



Communiqué de presse
Décembre 2025

Petit BamBou Foundation

Santé mentale des jeunes

Petit BamBou organise à Tourcoing une journée de sensibilisation pour 160 élèves

Le 15 décembre prochain, **Petit BamBou réunira à Tourcoing 160 élèves et enseignants pour une journée dédiée à la santé mentale des jeunes.** Organisée au Cube, le tiers-lieu pédagogique de L'EIC de Tourcoing, cette rencontre permettra à la fois d'échanger avec trois experts du développement et du bien-être des jeunes, et d'expérimenter la méditation comme outil concret pour mieux gérer stress et émotions. **L'initiative s'inscrit dans le prolongement de la Consultation nationale lancée par l'UNICEF France, qui vise à mieux saisir les attentes et les préoccupations des enfants et des adolescents sur ce sujet devenu majeur.**

Une journée trois-en-un

Jamais les jeunes n'ont autant parlé de stress, d'anxiété ou de solitude. **Près d'un adolescent sur cinq présente des signes ou un risque de troubles liés à la santé mentale***, ce qui renforce l'urgence de les écouter pour mieux comprendre ce qu'ils vivent et les accompagner. C'est dans cette dynamique que **Petit BamBou Foundation, fonds de dotation dédié au bien-être des enfants et des adolescents**, s'engage auprès de l'UNICEF France dans le cadre de la Consultation nationale dédiée à la santé mentale des enfants et des adolescents.

"Nous avons choisi de soutenir l'initiative de l'UNICEF France et avons souhaité aller plus loin en organisant cette Journée de sensibilisation au Cube. Être présents sur le terrain, dans un lieu qui favorise le lien et l'expérimentation, nous permet de donner corps à notre mission : aider les enfants à cultiver leur attention, à identifier et mobiliser leurs ressources, et à renforcer leur équilibre émotionnel pour grandir sereinement." explique Sophie Gosselin, Responsable de Petit BamBou Foundation.



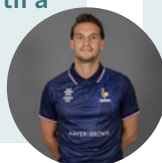
*Santé publique France - « La santé mentale et le bien-être des collégiens et lycéens en France hexagonale : résultats de l'enquête nationale EnCLASS 2022 »

Après avoir rempli le questionnaire de l'**UNICEF** pour faire entendre leur voix, les élèves du groupe d'établissements EIC Tourcoing suivront un programme ludique et adapté à leur âge (du CM1 à la seconde), afin de **comprendre les enjeux de la santé mentale et repartir avec des outils concrets pour en prendre soin** :

Une introduction façon TedX d'Elena Lucciarini, enseignante et chercheuse en psychologie positive, pour découvrir la santé mentale à hauteur d'enfant.



Un témoignage inspirant de Viktor Lockwood, athlète olympique et international français de hockey sur gazon, sur la thématique "Comment prendre soin de sa tête et de son corps"; Soucieux de l'équilibre entre son corps et sa tête, le sportif a créé MensSana, une application dédiée à la préparation mentale.



Une série d'ateliers pratiques : Forces de caractère (par Elena Lucciarini), Mouvement (par Viktor Lockwood) et Respiration (par Yves-Vincent Davroux, respirologue)



Cet événement sera accueilli par Le Cube, tiers-lieu de l'EIC spécialisé dans l'apprentissage, les rencontres et les expérimentations : « *L'éducation ne se limite pas à la transmission des savoirs : elle s'enracine dans la rencontre, l'écoute et la confiance. Vivre cette journée avec Petit BamBou, c'est affirmer qu'apprendre, enseigner, accompagner ne peut se faire que dans un climat d'attention et de bienveillance* » précise Christian-Jacques Lawson, chef d'établissement du Lycée EIC et coordinateur de l'ensemble scolaire.

Par l'organisation de cette Journée de sensibilisation, **Petit BamBou Foundation** renouvelle son engagement envers le monde éducatif grâce à des actions tangibles et divertissantes pour aider les enfants et les adolescents à développer leurs compétences psychosociales.

À propos de Petit BamBou & Petit BamBou Foundation

Petit BamBou est une application de méditation de pleine conscience lancée en janvier 2015. Sa particularité ? Avoir toujours placé les utilisateurs au cœur de toutes ses préoccupations, créant une relation de proximité hors-norme. L'application propose une grande variété de séances adaptées tant aux débutants qu'aux plus expérimentés, et compte aujourd'hui 12 millions d'utilisateurs. Présente dans 190 pays et disponible en 6 langues (anglais, allemand, espagnol, français, italien et néerlandais), Petit BamBou propose un catalogue de plus de 1 400 séances de méditation et de respiration.

Créée en juillet 2024, Petit BamBou Foundation est le fonds de dotation à but non lucratif de Petit BamBou.

Il incarne l'engagement de la marque auprès du monde éducatif en soutenant des projets favorisant le développement des compétences psychosociales (CPS) chez les plus jeunes : attention, régulation émotionnelle, relations sociales, etc.

Son premier projet, Petit BamBou École, répond à un enjeu majeur : aider les enfants à cultiver leur équilibre attentionnel et émotionnel à l'école.

Déjà adoptée par plus de 10 000 enseignants, Petit BamBou École est une plateforme numérique 100% gratuite qui met à disposition des enseignants des contenus variés pour accompagner l'épanouissement de leurs élèves. Au programme : séances de méditation, exercices de respiration, sons et ambiance, etc.