

## Le conseil des jeunes de Mulhouse lance son podcast sur la santé mentale

*En 2024, le conseil municipal des jeunes a mené un projet autour de la santé mentale. Le mois de janvier 2025 marque son aboutissement avec le lancement d'un podcast et la distribution d'un objet anti-stress dans les lycées de Mulhouse.*

### Des témoignages d'invités aux parcours inspirants

Pour les conseillers jeunes, le sujet de la santé mentale est un enjeu global sur lequel ils ont travaillé durant toute l'année 2024. Durant leurs séances de travail, ils ont toutefois choisi de l'aborder à travers les effets de la pression scolaire et des choix d'orientation, notamment avec le retour de Parcoursup en janvier.

Pour en parler, les jeunes ont enregistré un podcast de plusieurs épisodes avec les témoignages d'invités aux parcours inspirants. Chaque épisode dure entre 30 minutes et 1h15 et peut s'écouter n'importe où, à partir d'une plateforme d'écoute. Dans une ambiance détendue, autour d'un chocolat chaud et de cookies, chaque podcast a été tourné dans les locaux du service Jeunesse, entre avril et novembre 2024.

Parmi les invités, on retrouve quelques noms bien connus et une belle diversité dans les parcours scolaires et professionnels, dont :

- Michèle Lutz, maire de Mulhouse
- Luc Chervy, président de la CAF du Haut-Rhin
- Marie Hottinger, adjointe au maire de Mulhouse
- Anthony Bourdeaux, chef du service Jeunesse et vie sportive
- Armelle Faesch, ancienne volleyeuse et responsable de l'événementiel sportif à la Ville de Mulhouse
- Mehdi Boswingel, entrepreneur mulhousien
- Spidermehdi, influenceur mulhousien

Le podcast, nommé « Pause Chocolat Show », est disponible gratuitement sur toutes les plateformes d'écoute (Spotify, Deezer, Apple Music...).

### Distribution de « squishies » dans les lycées pour valoriser le projet

Un squishie est un petit objet à matière anti-stress. Pour être en lien direct avec le podcast, il a pris la forme d'un gros cookie. A l'arrière de chacun de ces objets se trouve un QR code qui dirige l'utilisateur vers les podcasts. Une manière originale de faire découvrir aux principaux concernés les parcours inspirants.

Début janvier, au retour des vacances de Noël, plusieurs conseillers jeunes se sont rendus dans les lycées mulhousiens pour distribuer gratuitement ces goodies aux lycéens, lors des récréations. Les jeunes se sont notamment rendus dans les lycées Louis Armand, Schweitzer, Montaigne, Lambert et Lavoisier.