

## COMMUNIQUE DE PRESSE

La santé mentale devient la Grande Cause 2025 : l'occasion d'ouvrir le débat sur cet enjeu de société.

## La santé mentale devient la Grande Cause 2025 : l'occasion d'ouvrir le débat sur cet enjeu de société.

La déclaration du premier ministre couronne les efforts du collectif “Santé mentale grande cause nationale 2025”, mobilisé depuis plus d’un an pour mettre en lumière cet enjeu de société. Membre actif de ce collectif depuis sa création, Psycom se réjouit de cette décision et s’engage à poursuivre ses missions d’information, prévention et déstigmatisation.

### Psycom, qu’est-ce que c’est ?

Psycom est un organisme public qui, depuis plus de 30 ans, **informe, oriente et sensibilise** sur la santé mentale, afin d’aider les personnes à agir en faveur de leur santé mentale et de celle des autres<sup>1</sup>. Psycom a pour mission d’expliquer la santé mentale, faire évoluer le tabou, et lutter contre la stigmatisation et les discriminations.

### Que propose Psycom ?

#### Une information fiable, accessible et indépendante

- *Psycom - Santé Mentale Info* est un site internet de référence sur la santé mentale, qui reçoit plus de 4000 visites par jour. Sur [psycom.org](https://psycom.org) on retrouve notamment, en accès libre, plus de **40 articles** qui répondent aux questions qu'on se pose sur la santé mentale : qu’est-ce que le burn-out, la dépression ? Où trouver de l'aide pour un enfant, un ado, un adulte ? Comment soutenir une amie ou un collègue qui va mal ? Comment prendre soin de sa santé mentale ? Comment parler de santé mentale au travail, à l’école ?
- Psycom se sont plus de **30 brochures d’information**, abordant, par exemple, la santé mentale des jeunes, la santé mentale et le numérique, les troubles anxieux ou les psychothérapies, que les psychologues et les médecins généralistes distribuent dans leurs cabinets. Plus d’1,3 millions de brochures ont été diffusées en 2023.

#### Des outils pour parler de santé mentale et agir contre la stigmatisation et les discriminations

- Une histoire universelle et imagée *Le Jardin du Dedans*<sup>®</sup> pour les enseignant-es qui veulent parler de santé mentale avec leurs élèves, téléchargée plus de 12 000 fois.
- Des clips vidéo pour comprendre que l’on a toutes et tous une santé mentale, qui évolue tout au long de la vie, cumulant plus de 170 000 vues.
- Des affiches pour déconstruire les idées reçues, en explorant les “Mythes et réalités” de la santé mentale, téléchargées plus de 10 000 fois.
- [Des vidéos de témoignages](#) de personnes vivant avec des troubles psychiques et parlant de leur santé mentale au quotidien.
- Des outils pour favoriser le respect des droits des personnes soignées en psychiatrie, utilisés par les soignants, les usagers et les proches.

---

<sup>1</sup> Psycom est financé par le Ministère de la Santé, Santé publique France, les Agences régionales de santé d’Île-de-France, Nouvelle Aquitaine et Auvergne-Rhône-Alpes.

## Pourquoi Psycom a rejoint le collectif Santé mentale Grande cause nationale 2025 ?

Les objectifs et les valeurs du Psycom convergent avec celles du Collectif Santé Mentale grande cause 2025, fort de 3000 organisations engagées. C'est pourquoi Psycom, aux côtés des membres du collectif, poursuivra, en 2025, ses efforts pour **informer, prévenir et déstigmatiser**.

### Qu'attend-on de cette grande cause ?

En 2024, près de 80 % des Français estiment que la santé mentale n'est pas suffisamment abordée dans les médias ou dans l'entreprise, ni même dans le cercle familial ou amical<sup>2</sup>. Le label grande cause permettra de lancer une vaste campagne de communication pour **libérer la parole sur la santé mentale**, fédérer les acteurs publics et privés, et inciter à un changement profond dans la perception et la prise en charge de la santé mentale en France.

Aujourd'hui les troubles psychiques touchent 40% des Français et des Françaises, directement ou via un-e proche, plus particulièrement les jeunes<sup>2</sup>. Le label grande cause soulignera l'importance de faire de la santé mentale l'affaire de toutes et tous : Etat, collectivités, écoles, universités, entreprises, associations, société civile, etc. Car **chaque partie prenante peut s'engager** pour promouvoir la santé mentale, prévenir la souffrance psychique, faciliter l'accès aux soins et à l'accompagnement des personnes concernées, garantir la citoyenneté et faire reculer le tabou.

La campagne, en cours de conception par le collectif Grande cause, mobilisera les acteurs du médical, de la recherche, du médico-social, de la jeunesse, mais également de l'univers de l'éducation, du travail, du sport ou de la culture. Des actions réparties tout au long de l'année impliqueront de nombreux partenaires, afin de toucher tous les publics et de faire collectivement évoluer l'ensemble de la société.

En savoir plus : [Collectif Santé mentale grande cause 2025](#)

### Si vous êtes journaliste, 3 raisons de contacter Psycom :

- pour avoir une **analyse actualisée** et sourcée des enjeux actuels autour de la santé mentale, par [Aude Caria directrice de Psycom](#), psychologue de formation et experte sur les questions de santé mentale.
- pour savoir **quoi proposer à vos lecteurs**, auditeurs, spectateurs qui veulent en savoir plus sur la santé mentale, par exemple ajouter des liens vers nos articles ou nos vidéos en accès libre et nos guides (Les lignes d'écoute, Les associations d'entraide, Les psychothérapies)
- pour **trouver des idées de sujets** à traiter en lien avec la santé mentale

Contact : [presse@psycom.org](mailto:presse@psycom.org) – 07 85 79 01 35

---

<sup>2</sup> Enquête ELABE / Alliance pour la santé mentale