



## Programme

# Mois de la Santé mentale

Avril 2025



# La Ville de Paris lance le premier Mois de la santé mentale



Du 1<sup>er</sup> au 30 avril 2025

Expos, **concerts**, rencontres, **débats**...  
un mois pour parler haut et fort  
de santé mentale sur tous les tons,  
dans tous les formats !

**+ 100 événements**  
dans tout Paris

**Demandez le programme !**

**Scannez-moi**



Ou retrouvez-moi sur [Paris/fr](https://paris.fr)

© Henri Garat



Chères Parisiennes, chers Parisiens,

La santé mentale est l'un des grands défis de notre siècle. Elle est devenue la première cause d'affection de longue durée en France. Elle touche toutes les générations, à tous les âges de la vie. Elle s'invite dans les familles, dans les écoles, dans les entreprises, dans les relations sociales. Et pourtant, elle demeure trop souvent reléguée à la marge de nos politiques publiques, encore entachée de tabous ou de silences.

Il n'y a pourtant pas de santé sans santé mentale.

Paris n'échappe pas à cette réalité. Comme toutes les grandes métropoles, notre ville est confrontée à la montée des troubles psychiques et à leurs répercussions sociales. L'éco-anxiété, l'isolement, les violences, les incertitudes de l'avenir nourrissent ce mal-être croissant. Les plus jeunes sont en première ligne, mais aussi les personnes en situation de précarité, les aidants, les femmes victimes de violences, les personnes isolées. Nous devons agir mieux, plus tôt, collectivement.

Depuis plusieurs années, la Ville de Paris s'est engagée aux côtés des professionnels, des associations et des personnes concernées : dépistage précoce de la dépression post-partum en PMI, soutien psychologique à l'école, consultations gratuites pour les 16-30 ans, accompagnement dans les centres de santé sexuelle. Partout sur le territoire, des solutions concrètes existent.

Cette année, la santé mentale a été déclarée Grande cause nationale. À Paris, nous avons souhaité poursuivre cette dynamique, en faisant du mois d'avril le Mois de la santé mentale. Par cette initiative, nous voulons briser les stigmatisations, ouvrir la parole, donner toute leur place aux personnes concernées, et mettre en lumière les solutions concrètes qui existent sur notre territoire.

Nous voulons faire de la santé mentale une Grande Cause à Paris.

Plus de 100 actions seront organisées dans tous les arrondissements, avec celles et ceux qui sont en première ligne : nos partenaires institutionnels, hospitaliers et associatifs. Elles s'adresseront à toutes les Parisiennes et tous les Parisiens.

Car une société en bonne santé est une société inclusive. Une société qui prend soin, une société qui écoute.

Je vous invite toutes et tous à participer à ce Mois de la santé mentale.

Ensemble, faisons de Paris une ville où l'on peut parler de tout, y compris de ce qui ne se voit pas.

**Anne Hidalgo**  
Maire de Paris



Chères Parisiennes, chers Parisiens,

Vivre en bonne santé à Paris, c'est y vivre en bonne santé physique et mentale. C'est parce que nous savons à quel point nous avons besoin de prendre collectivement soin de notre santé mentale, et parce qu'elle est encore le parent pauvre de notre système de santé, que j'ai voulu lancer cette première édition du Mois de la santé mentale à Paris et en faire une véritable grande cause pour notre ville.

Avec les premières et premiers concernés, tous nos partenaires institutionnels, hospitaliers et associatifs, nous avons construit ce mois inédit, avec plus de 100 actions et événements dans tous les arrondissements de Paris qui s'adressent à toutes et tous.

Ces actions, elles rendront visibles l'ampleur du travail déjà effectué par les acteurs de terrain au quotidien, pour accompagner les Parisiennes et les Parisiens à mieux identifier et à pouvoir parler des problématiques de santé mentale, sans stigmatisation. Elles permettront aussi d'imaginer de nouvelles formes de sensibilisation, d'information et d'accompagnement pour répondre aux besoins des habitantes et habitants et des professionnelles et professionnels de la santé mentale, aussi bien au sein de nos lieux de santé municipaux que dans d'autres lieux de notre quotidien comme les mairies d'arrondissement, les lieux culturels, éducatifs ou sportifs. Car la santé mentale est une préoccupation de tous les instants, de la vie de tous les jours, et ce mois d'avril sera l'occasion de décroiser les endroits où on en parle.

Toutes ces actions questionneront la santé mentale à tous les âges, sur les problématiques spécifiques de la santé mentale des femmes, du harcèlement scolaire, des enjeux sociaux qui y sont liés ou encore de ce que signifie vivre avec des troubles psychiques.

Les enjeux de santé mentale nous concernent toutes et tous, directement ou indirectement, à un moment ou à un autre de notre vie. La Ville de Paris s'engage toujours plus pour accompagner vers une meilleure prise en charge de ces problématiques, et c'est un vrai plaisir de voir à quel point notre ville est riche de ses acteurs de la santé mentale engagés à nos côtés pour en faire une Grande Cause à Paris. C'est ce que nous voulons faire en ce mois d'avril, la première édition d'une longue série !

