



Rapport d'Activité

2025

SOLIPSY

23 rue Adolphe Moitié 44000 NANTES

02.40.08.08.10

secretariat@solipsyasso.org

www.solipsyasso.org

N° Siret 341 132 074 00020 - N° Déclaration d'Activité de Formation 52440805344

Sommaire

Le mot du Directeur.....	2
Présentation de l'association	5
L'équipe	6
Les accueillant-es.....	8
Les animatrices.....	9
Les salarié-es.....	9
L'accueil	10
L'accueil, les chiffres.....	12
L'accompagnement individuel	14
L'accompagnement individuel, les chiffres	15
Focus sur la consultation 18-25 ans :	17
Répartition par genre et par âge des personnes accompagnées.....	19
Les groupes d'expression	22
Les groupes d'expression, les chiffres	24
Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un-e proche.....	26
Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche, les chiffres.....	27
Accompagnement et promotion de la santé psychique pour les allocataires du RSA.....	29
Ces accompagnements en chiffres.....	30
Les actions de promotion de la santé psychique	33
Les actions de promotion de la santé psychique auprès des jeunes	34
Les actions de prévention auprès des jeunes, les chiffres	35
Les Ambassadeurs Santé Mentale (ASM).....	38
Les actions de prévention auprès des seniors.....	46
Les actions de prévention auprès des seniors, les chiffres	47
Les actions auprès des professionnel·les	49
Accompagnements d'équipes	49
Actions avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) et dans le monde agricole	51
Les actions de réseau et de partenariat	53
Conclusion	54

Le mot du Directeur

" L'association est la convention par laquelle deux ou plusieurs personnes mettent en commun, d'une façon permanente, leurs connaissances ou leur activité dans un but autre que de partager des bénéfices."

Dans cette simple phrase, de l'article 1er de la loi du 1er juillet 1901, se trouve défini le cadre, l'objectif et la finalité des associations.

Si j'entame ce rapport d'activité 2025, par un extrait de cette loi fondatrice pour notre société, c'est parce que ce modèle de liberté, d'autonomie et d'acteurs économiques indépendants est en danger.

Alors que le monde associatif représente quelque 20 millions de bénévoles, environ 1,8 million de salarié·es, soit près de 10% de l'emploi privé en France, 40% des associations déclarent réduire leur masse salariale, 9% d'entre elles : déclarent procéder à des licenciements ou à des plans de sauvegarde (Enquête du Mouvement Associatif).

Si les baisses de subventions et de ressources se poursuivent au même rythme et dans les mêmes proportions qu'actuellement, dans les prochaines années, une association de solidarité sur trois pourrait disparaître.

Au travers de ce constat et de cette crainte, qui est déjà malheureusement une réalité pour certaines associations, c'est tout un modèle sociétal et économique qui se trouve remis en question. Il s'agit bien là d'une question politique, dans son sens premier d'organisation de l'État, comme dans celui de l'organisation du pouvoir.

Les associations interviennent à chaque niveau du fonctionnement de notre société, elles sont la représentation concrète de l'action et de l'engagement citoyen : du loisir, à la solidarité, en passant par le sport, la santé, la défense des droits, l'enseignement ou encore la culture. Ce sont tous ces secteurs, ces activités essentielles, qui se trouvent d'un seul coup, menacés par les aléas économiques, les choix politiques, les bouleversements internationaux, les réponses simplistes à des problèmes complexes.

Face à ce tumulte, il est fondamental de défendre ce modèle qui permet entre autres, l'expérimentation, l'innovation, l'indépendance, une réponse de terrain aux besoins, la solidarité, la pluralité, le faire ensemble, la coopération.

C'est un enjeu sociétal, démocratique et culturel.

Dans ce contexte d'incertitude, il est primordial de réaffirmer nos valeurs, d'évaluer nos actions et de dégager nos perspectives à court et à long terme, et c'est exactement ce que vient poser un projet associatif.

