

« Plus on les sensibilise jeunes, mieux ils vont se porter plus tard »

Le champion du monde 2018 **Samuel Umtiti** a passé un long moment avec des collégiens lyonnais pour évoquer la santé mentale. Nous l'avons suivi durant une matinée.

DE NOTRE ENVOYÉE SPÉCIALE
SYANIE DALMAT

LYON – « Casse la démarche comme Samuel Umtiti. » Les paroles de la chanson de Vegedream, rendant hommage à la célébration de l'ancien défenseur des Bleus à la suite de son but contre la Belgique en demi-finales de la Coupe du monde 2018 (1-0), ont évidemment résonné dans la classe de 4^e du collège Jean-Philippe Rameau de Champagne-au-Mont-D'or. Les élèves de ce collège situé au nord-ouest de Lyon, qui étaient en primaire quand les Bleus ont remporté leur deuxième étoile, en avaient plein les yeux quand Umtiti a fait irruption dans la pièce quelques minutes plus tard, juste après être passé saluer la 4^e en cours d'espagnol.

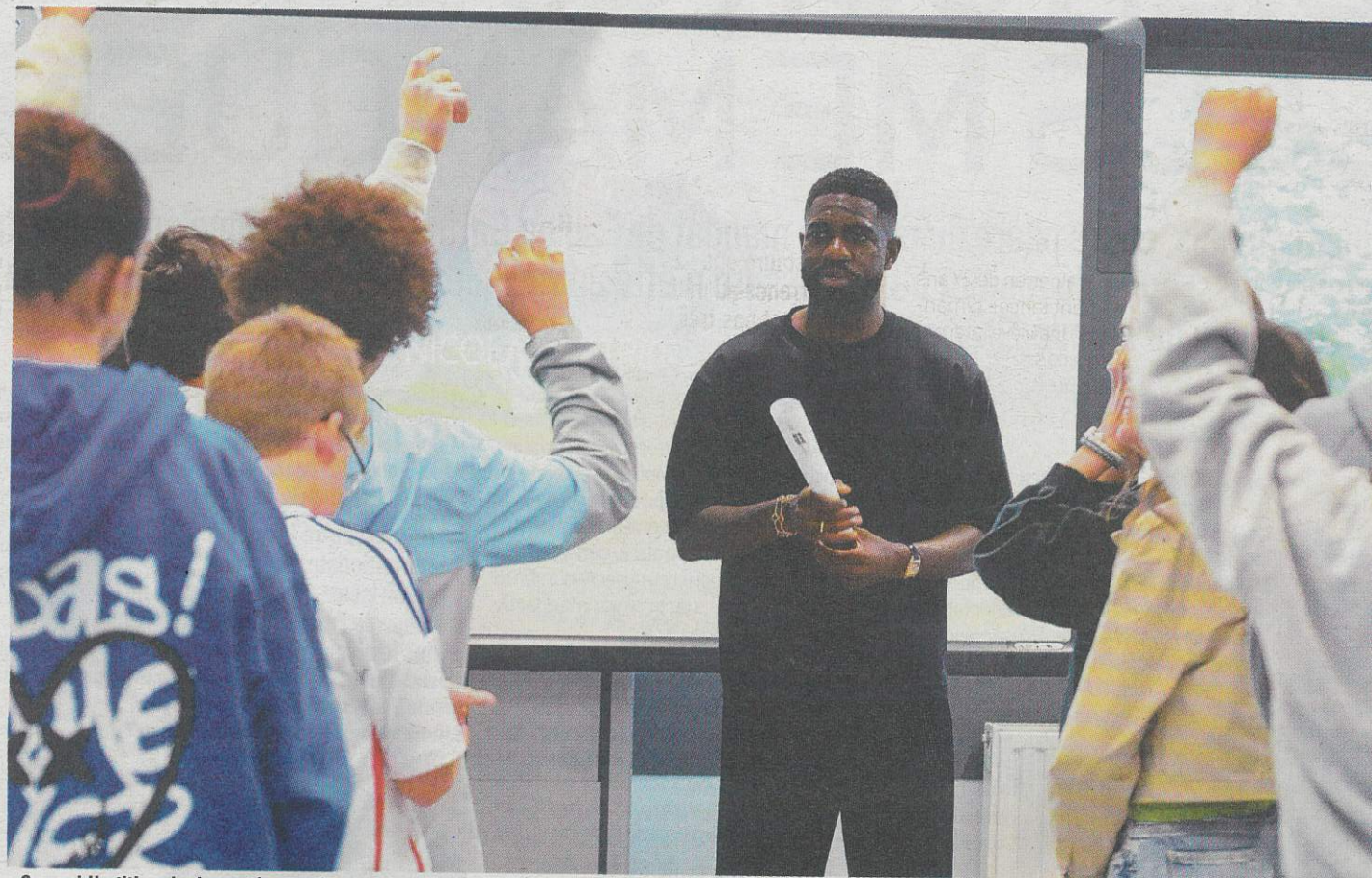
La rencontre était placée sous le signe de la santé mentale. À l'initiative de Génération 2018 – le collectif caritatif des champions du monde – et de Sarah da Silva, la psychologue de l'école, une trentaine d'élèves ont passé une heure et demie avec l'ex-défenseur des Bleus (31 sélections), qui, après avoir connu des épisodes dépressifs, en a témoigné dans le documentaire *Têtes plongeantes*, destiné à devenir un outil pédagogique pour les enseignants afin d'aborder cette problématique avec les adolescents.

