquiétude, juste des parents qui veulent le meilleur pour leur enfant. »

Depuis le début de la pandémie, le CIUSSS-EMTL a créé deux autres séries de capsules vidéo dans le but de prodiguer des conseils et d'outiller la population afin de prendre soin de leur santé mentale. Disponibles sur la chaîne YouTube du CIUSSS-EMTL, ces capsules vidéo de quelques minutes mettent en vedette nos experts qui offrent des pistes de solutions ainsi que des ressources pour mieux passer à travers ces temps difficiles.

### Mais qu'est-ce qui se passe avec toi

<https://youtube.com/playlist?list=PLQ4xC20-RcEn9i6mFbC-3srXQT1VcGwcS>

### La série qui fait du bien

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ4xC20-RcEmxvjLSy0GM-zx2iptllPe>

### Tribu familiale

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLQ4xC20-RcEmVoEQAS7kRvYF2ytoXYIts>

### À propos du CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

Le CIUSSS-EMTL regroupe 26 installations et dessert une population de plus de 500 000 Montréalais. Affilié à l'Université de Montréal, il offre une gamme complète de soins de santé et de services sociaux de première ligne, de services d'hébergement, de soins hospitaliers généraux, spécialisés, surspécialisés et de soins en santé mentale.

[ciuss-estmtl.gouv.qc.ca](http://ciuss-estmtl.gouv.qc.ca)

**Pour information et entrevues**

Bureau des relations médias

CIUSSS de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

514 251-4070

[relations.medias.cemtl@ssss.gouv.qc.ca](mailto:relations.medias.cemtl@ssss.gouv.qc.ca)