Nous sommes engagés depuis 2018, dans un processus continu de réflexion sur nos modalités d'organisation, sur les réponses que nous apportons aux problématiques de santé psychique, sur l'attention aux besoins non couverts et sur le rôle de Solipsy dans cet environnement multiforme.

Cette année, nous avons donc procédé à l'évaluation du plan d'action de notre projet associatif 2020-2025, mis à jour ce projet et construit un nouveau plan d'action pour les années 2026 à 2030, son ambition est à la hauteur des besoins auxquels il doit répondre.

Cet exercice collectif nous a permis de constater l'ampleur du travail accompli ces dernières années, par les personnes qui s'investissent au quotidien dans les actions de l'association, bénévoles, salarié·es, intervenant·es, administrateur·trices.

Je tiens à vous remercier toutes et tous de porter si haut les valeurs du modèle associatif et de rendre possible, le développement d'actions où l'humanisme, le sens de l'autre, l'intérêt commun et la solidarité sont les points cardinaux de notre boussole.

Cet engagement des équipes est une dynamique et une énergie qui donne à d'autres l'envie de participer à cette aventure collective. Au cours de l'année, nous avons reçu plus d'une trentaine de candidatures pour du bénévolat pour nos permanences d'accueil et d'écoute. Ce qui n'était jamais arrivé dans de telles proportions.

Actuellement, notre équipe d'Accueillant·es-Écoutant·es est au complet avec une quinzaine de membres. Mais nous ne souhaitons pas pour autant fermer la porte à de nouvelles candidatures de bénévoles. Nous avons donc entamé un travail de réflexion sur la manière d'y répondre au mieux, d'accompagner la transformation que cela impose dans notre organisation et de proposer un cadre qui corresponde à la fois aux besoins des personnes que nous accompagnons et aux nouvelles actions que nous avons le souhait de développer.

Ces propositions de bénévolat sont à la fois, une reconnaissance de la qualité du travail de l'association, un marqueur de sa place en première ligne parmi les acteurs de la santé psychique sur le territoire et un signe fort de la volonté d'engagement citoyen au service des autres et du lien social.

Ce lien social est un élément constitutif de ce qui structure durablement une société. Il faut sans cesse s'en soucier, le protéger, le construire, le tisser, le développer.

Mais ces liens sociaux sont aussi et surtout des facteurs de protection essentiels face à la souffrance psychique. C'est la raison pour laquelle leur préservation et leur renforcement sont au cœur de nos pratiques, de nos propositions et de nos projets. L'action de l'association vise depuis toujours à favoriser ces liens et à accompagner celles et ceux pour qui ils ont été abîmés, mis à mal ou rompus.

Face à l'isolement et au sentiment d'isolement, il est primordial que l'autre puisse redevenir une ressource, plutôt qu'une menace. Et c'est à cette tâche mise en liens que nous participons, par le biais des différentes propositions que nous développons et dans lesquelles nous nous engageons.

Notre santé psychique est naturellement liée à la santé et à la qualité de nos liens sociaux.

C'est dans cette perspective que nous avons rejoint cette année un projet européen de recherche mené par des équipes de l'Université et du CHU de Nantes. Un des axes de cette étude est d'évaluer la faisabilité et l'opportunité de proposer des groupes de parole, en utilisant de casques de réalité virtuelle, pour des seniors qui ne pourraient y avoir accès par ailleurs.

Si l'innovation peut être un vecteur de lien social, il est fondamental de pouvoir participer à la réflexion sur son développement et d'y défendre la place centrale de l'humain et le bénéfice de ses interactions avec d'autres humains. Car le numérique doit rester un outil et ne doit pas, malgré l'illusion possible, devenir un alter ego.

S'associer, coopérer, coexister, construire ensemble, sont à la fois des enjeux fondamentaux pour une bonne ou une meilleure santé psychique, mais également une exigence et un impératif pour développer des propositions pour en prendre soin.

