



La Mgéfi organise un colloque le 13 février : Bien-être mental, un enjeu de santé publique.

Le 11/02/2025

La santé mentale est un sujet essentiel de santé publique et la prévention y remplit une mission cardinale. Ainsi la Mgéfi, mutuelle spécialiste de la Fonction publique, a souhaité s'emparer de ce thème dès 2024. D'abord au moyen d'un baromètre avec l'institut ViaVoice* pour dresser un état des lieux du bien-être mental des Français, et plus particulièrement des agents publics. Ensuite, en organisant un colloque dédié à cette thématique pour faire vivre un débat dont le premier objectif est de briser le silence.

*Enquête réalisée en ligne du 19 au 30 avril 2024, auprès d'un échantillon de 1434 personnes représentatives de la population française, dont 568 agents publics.

« Bien-être mental : enjeux de santé publique », la Mgéfi ouvre la discussion

Les résultats du baromètre santé mentale mené par ViaVoice pour la Mgéfi sont frappants :

- 1/4 de la population déclare avoir ressenti une détérioration de son bien-être mental en l'espace d'un an,
- 25 % ont déjà connu une dépression ou un burn-out,
- 47 % déclarent avoir des troubles du sommeil et 38 % des troubles anxieux,
- 90 % des répondants sont d'accord pour dire que la santé mentale est aussi importante que la santé physique.

Face à ce constat, la Mgéfi a souhaité faire du bien-être mental un véritable sujet de prévention et ouvrir une réflexion autour de cette problématique, désignée Grande cause nationale en 2025 par le gouvernement. C'est pourquoi la mutuelle organise un colloque, intitulé « *Bien-être mental : enjeux de santé publique* », le 13 février à l'Institut mutualiste Montsouris, à Paris. L'occasion d'aborder les multiples facettes de ce problème, la façon dont il affecte les Français, et en tout premier lieu les fonctionnaires dans le cadre de leurs missions de service public, son coût pour la société, et comment lutter grâce à la prévention.

Au programme :

- présentation du baromètre santé mentale Mgéfi -ViaVoice,
- intervention de **Marie-Claire CARRERE-GEE**, ancienne ministre, sénatrice de Paris, pour faire le point sur les politiques publiques en faveur de la santé mentale et détailler l'articulation interministérielle des moyens d'actions déployés pour la Grande cause nationale 2025,
- table ronde : « **Entre symptômes et prise en charge, comment définir et maintenir le bien-être mental ?** », en présence du **professeur Maurice CORCOS**, pédopsychiatre et psychanalyste ainsi que de **Patricia ACENSI-FERRE**, déléguée générale fondatrice de l'association Envie2résilience,
- témoignage d'**Isabelle CARRE**, actrice et écrivaine de l'ouvrage *Les Rêveurs* (2018, éditions Grasset) au cœur du sujet de la dépression,
- table ronde : « **De la prévention à l'hôpital psychiatrique, quels parcours de soins pour quelles prises en charge et pour quels résultats ?** », en présence du **docteur Guillaume MONOD**, psychiatre, consultant au Centre pénitentiaire de Fresnes, docteur en philosophie, et d'**Hélène ANTONINI-CASTERA**, secrétaire générale de la Fondation John Bost.

Contact presse

Élise SAADA - Responsable du service communication : esaada@mgefi.fr | 01 56 41 07 56

« Un esprit sain pour un corps sain », le nouveau guide prévention de la Mgéfi

Pour accompagner ses adhérents dans une démarche active de prévention, la Mgéfi propose un éventail de guides prévention sur différents thèmes : dentaire, optique, audition, sommeil, activité physique, addictions, maux de l'hiver, été en sécurité, etc. Dernier à avoir rejoint la collection : un **guide prévention santé mentale**. Il regroupe des informations utiles, des conseils prévention et présente différents dispositifs pour venir en aide aux personnes qui en ont le plus besoin et qui ignorent trop souvent qu'une prise en charge par un professionnel de santé est essentielle à leur équilibre.



Il n'y a pas d'âge pour prendre soin de sa santé mentale

La santé mentale n'est pas un état immuable, mais un équilibre à maintenir continuellement. Elle évolue au fil de la vie, influencée par des événements et des événements récurrents. Il s'agit donc crucial d'en prendre soin à chaque étape de la vie.

