



# Le bien-être mental des Français, au coeur de la stratégie de la Fondation Aésio

AccueilTerritoires

Publié par  
Astrid de Montbeillard

le  
6 déc. 2021

- mis à jour à  
17:38



Avec 2 millions de burn-out, les souffrances psychiques se sont accentuées avec la pandémie. Pour agir en faveur de la santé mentale, la Fondation AÉSIO soutient deux projets phares pour faire de la prévention et mettre en place des actions concrètes. Je m'abonne

- Imprimer

Quand on sait que le bien-être mental représente le 1er poste de dépense de l'assurance maladie on se dit qu'il y a urgence. Agir en faveur du bien-être mental des individus tout au long de leur vie, tel est l'objectif que s'est fixé la Fondation Aésio d'ici à 2025. Pour identifier ces axes d'intervention stratégiques, la Fondation a fait appel à l'IFOP afin de réaliser une étude sur la façon dont les Français perçoivent le bien-être



mental.

### **La santé mentale, un sujet encore tabou**

1 Français sur 5 (soit 19%) qualifie son état de santé mentale de moyen ou mauvais. Outre ce chiffre préoccupant, les résultats de l'étude révèlent bien des paradoxes. En effet, 78% des interrogés se disent heureux dans la vie soit 5% de plus qu'en 2018, or on constate sur cette même période une hausse de la consommation de tranquillisants de 4 millions.... Une situation qui s'explique par l'interprétation des Français du bien-être mental. " Avoir des troubles psychiques temporaires ou ne pas vouloir en parler fait dire que l'on est heureux ", explique Marie-Françoise Barabas, présidente de la Fondation AÉSIO. Une attitude qui révèle que le bien-être mental reste apparemment encore sous silence à ce jour (7 français sur 10 pensent que la santé mentale est encore tabou en France) et qu'il existe de véritables enjeux en matière de pédagogie, de sensibilisation et d'actions concrètes.

**Lire aussi :**La comptabilité intégrée : une révolution est en marche

" Nous avons identifiés deux angles pour la Fondation : la sensibilisation dans une logique de prévention et l'accompagnement des personnes en souffrance psychique ", poursuit Marie-Françoise Barabas. Après avoir rencontré 20 acteurs dans le secteur de la santé mentale, la Fondation soutiendra finalement 2 projets.

### **Deux projets majeurs en matière de santé mentale**

L'association L'BURN, qui accompagne des femmes en burn-out professionnel ou personnel. " Nous avons été séduits par leur dispositif innovant de pair-aidance : l'association repose sur la participation de femmes qui ont vécu cette situation " explique Éliisa Jungers, la directrice des opérations de la Fondation AÉSIO. Une modalité d'action qui fonctionne bien dans le domaine de la santé mentale car cela évite de se sentir jugé.

**Lire aussi :**[Tribune] Le diable ne serait-il pas caché dans la bienveillance ?

Également soutenu cette année, PSSM France propose des formations de premiers secours en santé mentale. Citée par Emmanuel Macron lors des Assises de la santé mentale, l'association a vocation à faire de la prévention, à libérer la parole et à adopter les bons réflexes en présence d'une personne en souffrance psychique.

Ces deux associations bénéficient d'une aide 300 000 euros de la Fondation et seront accompagnées par un programme opérationnel et humain pour les 3 prochaines années.

La Fondation, qui a proposé aux 550 élus et 3 500 collaborateurs d'AÉSIO mutuelle de participer à ses actions, soutient aussi cette année 4 projets pour aider les familles, les parents, et les jeunes victimes de harcèlement. Chacun des projets recevra une aide de 100 000 euros sur les deux prochaines années. Afin de créer une relation privilégiée entre les élus, les collaborateurs et les associations, des temps d'échanges et des rencontres sont prévus au cours de l'année.

Les actions de la Fondation AÉSIO ne s'arrêtent pas là, puisque chaque année, des lauréats bénéficient d'un soutien financier et humain. " Nous valorisons leurs actions, et les accompagnons sur la mesure de l'impact social de leur projet " conclut Marie-Françoise Barabas.