Présentation de l'association

Depuis 1983, nous proposons dans nos locaux à Nantes, un espace d'accueil, d'attention, d'écoute, de soutien, d'accompagnements individuels et collectifs, ouvert à toute personne adulte en situation de souffrance psychique.

Nous développons également différentes propositions d'actions de promotion de la santé psychique, à destination des jeunes et des seniors ainsi que des actions de sensibilisation, de formation, d'analyse de la pratique pour les professionnels salariés et bénévoles.

Notre association est l'un des membres fondateurs du Réseau de Prévention Et de REcherche sur le Suicide de Loire Atlantique ([REPERES 44](#)).

Mais aucune de nos actions ne serait possible sans nos partenaires financiers, nous les remercions tous très sincèrement pour leur confiance renouvelée.



FDVA
FONDS POUR LE
DÉVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE



L'équipe



Le Conseil d'Administration



Le Conseil d'Administration (CA) est composé de 9 administrateur·trices. Il s'est réuni sept fois au cours de l'année 2025.

Nous avons accueilli deux nouvelles administratrices, Marie-Christine Bousteau et Chantal Jiquelle, après le départ de deux administrateurs qui nous accompagnaient depuis de nombreuses années. Merci Serge et Jean-Yves pour vos contributions respectives à l'évolution de l'association. Les débats suscités par vos regards et vos convictions, parfois divergentes, nous ont chaque fois permis des échanges constructifs et structurants.

Le travail du CA est essentiel, il permet de garantir le respect des valeurs de l'association, de déterminer et de fixer les axes stratégiques à développer, il ne fait aucun doute que Marie-Christine et Chantal apporteront leurs expériences et leur complémentarité à cette dynamique collective.

Voici quelques exemples des chantiers engagés cette année.

La préoccupation principale des administrateurs en 2025 a été de réfléchir à la manière de faire face à l'augmentation permanente et continue du nombre de demandes d'accompagnement et à notre manque de moyens pour y répondre. Ces réflexions vont des pistes d'évolution de nos modalités d'accueil et d'accompagnement jusqu'aux modalités de financement actuel et futurs de ces actions.

Cette question de l'augmentation des besoins en santé psychique et des moyens nécessaires pour y répondre, a également été au centre de la réécriture du projet associatif 2026-2030. Tout au long de l'année, le CA a participé à ce travail de fond sur l'évaluation du projet 2020-2025 et sur la feuille de route des 5 prochaines années.

Voici les 7 axes du plan d'action de ce nouveau projet associatif :

- Améliorer de manière continue la qualité de l'accueil et de l'accompagnement du public et de la diversité de notre offre
- Adapter l'organisation pour une meilleure efficacité collective.
- Promouvoir le partenariat, développer et élargir en continu les liens et les réseaux
- Développer notre stratégie de communication
- Formaliser et valoriser nos méthodes d'intervention de promotion de la santé psychique et de formation
- Développement de l'association
- Rechercher de nouveaux partenaires financiers pour répondre aux besoins

Un autre chantier de 2025 pour le CA a été le suivi d'un projet de vente aux enchères. Il y a deux ans, l'association a reçu un don d'œuvres d'art issues d'un fond d'atelier d'artiste. Depuis cette date, le CA travaille sur la manière de les valoriser et s'est mis en contact avec des professionnels, afin de faire évaluer ce lot de dessins et peintures. À la suite de cette évaluation, le commissaire-priseur a accepté de participer à une vente aux enchères qui sera organisée courant 2026 ou 2027. Le CA a également fait le choix d'organiser cette vente avec le soutien d'étudiants d'une école de communication et d'événementiel.

Au cours de l'année, le CA a également poursuivi le travail entamé en 2024 sur l'évaluation de la conformité de la gestion du personnel de l'association, en validant un nouvel engagement unilatéral, conforme aux recommandations de l'audit qui avait été réalisé et avec des conditions salariales et des avantages plus attractifs pour les salarié-es.

