

Communiqué de presse
Paris, le 30 septembre 2025

Santé publique France lance santementale-info-service.fr : le site pour prendre soin de sa santé mentale

Santé publique France lance cette semaine santementale-info-service.fr, le site national dédié à la santé mentale. Conçu pour le grand public, il donne des clés pour comprendre la santé mentale, apprendre à en prendre soin au quotidien, identifier les signes de souffrance psychique et trouver une aide appropriée. Avec des contenus fiables et pédagogiques, le site offre un espace rassurant et inclusif pour s'informer et trouver des ressources.

Son lancement s'inscrit dans le cadre de la Grande cause nationale « Parlons santé mentale ! », et s'accompagne d'une campagne de sensibilisation 100 % digitale, diffusée du 29 septembre au 23 novembre. À travers des messages simples, cette campagne vise à encourager le dialogue, ainsi qu'à faire connaître le site, pour qu'il soit identifié comme une ressource de référence en matière d'information et de prévention en santé mentale pour le grand public.

Pourquoi un site dédié à la santé mentale ?

Trop souvent réduite aux seuls troubles psychiques, la santé mentale fait partie intégrante de notre santé globale. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) le rappelle : « *Il n'y a pas de santé sans santé mentale.*¹ »



Rappelons aussi que les facteurs qui influencent la santé mentale sont en partie individuels mais aussi environnementaux, qu'il s'agisse des conditions de vie (accès au travail, au logement, accès aux soins) ou encore de l'organisation de la société (éducation, inégalités, discriminations).

La feuille de route nationale « santé mentale et psychiatrie » confie à Santé publique France la **mission d'assurer une communication pérenne sur la santé mentale** à destination du grand public, impliquant des campagnes régulières et la conception d'un site internet dédié.

Dans ce cadre, Santé publique France a conçu santementale-info-service.fr, un site national de référence sur la santé mentale **pour informer, prévenir et orienter tous les publics.**

Ce site ressource s'inscrit dans une stratégie ambitieuse, structurée autour de **3 objectifs majeurs** de santé publique : promouvoir la santé mentale et le bien-être psychique ; prévenir le

¹ Herrman, Helen, Shekhar Saxena, and Rob Moodie. Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: a report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and the University of Melbourne. 2005.

mal-être, les troubles psychiques et les conduites à risques associées ; et lutter contre la stigmatisation des personnes concernées par un trouble psychique,

La stratégie de Santé publique France comprend également des campagnes grand public régulières et des partenariats avec des dispositifs d'informations et des dispositifs d'écoute pour cibler les publics spécifiques ou les populations particulièrement vulnérables.

Un site d'informations et d'aide pour les questions de santé mentale

Le site santementale-info-service.fr a été conçu afin de répondre aux besoins d'information identifiés par les enquêtes de l'Agence auprès de la population. Il a été co-construit avec **un panel d'utilisateurs** afin d'adapter les contenus et les fonctionnalités aux attentes et réalités du public cible. Ses contenus, fondés sur des données **scientifiques et validés par des experts et acteurs du champs de la santé mentale, garantissent une information fiable et de qualité**. Il sera régulièrement évalué et mis à jour pour s'adapter aux besoins du public.

Le site s'articule autour de **cinq rubriques complémentaires** : comprendre la santé mentale et ses déterminants, découvrir les comportements favorables à la santé mentale au quotidien (pratiquer une activité physique, bien dormir, être là les uns pour les autres, s'exposer à la lumière et à la nature...), repérer les signes de souffrance psychique, aider un proche en situation de mal-être et identifier les ressources disponibles pour trouver de l'aide.

Un site accessible à tous

Conçu pour l'ensemble de la population âgée de 18 ans et plus, le site est pensé pour être **accessible à tous**, grâce à de l'information vulgarisée, des exemples adaptés à différents milieux de vie et une approche non stigmatisante des situations.

L'identité visuelle du site a été pensée pour être chaleureuse et accessible, avec une charte graphique douce et colorée, des parcours simples et clairs, et une navigation conforme aux normes d'accessibilité numérique (RGAA) **et à l'expérience sur mobile**.



Les contenus sont présentés sous des formats variés pour rendre l'information plus attractive et pratique : des quiz pour évaluer ses connaissances, des vidéos de professionnels de santé pour démêler le vrai du faux en matière de santé mentale, ainsi que des exercices pratiques, comme un journal du sommeil à télécharger, des vidéos de cohérence cardiaque, ou encore des audios de relaxation.

Avec cette approche, santementale-info-service.fr se positionne comme une ressource de référence en matière **d'information et de prévention en santé mentale** pour le grand public.

Une campagne de promotion dès le 29 septembre

Pour accompagner le lancement du site, **une campagne de communication 100 % digitale sera déployée du 29 septembre au 23 novembre 2025 via des bannières, des vidéos diffusées dans les lieux de santé (pharmacies, maisons de santé, cliniques...), et des posts sponsorisés sur les réseaux sociaux**. Des affiches sont également disponibles à la commande pour les lieux accueillant du public. Au-delà de faire connaître le site, la campagne vise à inciter les Français à s'informer sur la santé mentale et à la préserver : « *On a tous une santé mentale et on peut en prendre soin* ».

Ce message générique sera complété par :

- **Des messages pour déstigmatiser la parole et encourager le dialogue :**

« *Que faire quand un de mes proches va mal ?* »,
« *Et si prendre soin des autres, c'était aussi bon pour ma santé mentale ?* », « *À qui parler quand ça ne va pas ?* »

- **Des messages pour promouvoir les comportements favorables à la santé mentale**

« *Et si éteindre les écrans 1h avant d'aller se coucher, c'était bon pour ma santé mentale ?* » ;

« *Et si se déplacer à pied ou à vélo, c'était aussi bon pour ma santé mentale ?* » ; « *Et si être au contact de la nature c'était aussi bon pour ma santé mentale ?* »



« *Santé publique France, agit pour promouvoir une vision globale et inclusive de la santé mentale. Avec le site **santementale-info-service.fr**, nous proposons un repère fiable, positif et accessible pour mieux comprendre et prendre soin de sa santé mentale. Ce site s'inscrit dans une stratégie globale : lever les tabous, encourager le dialogue, accompagner chacun dans les moments de fragilité, promouvoir les comportements et les environnements qui renforcent le bien-être. Déclarée Grande cause nationale de l'année 2025, la santé mentale est l'affaire de tous, c'est un enjeu majeur de santé publique.* »

Dr Caroline Semaille, Directrice générale de Santé publique France

En 2025, année de la Grande cause nationale dédiée à la santé mentale, Santé publique France mobilise tous ses métiers, de la production de données de surveillance de l'état de santé mentale de la population, au déploiement de ressources pour le grand public, en appui aux politiques publiques.

D'ici la fin de l'année, Santé publique France publiera des données inédites sur la santé mentale et diffusera en novembre une campagne grand public inédite contre la stigmatisation.

CONTACTS PRESSE

Santé publique France : presse@santepubliquefrance.fr

Stéphanie Champion : 01 41 79 67 48 - Céline Coulaud : 01 41 79 68 22 - Marie Delibéros : 01 41 79 69 61