

JOURNÉE NATIONALE DE LA SANTÉ MENTALE POSITIVE

Santé mentale des jeunes : **une mobilisation nationale portée par et pour les jeunes**

15 mars 2026

La Journée nationale de la santé mentale positive aura lieu le 15 mars 2026.

Elle constitue le temps fort d'une semaine nationale de mobilisation, organisée du 9 au 15 mars 2026, durant laquelle des jeunes Ambassadeurs Santé Mentale mèneront des actions de sensibilisation partout en France.

Pour cette 4^e édition, l'événement se place sous le prisme des jeunesses, afin de reconnaître la diversité des parcours, des conditions de vie et des réalités vécues par les jeunes sur les territoires. La Journée mettra en lumière la santé mentale positive, en donnant une place centrale à la parole des jeunes et aux leviers collectifs favorables à leur bien-être.

Une initiative portée par les jeunes

La Journée nationale de la santé mentale positive a été initiée par le Mouvement de la Santé Mentale au Québec (MSMQ). En France, elle est portée depuis 2023 par la Fondation ARHM et Unis-Cité, avec le soutien de la Macif. A cette occasion le réseau des Ambassadeurs Santé Mentale est mobilisé. Le dispositif Ambassadeurs Santé Mentale repose sur la prévention par les pairs : des jeunes âgés de 16 à 25 ans vont à la rencontre d'autres jeunes et du grand public pour

ouvrir le dialogue, lutter contre la stigmatisation et faciliter l'accès aux ressources en santé mentale. Ambassadeurs Santé Mentale, a été développé par la Fondation ARHM en partenariat avec Unis-Cité, avec le soutien de la Direction de la Jeunesse, de l'Education Populaire et de la Vie Associative (DJEPA), le Fonds Erié, géré par la Fondation du Roi Baudouin, la Macif, la Fondation Aésio.

Pourquoi cette mobilisation est essentielle

Les enjeux de santé mentale chez les jeunes sont aujourd'hui majeurs :

2 jeunes sur 3

déclarent souffrir d'un trouble de santé mentale (IPSOS, 2021) ;

20,8 % des 18-24 ans

étaient concernés par la dépression en 2023 (Santé publique France) ;

18 % des jeunes de 17 ans

ont déjà eu des pensées suicidaires (2022).

La stigmatisation constitue un frein majeur à l'accès aux ressources de prévention et de soins en santé mentale.

La Journée nationale de la santé mentale positive vise à créer des espaces d'échange ouverts, accessibles et déstigmatisants, portés directement par les jeunes.

Où et quand ?

• Semaine nationale de mobilisation : du 9 au 15 mars 2026 • Temps fort national : 15 mars 2026 • Actions organisées partout en France

Contacts presse

Amandine CHAPARD

Coordinatrice Ambassadeurs santé mentale Fondation ARHM
06 58 47 10 80 / amandine.chapard@arhm.fr

Julia BLACHON

Consultante en relations presse
06 78 35 10 49 / jblachon@madamemonsieur.agency



Ambassadeurs
Santé Mentale

Porté par



UnisCité

Avec le soutien de