Les accueillant-es

Les accueillant-es bénévoles sont le premier contact de toutes les personnes qui nous sollicitent. Chaque accueillant-e assure généralement une permanence par semaine au cours de laquelle ses tâches alternent entre l'accueil des personnes qui se présentent, une écoute attentive, un suivi des agendas et une réponse aux appels téléphoniques.

Cet exercice singulier qui caractérise la mission des bénévoles de l'Accueil fait que chaque permanence est différente.

Cet investissement est également complété par deux réunions mensuelles : une supervision avec une psychologue extérieure à l'association et une réunion avec l'ensemble de l'équipe pour l'organisation et la gestion du fonctionnement de l'association.

L'équipe se renouvelle et se développe, elle est passée de douze accueillant-es fin 2024 à 15 à la fin de cette année, ce qui représente 1 Equivalent Temps Plein (ETP).

Nous souhaitons pouvoir renforcer encore ce groupe afin d'étendre les horaires de nos propositions d'accueil et de faire évoluer nos modalités d'organisation. Il y a actuellement une vingtaine de bénévoles supplémentaire qui ont proposé leurs services. Nous réfléchissons à la manière de les intégrer et de mettre leur volonté d'engagement au profit du public que nous accueillons.

Les animatrices

Pour nos groupes d'expression, nous travaillons avec trois animatrices. Elles accompagnent chaque semaine, au travers de leurs médiations respectives, les personnes qui participent à ces groupes. Elles veillent à mettre en place un cadre sécurisant pour le groupe et elles favorisent la création de liens entre les participants.

Les animatrices participent une fois par mois à la réunion d'équipe ainsi qu'à une supervision, avec l'équipe d'accueillant·es, assurée par une psychologue extérieure.

Les salarié·es

L'équipe salariée se compose d'un directeur et de cinq psychologues.

Nous n'avons plus de personnel administratif depuis fin 2021 et c'est un manque qui se fait ressentir de plus en plus, avec l'augmentation de notre activité et l'arrivée de nouveaux projets. Nous sommes toujours en réflexion sur la modalité la plus adaptée pour renforcer l'équipe au niveau de cette gestion administrative.

L'équipe n'a pas évolué en 2025.

L'équipe salariée se compose donc actuellement d'un directeur à temps plein, d'un personnel administratif à recruter et de cinq psychologues qui représentent 2.25 ETP, soit 3.40 ETP au total.

Notre volonté est de poursuivre le développement de l'équipe afin de répondre aux besoins qui ne cessent de croître et d'obtenir les moyens nécessaires, pour une augmentation substantielle du temps de psychologue. Comme nous le verrons, il nous faudrait au moins 1.5 ETP de psychologue supplémentaire pour répondre aux demandes d'accompagnement en attente.

L'accueil

La prise de contact, sur place ou par téléphone, est une étape essentielle du cheminement des personnes dans leur demande d'accompagnement. Il est primordial pour nous d'offrir à toute personne qui fait cette démarche un accueil, une attention et une écoute de qualité.

Ces permanences d'accueil sont assurées par des bénévoles formé·es et accompagné·es. Elles permettent de recevoir dans un espace rassurant, confidentiel et confortable, des personnes qui viennent pour la première fois ou qui sont déjà suivies, afin d'écouter leur demande et d'entendre leurs besoins.

Le fait de travailler avec une équipe de bénévoles est une opportunité unique pour enrichir cette offre d'écoute. La pluralité des profils, des horizons, des parcours professionnels et personnels est une richesse inestimable pour les personnes que nous accompagnons comme pour l'association.

Dans le cas d'une première rencontre, notre objectif est d'offrir une écoute attentive, d'accueillir les personnes, leur parole, sans jugement et de discerner avec elles, autant que possible, leurs demandes et leurs besoins. Lors de cet entretien, les personnes qui nous sollicitent sont informées de notre fonctionnement, de nos propositions d'entretiens individuels et de groupes d'expression. Elles peuvent également être réorientées si nécessaire vers d'autres dispositifs d'accompagnement. L'important pour nous est d'être clair sur ce que nous pouvons faire et ne pas faire et de nous assurer que cela a pu être entendu et compris.

