



LE CONSTAT

Depuis 2018, la **santé mentale des adolescents s'est fortement dégradée** : troubles somatiques ou psychologiques récurrents, dépression, pensées suicidaires, troubles psychiques. Le constat est alarmant.

Les causes : crises politiques, sanitaires, environnementales, conflits armés, pression scolaire, sociale et omniprésence du numérique.

NOTRE RÉPONSE

InspiR : un parcours progressif global, concret, ludique et répliquable, qui associe adolescents et parents, supervisé par un Conseil scientifique.

Points forts de notre offre :

- Une approche inclusive : un programme adapté à l'ensemble des adolescent·e·s.
- Un cadre pédagogique structuré et standardisé qui est une garantie de qualité et de sérieux : un programme certifié, labellisé et supervisé par un Conseil scientifique reconnu

REJOIGNEZ-NOUS !

Décideurs, mécènes, partenaires, rejoignez-nous et **contribuez à faire du bien-être et de la résilience un droit pour tous les jeunes !**

Ils nous soutiennent déjà :



Un programme pour le bien-être et la confiance en soi des adolescents

Objectifs :

- Développer les **compétences psychosociales** (connaissance de soi, esprit critique, gestion des émotions et du stress, communication, entraide).
- Promouvoir une **hygiène de vie saine** (sommeil, alimentation, activité physique).
- Favoriser un **usage éclairé du numérique**.

- **Parents inclus** : ateliers dédiés pour renforcer leur posture éducative et soutenir leur enfant au quotidien.

Une première expérimentation réussie !

- Pilote Nanterre (août 2025) : 15 ados + parents, 10 ateliers (35h),
- Résultats : méthode pédagogique adaptée aux adolescents ; 100% recommandent ; 90% ressentent une appartenance au groupe ; renforce la cohésion d'équipe.

Déploiement :

- L'objectif est maintenant de déployer InspiR via 3 grands réseaux : éducation nationale, extrascolaire, protection de l'enfance
- Nos prochaines étapes :
 - S1 2026 : Création du module de formation des coachs inspiR; recrutement et formation de la première cohorte de coachs InspiR.
 - S2 2026 : Déploiement auprès de quatre partenaires : Education nationale, fédération sportives, Aide sociale à l'enfance et Collectivités locales
 - S2 2026 : Déploiements extrascolaires en club de sports, associations et ASE

Notre mission :

- 1 **Accompagner les adolescents** pour qu'ils croient en eux, apprennent à traverser les épreuves, et développent leur plein potentiel.
- 2 **Soutenir les parents**, premiers alliés de leurs enfants, dans leur rôle d'accompagnement au quotidien.
- 3 **Favoriser la solidarité entre pairs**, en renforçant la cohésion, l'entraide et le lien social entre les jeunes.