Repenser aux besoins fondamentaux des enfants établit les bases d'un esprit mental stable pour leur avenir, leur permettant de développer les résiliences nécessaires pour affronter les difficultés de la vie.

Les adolescents et jeunes adultes vivent des périodes de grands bouleversements physiques et psychologiques. En pleine construction de leur identité, ils sont très sensibles aux influences externes. De plus, des facteurs comme le harcèlement scolaire, l'influence des réseaux sociaux ou des réseaux sociaux, ainsi que la pression de la performance, peuvent avoir un impact significatif sur leur santé mentale.

Un adulte apporte son lot de responsabilités qui peuvent mettre à l'épreuve la santé mentale : carrière, parentalité, rôle d'aîné, crises de vieillesse. Le stress chronique, le manque de sommeil et, plus globalement, une hygiène de vie maladroite peuvent avoir un impact considérable sur le bien-être. Cependant, il est possible de maintenir certaines parties de la vie en équilibre pendant certaines périodes de la vie en pratiquant des activités qui favorisent la santé mentale. Il est important de consulter un professionnel de santé.

Cela, vaillamment, entraîne aussi de nombreux changements. Les personnes âgées peuvent connaître une dégradation de leur santé physique et de leur qualité de vie. La perte d'autonomie et les troubles mentaux (dépresse, Alzheimer, etc.) sont des enjeux majeurs. En outre, l'isolement et les événements de la vie peuvent aussi des facteurs susceptibles de fragiliser la santé mentale.



Prendre soin de sa santé mentale à tous les âges favorise son bien-être individuel et collectif, tout en prévenant l'apparition de troubles psychiques.

Les troubles psychiques, des maladies à ne pas prendre à la légère

Les troubles psychiques peuvent être très différents en fonction de leur durée, leur gravité et leur impact sur la qualité des personnes concernées. Ces maladies peuvent se manifester à tous les âges, de manière chronique ou aiguë, et résultent d'une combinaison complexe de facteurs biologiques, génétiques, psychologiques et sociaux.

Parmi les troubles les plus courants, on trouve :

- les addictions et troubles liés à l'usage de substances,
- les troubles anxieux,
- la dépression et troubles dépressifs,
- les troubles du comportement alimentaire,
- les troubles post-traumatiques,
- les troubles bipolaires,
- la schizophrénie et autres psychoses,
- les troubles de neurodéveloppement (comme le trouble du spectre autistique et le TSA).
- les troubles liés à des maladies organiques (tels que les démences, la maladie d'Alzheimer et les maladies d'artères vasculaires cérébrales).



Chaque année, 1 Français sur 5 est touché par une maladie psychique, soit 13 millions de personnes.

Chaque année, 1 Français sur 5 est touché par une maladie psychique, soit 13 millions de personnes.

Cette illustration illustre l'importance d'une approche individualisée dans le diagnostic et le traitement des troubles psychiques.

À propos de la Mgéfi

Présidée par Didier DEBORD, la Mgéfi est la seule mutuelle référencée par les ministères économiques et financiers pour la protection sociale de leurs agents. La Mgéfi propose à ses adhérents une offre complète santé, prévoyance et services. Depuis le 1er janvier 2023, la Mgéfi fait partie du groupe Matmut, acteur engagé depuis plus de 60 ans auprès de ses 4,5 millions de sociétaires. Acteur citoyen et responsable, le groupe Matmut agit en faveur d'une société plus solidaire, inclusive et active face aux changements climatiques.

Au sein de la SGAM Matmut, la Mgéfi s'impose comme étant le pôle Fonction publique et s'inscrit dans une stratégie de développement aux bénéfices des agents publics.

La Mgéfi en chiffres

- 316 132 personnes protégées
- 1200 militants
- 200 collaborateurs
- Taux de satisfaction adhérents : 90%
- Frais de gestion : 13,93%
- Taux de redistribution : 85,6%



Contact presse

Élise SAADA - Responsable du service communication : esaada@mgefi.fr | 01 56 41 07 56