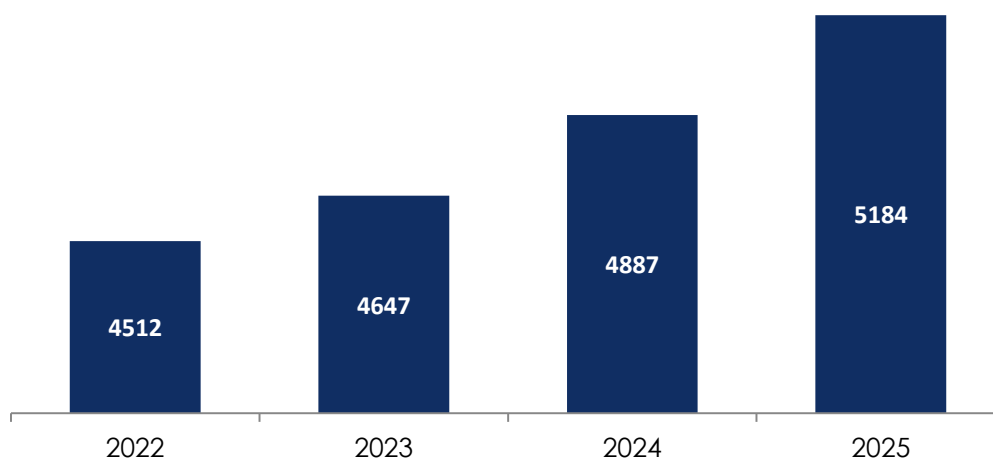
Les personnes que nous accompagnons peuvent aussi solliciter l'accueil pour des temps d'écoute sans rendez-vous, lorsqu'elles en ressentent le besoin. Ces temps leur permettent de parler de leurs préoccupations du moment, de maintenir du lien social en venant nous rencontrer et pour certaines, d'avoir un objectif pour sortir de chez eux.

Dans le contexte de saturation de notre offre d'accompagnement, comme de celle des autres structures, cette proposition unique sur Nantes montre, s'il en était besoin, toute sa pertinence, sa modernité et son actualité, même si elle existe depuis 42 ans.

Les accueillant-es ont également la charge de la gestion des agendas des rendez-vous individuels et du standard téléphonique. Nous avons fait ce choix, car il y a dans ces différents actes administratifs une vraie plus-value apportée par nos bénévoles pour qui l'écoute est un véritable savoir-faire.

L'accueil, les chiffres

Évolution des actes d'Accueil entre 2022-2025



Les chiffres de cette année sont en progression par rapport à ceux de l'année précédente.

L'augmentation importante de l'activité générale de l'association qui s'est opérée à partir de 2022, s'est donc poursuivie en 2025 et cela se ressent directement sur le nombre d'actes d'accueil. Nous en avons réalisé 5184 en 2025, soit 6% de plus qu'en 2024.

Depuis 2022, nous constatons une augmentation des actes d'accueil d'environ 5% par an, soit une progression de 15% en trois ans et de 54% par rapport à 2021.

Ces actes se décomposent en 2253 appels téléphoniques, 380 visites hors rendez-vous, c'est 17% de plus qu'en 2024. Ces visites peuvent concerner de nouvelles personnes ou des personnes suivies qui passent à l'accueil pour échanger, 1938 consultations avec des psychologues et 613 accueils pour des personnes qui participent à nos différentes propositions de groupes.

Les permanences sont toujours plus chargées pour les accueillant-es du fait du nombre croissant de réponses à apporter, mais aussi du fait de leur diversité. Le changement dans la typologie des demandes qui s'est opéré en 2020-2021 se poursuit, ce qui complexifie la tâche et le niveau d'expertise nécessaire. Parmi ces publics, nous pouvons identifier des jeunes en risque suicidaire, des demandeur-euses d'asile et des

réfugié-es en situations sociales fragiles et qui doivent faire face à une complexité dans la régularisation de leur situation administrative, des femmes victimes de violence ou d'agression, des actif-ives proches d'une situation de rupture.