Et visiblement, ce n'est pas accessoire. « Depuis l'épidémie de Covid, on sent une dégradation de la santé mentale des ados », nous confie la principale du collège, Catherine Dergham, qui exerce depuis 26 ans et qui a vécu sa deuxième rentrée à Jean-Philippe Rameau. « Au collège, les questionnements arrivent sur le corps qui change, la puberté, le genre, l'orientation sexuelle ou encore les relations avec les autres, si on ajoute à cela le contexte actuel qui est anxiogène, les enfants peuvent être déstabilisés », précise-t-elle.

« Ça leur donne aussi la possibilité de savoir qu'ils ne sont pas seuls »

SAMUEL UMTITI

Face à eux, Umtiti répond à une première question. Simple mais essentielle : « Comment allez-vous ? » « Je vais bien tout en essayant de gérer des choses qui ne sont pas faciles », répond celui qui a joué le rôle de consultant pendant la dernière Coupe du monde. Accompagné d'un professeur et de la psychologue, il participe ensuite à un débat mouvant avec les élèves afin de déconstruire les



Samuel Umtiti parle de santé mentale avec des 4^e du collège Jean-Philippe Rameau de Champagne-au-Mont-D'or près de Lyon.

idées reçues autour de la santé mentale.

Puis il répond patiemment à toutes les questions des adolescents... qui ne l'ont même pas interrogé sur sa carrière. « Plus on les sensibilise jeunes, mieux ils vont se porter plus tard, parce qu'ils auront des tips pour aller mieux, souligne Umtiti après son moment avec les adolescents. En quelques séances, on sent qu'ils sont impliqués, qu'ils ont pris conscience de ce sujet qui est important. »

L'ancien défenseur de l'OL et du Barça a apprécié la richesse des échanges. « À cet âge-là, tu comprends beaucoup mieux les mots, poursuit-il. Il faut commencer par ces élèves, qui vont être les porte-parole et essayer de sensibiliser leurs camarades. Ça leur donne aussi la possibilité de savoir qu'ils ne sont pas seuls et s'ils ont besoin aussi de parler, de ne pas attendre d'être au plus mal pour le faire. »

Les retours des enfants sur cette rencontre sont positifs : « Certains dans la classe peuvent se sentir mal, et ça peut être rassurant pour eux de voir que même un joueur de football célèbre vit la même chose que nous », souligne Halima, 13 ans. « Le sujet n'est pas assez abordé, donc c'est bien d'en parler, complète Antony, même âge, venu avec son maillot de l'OL.