#### **Anne-Claire Boux**

Adjointe à la maire de Paris en charge de toutes les questions relatives à la santé publique et aux relations avec l'APHP, à la santé environnementale, à la lutte contre les pollutions et à la réduction des risques

# Soirée de lancement exceptionnelle

**1<sup>er</sup> avril 2025 de 16h30 à 21h à l'Hôtel de Ville de Paris**  
**Entrée gratuite sur réservation**

## DES TABLES RONDES...

**Comment prendre soin de sa santé mentale ?**

**Comment penser les politiques publiques par le prisme de la santé mentale ?**

Avec des personnalités concernées et engagées pour déstigmatiser la santé mentale

## DES TEMPS FORTS

- Le plaidoyer du Collectif **Grande Cause**
- Le manifeste de **La Maison Perchée**

## DES STANDS ET DES ANIMATIONS

Avec tous nos partenaires pour découvrir l'offre de soutien en santé mentale à Paris

## DEUX CONCERTS GRATUITS EXCEPTIONNELS

### **Ichon**



© Corentin Williams & Vilain Vidéo

Et la chorale **Envie de chanter**

*la chorale pop participative*  
**ENVIE DE CHANTER**

# Paris s'engage au quotidien pour la santé mentale



**Aux côtés de ses partenaires publics et privés, la Ville de Paris entend répondre aux besoins des Parisiennes et des Parisiens en développant des offres ciblées en santé mentale.**

Avec plus de 150 professionnels de la santé mentale, psychologues, pédopsychiatres, orthophonistes, psychomotriciens, psychiatres, la Ville de Paris a fait de la santé mentale un enjeu central de son action au quotidien sur le territoire.

Son objectif : améliorer la prévention et le repérage précoce des difficultés de santé mentale, fluidifier les parcours de soin et renforcer l'inclusion des personnes concernées, dès le plus jeune âge.

**>> Les 58 centres de protection maternelle et infantile de la Ville de Paris** sont des lieux ressources et de répit pour les futurs et jeunes parents. Depuis 2024, un questionnaire de repérage des signes de la dépression périnatale y est systématiquement proposé. Une vraie chance de traiter rapidement cette pathologie relativement fréquente et, jusqu'ici, sous-diagnostiquée. Des psychologues sont présentes en PMI pour accompagner les jeunes enfants et leurs parents.

**>> Les Centres d'adaptation psycho-pédagogiques** accompagnent les enfants confrontés à des difficultés scolaires et psychologiques, en proposant un suivi global, préventif et adapté.

**>> Enfants, ados et adultes peuvent également bénéficier de programmes spécifiques.** Dans les centres de santé de la Ville de Paris, des consultations avec des psychologues ont été ouvertes, accessibles à partir de 11 ans et sans avance de frais : il suffit d'une simple prescription médicale. Les personnes sans droits ouverts à l'Assurance maladie peuvent bénéficier de consultations gratuites dans les centres médico-sociaux.

**>> Rencontrer un psy lors d'une visite à Quartier Jeunes**, cet espace ouvert en 2021 où les jeunes de 16 à 30 ans peuvent trouver infos et conseils pour leur orientation professionnelle, leur recherche de logement ou leurs activités culturelles : c'est le pari audacieux lancé par QJ Santé il y a un peu plus de deux ans, et qui remporte un franc succès.



**>> Les Centres de santé sexuelle de la Ville de Paris** constituent également un lieu ressource : des professionnels y sont disponibles pour accompagner les souffrances psychologiques en lien avec la santé sexuelle, les situations de violences, les questionnements sur la vie affective et sexuelle... Et ce à tous les âges de la vie.

Au-delà de ces dispositifs spécifiques, Paris s'appuie sur un **réseau de partenaires engagés** pour développer des projets en santé mentale tout au long de l'année et auprès de tous les publics, en priorité avec les habitants des quartiers populaires et avec celles et ceux pour qui les institutions paraissent loin ou difficilement accessibles.

**Plus  
d'infos**



# Santé mentale, un mois pour une grande cause

**La santé mentale a été déclarée Grande cause nationale 2025.**

Une première pour ce sujet majeur de santé publique, trop souvent passé sous silence. Si la prise de conscience est initiée, notamment grâce à la parole de personnes publiques, telles que des sportives et sportifs de haut niveau, un véritable travail de sensibilisation reste à accomplir.

C'est la raison d'être du premier **Mois de la santé mentale**, lancé par la Ville de Paris. Avec un objectif clé : déstigmatiser les troubles de la santé mentale, qui font encore aujourd'hui l'objet de trop nombreuses idées reçues. Il s'agit de donner la parole aux personnes concernées par des troubles mentaux, de **sensibiliser le grand public** aux enjeux de santé mentale à tous les âges de la vie et d'**encourager le dialogue** et les initiatives locales en matière de santé mentale, à travers des actions innovantes, percutantes et festives.

## UN COLLECTIF INÉDIT POUR UNE PRIORITÉ MAJEURE



Le Collectif Santé mentale fédère plus de 3400 organismes de la santé mentale : établissements, professionnels de santé, acteurs de l'information en santé mentale, associations de proches et de personnes concernées, secteur médico-social, chercheurs... Il est né en 2023 autour de valeurs communes et de trois objectifs : informer et sensibiliser sur la santé mentale et savoir comment en prendre soin ; prévenir en agissant tôt sur les déterminants ; lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques.

**Il y a urgence à agir** : les troubles psychiques concernent 13 millions de personnes en France. Le Collectif déploie sur l'ensemble du territoire un programme d'actions qui explore la santé mentale dans toutes ses dimensions, montre que nous pouvons agir individuellement et collectivement, et rappelle que le rétablissement est possible. **#santementale2025**

La Ville de Paris remercie chaleureusement toutes les personnes et collectifs mobilisés pour ce premier Mois parisien de la santé mentale !