Face à cette évolution, il est important d'améliorer en continu la qualité de notre action et de faire en sorte que notre équipe soit en mesure de se sentir le plus à l'aise possible face à ces nouvelles demandes. Nos temps de réunions d'équipe nous permettent de faire ce travail de réflexion et de chercher auprès de nos partenaires les réponses les plus adaptées.

Nous avons également organisé en 2025 plusieurs temps de formation, en petits groupes autour des questions de l'écoute, de la conduite d'entretien, du cadre de l'accueil. Cette réflexion et cette formation continue sont des conditions essentielles au confort de notre équipe et à la pertinence de nos interventions.

Avec le renforcement de notre équipe d'accueillant-es, nous continuons de réfléchir à de nouvelles modalités d'organisation. Actuellement, nos permanences sans rendez-vous sont ouvertes pour des temps d'écoute, du Lundi au Jeudi de 14h00 à 18h00.

Plusieurs hypothèses sont toujours à l'étude et en test :

- Étendre la plage d'accueil
- Ouvrir des permanences certains matins de la semaine
- Proposer des permanences avec deux accueillant-es
- Proposer de nouvelles actions sur ces temps de permanences

Nous avons par ailleurs déjà acté et mis en place une nouvelle organisation qui mixe deux de ces hypothèses. Un-e accueillant-e est présent-e de 13h30 à 16h30 et un-e autre de 15h30 à 18h30. Cette formule permet à la fois d'étendre les plages d'accueil, de proposer un temps avec deux accueillant-es de 15h30 à 16h30 et de renforcer les échanges au sein de l'équipe.

Un travail collectif va être également lancé pour travailler plus spécifiquement sur une charte des temps d'accueil à Solipsy à destination du public. Nous avons, dans le même mouvement, défini des règles d'accueil plus précises, notamment face à des publics complexes ou qui pourraient faire preuve d'agressivité.

Le confort et la sécurité des accueillant-es est une préoccupation prioritaire pour un accueil et une écoute de qualité.

L'accompagnement individuel

Chaque personne accompagnée à l'association est suivie par l'un ou l'une de nos psychologues. Dans un premier temps, l'accompagnement démarre par une réflexion autour de la demande de la personne, à savoir ce qu'elle identifie comme ses difficultés, ses besoins et ce qu'elle pense trouver à l'association. Les clinicien·nes sont amené·es à vérifier l'adéquation de la demande avec nos propositions. Si besoin, une réorientation vers des dispositifs plus adaptés peut être proposée et soutenue jusqu'à son aboutissement. Dans un second temps, des entretiens réguliers sont mis en place à une rythmicité qui est majoritairement mensuelle.

Les psychologues travaillent plus particulièrement autour de la confiance en soi, de l'estime de soi et de la relation aux autres, à la société dans son ensemble et soutiennent la capacité de développer et de maintenir des liens. Il va s'agir d'essayer de trouver quelles ressources extérieures et intérieures la personne peut activer pour se remettre en mouvement. En effet, les personnes rencontrées en consultation peuvent présenter un état de fragilité et de vulnérabilité du fait d'un parcours d'exclusion de la vie collective, professionnelle et relationnelle qui peut les amener à une forme de marginalisation.