Même les personnes dont on pense qu'elles vivent mieux que nous peuvent traverser des moments difficiles. »

La 4^e, moment de « bascule physique et psychique »

Sarah da Silva, la psychologue, met le doigt sur les souffrances que peuvent vivre ces collégiens : « Les enfants sont un miroir tendu de la société, ils entendent beaucoup de discours dépréciatifs de la part des adultes, rappelle-t-elle. Au sein du collège, nous avons développé tout d'abord un repérage avec l'infirmière, les enseignants, la CPE et la principale, puis nous mettons en place un accompagnement, les numéros verts sont aussi très importants. Nous n'avons pas choisi une classe de 4^e au hasard, c'est à ce moment-là que se fait la bascule, physique et psychique. L'idée est d'accompagner les représentations sur la santé mentale : on

a le droit de ne pas aller bien et d'accepter d'être accompagné. »

En cette période de révolte des lycéens, qui peinent à faire entendre leurs revendications, Umtiti assure avoir apprécié écouter et échanger avec les collégiens. « Je prends énormément de plaisir à parler avec les jeunes, sourit-il. On leur donne cette possibilité de dire ce qu'ils pensent, de donner leurs réponses, en leur expliquant qu'il n'y a pas forcément de bonnes ou de mauvaises. Ces échanges font du bien à tout le monde, et moi, ça me donne envie de continuer de parler de ce sujet-là. »

Pour les adolescents et enfants rencontrant des difficultés, voici des numéros d'urgence à contacter :

- 3018 l'association e-enfance
- 119 allô enfance en danger
- 3114 numéro national de prévention du suicide.

La santé mentale au collège en chiffres

51 % des collégiens sont concernés par des plaintes somatiques et/ou psychologiques récurrentes ;
 21 % des collégiens déclare un sentiment de solitude ;
 14 % des collégiens présente un risque important de dépression.
 Source : Santé publique France, résultats de l'enquête EnCLASS 2022 publiée en avril 2024.

RÉSULTATS

ANGLETERRE

6^e journée

HIER

Coventry (14) - Newcastle (11).....4-1
 Coventry : Rudoni (6^e s.p.), Chérif (48^e), Simms (81^e), Mfuni (86^e).
 Newcastle : Botman (70^e).

ESPAGNE

8^e journée

HIER

Levante (17) - Séville FC (5).....3-3
 Levante : Iv. Romero (57^e), A. De la Fuente (90^e+2), Ndukwe (90^e+10).
 Séville FC : Ure (13^e), F. Correia (54^e), Is. Romero (90^e+5).

ITALIE

6^e journée

HIER

Atalanta (10) - Venise (20).....3-1
 Atalanta : Kessié (4^e), Krstovic (6^e, 30^e).
 Venise : Hainaut (37^e).
 Torino (12) - Udinese (15).....2-1
 Torino : Bragança (36^e), Kulenovic (67^e).
 Udinese : Ekkelenkamp (43^e).

PORTUGAL

8^e journée

HIER

Famalicao (13) - Alverca (8).....1-4

Express

Cormier officiel entraîneur de Bo

L'avenir des Girondins s'éclaircit. Hier, l'ancien club repris par le football d'investissement Benjamin Bench a été révélé. Régional 1 a annoncé de Dominique Delpech, président du club et de Cormier au poste d'entraîneur principal de l'équipe. Le club construit une partie au Mans et exerce comme adjoint à Montpellier.

Un missile retardé d'envoi du match

Le coup d'envoi du match Nassr et Neftchi Farah de la ligue de l'AFC Champions Elite, a été retardé à la suite de la coalition à annuler l'interception et la destruction du missile balistique tiré par le Yémen. Les supporters se trouvaient déjà devant l'Al-Awwal Park lors de la sécurité à nécessité. Cette interruption n'a pas perturbé Cristiano Ronaldo juste avant la mi-temps 981 but de sa carrière.