Communiqué de presse
Paris, le 23 juin 2025

Santé mentale des jeunes : la Fondation FondaMental alerte et agit avec MyMood, sa nouvelle plateforme lancée au festival Solidays

La Fondation FondaMental dévoile aujourd'hui les résultats de la 3e vague du Baromètre de la santé mentale des jeunes franciliens[1]. Réalisée avec le soutien de la Région Île-de-France auprès de 1 638 étudiants et jeunes actifs âgés de 18 à 30 ans, cette enquête confirme une détérioration persistante de leur santé mentale, marquée par des niveaux élevés d'anxiété, de dépression et de pensées suicidaires.

En réponse à ces constats, la Fondation FondaMental lance My-Mood.fr, une plateforme numérique de prévention, d'évaluation et d'orientation dédiée à la santé mentale des 15–25 ans, conçue avec l'appui de la Région Île-de-France. Le public pourra découvrir MyMood en avant-première lors du festival Solidays, à Paris, du 27 au 29 juin.

Résultats clés :

- En 2024, **50 %** des jeunes présentaient des symptômes dépressifs, **40 %** des symptômes anxieux, et **32 %** avaient eu des pensées suicidaires dans les 12 derniers mois.
- **Les femmes et les 18-24 ans** sont les plus touchés.
- La **solitude** apparaît comme le facteur le plus fortement associé à la dépression et aux idées suicidaires, mais le **cyberharcèlement** joue également un rôle préoccupant, et apparait significativement associé aux symptômes dépressifs.
- Au cours des 12 derniers mois, **environ un quart des jeunes**, qu'ils résident en Île-de-France ou ailleurs, déclarent avoir été **moqués ou injuriés sur Internet.**
- Le **renoncement aux soins de santé mentale pour raisons financières**, bien qu'en baisse, reste préoccupant : **15% des jeunes franciliens** ont renoncé plusieurs fois à des soins en lien avec leur santé mentale en 2024, vs **21% en 2023**.

Une réponse concrète : le lancement de My-Mood.fr lors du festival Solidays

Pour faire face à cette urgence de santé publique, Fondation FondaMental lance la **plateforme numérique MyMood**, avec le soutien de la Région Île-de-France. La plateforme sera présentée au public lors du **festival Solidays**, à Paris, du **27 au 29 juin 2025 dans l'espace réservé à la région, partenaire de l'évènement**.

[1] *Ce sondage d'opinion a été réalisé auprès de 829 jeunes Franciliens et 809 jeunes Français hors région Île-de-France âgés de 18 à 30 ans du 16 novembre 2023 au 30 janvier 2024 par la Fondation FondaMental avec la société Harris Interactive, dans le cadre d'une Question d'Intérêt Majeur soutenue par la Région Île-de-France.*

Pensée pour aider les jeunes à mieux comprendre et prendre en main leur santé mentale, MyMood s'inscrit dans une **logique de prévention renforcée auprès des 15 – 25 ans**, en rendant accessible à tous des **outils d'auto-évaluation** fondés sur des échelles scientifiques reconnues et des **contenus éducatifs** (vidéos, podcasts, applications…).

Développée par l'agence **Mira Studio** et encadrée par **un comité scientifique**, cette plateforme apporte aux utilisateurs des **recommandations personnalisées** et **une carte interactive des dispositifs d'aide psychologique en Île-de-France,** pour les orienter vers des ressources adaptées à leurs besoins au plus près de chez eux.

Un engagement régional structurant depuis 2021

Dès 2021, face à la **détresse psychologique croissante des étudiants amplifiée par la crise sanitaire**, la Fondation FondaMental a lancé la plateforme numérique **Écoute Étudiants Île-de-France** avec le soutien de la Région Île-de-France. Ce dispositif gratuit, anonyme et en ligne offrait un soutien psychologique immédiat, incluant autoévaluation, ressources pratiques et téléconsultations gratuites. En moins d'un an, la plateforme Ecoute Etudiants Île-de-France a reçu **plus de 31 000 visiteurs uniques**.

En 2022, la Région a renforcé son engagement par une **Question d'intérêt Majeur** axée sur la **détection précoce, l'évaluation, l'orientation et la prise en charge** personnalisée des jeunes en souffrance psychologique. Porté par la Fondation FondaMental, ce programme de recherche a permis de **suivre pendant trois ans la santé mentale des jeunes franciliens** et de développer des **outils dédiés à la prévention et à la prise en charge** de leurs troubles.

« Grâce au soutien de la Région Île-de-France, nous avons pu documenter avec rigueur l'évolution de la santé mentale des jeunes franciliens depuis trois ans. Avec la plateforme MyMood, nous voulons offrir aux jeunes des outils accessibles, validés scientifiquement, pour les aider à mieux comprendre leur état psychique et faciliter un accès précoce aux soins. La prévention doit devenir un réflexe de santé publique. »

Marion Leboyer, Directrice générale de la Fondation FondaMental

« Les données de cette nouvelle édition du baromètre confirment l'ampleur du défi à relever. Ils confortent la stratégie régionale que nous avons engagée en matière de prévention, d'accompagnement et d'accès aux soins. La Région Île-de-France continuera à se mobiliser aux côtés de la Fondation FondaMental pour faire de la santé mentale des jeunes une priorité d'action publique. »

Valérie Pécresse, Présidente de la Région Ile-de-France

La Fondation FondaMental : innover pour vaincre les maladies mentales

Créée en 2007 à l'initiative du ministère de la Recherche, et dédiée à la coopération scientifique dans le domaine des maladies mentales sévères, la Fondation FondaMental a pour missions : de faire avancer la recherche de pointe, d'innover en matière de diagnostic et de traitement, de contribuer à la formation des professionnels, d'informer le public et de fédérer les différents acteurs du secteur de la psychiatrie sur le plan national et international.

Elle concentre ses efforts sur la schizophrénie, les troubles bipolaires, la dépression résistante et les troubles du spectre de l'autisme pour proposer des réponses porteuses d'espoir à la communauté scientifique et médicale, aux patients et à leurs proches.

Un de ses principaux objectifs et de faire rayonner et partager l'état des connaissances françaises à l'international pour parvenir rapidement à des résultats significatifs et vaincre les maladies mentales. Elle bénéficie de dispositions juridiques et fiscales pour recevoir des dons et legs et financer ses projets de recherche.

Retrouvez nos résultats sur www.fondation-fontamental.org

La Région Île-de-France et les jeunes

La Région Île-de-France agit de manière résolue en faveur des jeunes, en investissant dans leur santé, leur bien-être et leur avenir. Au-delà de son engagement pour la santé mentale, elle déploie des politiques ambitieuses en matière d'orientation, de logement, d'emploi, de transports et de lutte contre les inégalités. En accompagnant les jeunes Franciliens à chaque étape de leur parcours, la Région affirme sa volonté de construire avec eux un territoire plus solidaire, plus inclusif et plus innovant.

Contact Presse :

- Fondation FondaMental : Mathilde Couderc – mathilde.couderc@agence-constance.fr – 07 57 68 30 62