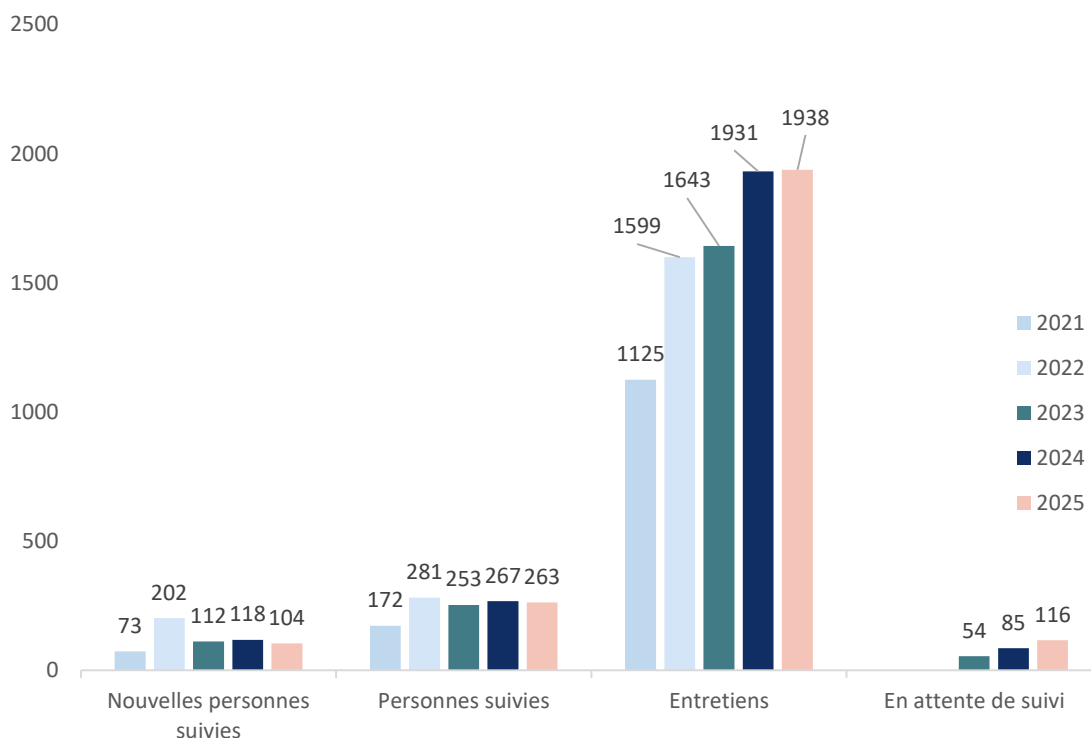
La souffrance psychique est un point commun vécu par les personnes que nous accompagnons. Cette souffrance plus ou moins aiguë peut aller jusqu'à la crise suicidaire et d'autres manifestations comme des passages à l'acte. Les entretiens avec les psychologues sont l'occasion d'élaborer autour de ce qui vient faire souffrance pour tendre vers l'apaisement. Avec certaines personnes, le travail d'accompagnement va s'attacher à regarder leurs difficultés dans le quotidien et soutenir une réflexion autour de ces problématiques, avec d'autres, cela pourra se centrer sur l'estime de soi, la confiance en soi ou la relation aux autres ou encore leur histoire personnelle, leur passé.

En plus de l'accompagnement individuel, certaines personnes formulent le souhait d'intégrer un des groupes d'expression de l'association. Le travail des psychologues sera d'identifier avec la personne ce qu'elle recherche, puis de trouver la proposition la plus adaptée. Une fois l'entrée effectuée, les entretiens individuels permettent d'évoquer le vécu de la personne dans ce groupe, de regarder comment elle est en relation avec les autres participants ainsi qu'avec l'animatrice.

Ces temps permettent aussi de mettre en lumière les apports de cette expérience collective et d'en dégager les ressources acquises afin que les personnes puissent les déployer dans d'autres situations du quotidien.

L'accompagnement individuel, les chiffres

Évolution 2021-2025



Ces chiffres 2025 représentent l'ensemble de nos propositions d'accompagnements individuels, adultes tous public, consultations 18-25 ans et allocataires du RSA. Des focus spécifiques seront faits par la suite sur chacune de ces modalités de suivi.

Le nombre de personnes accompagnées est resté stable ces trois dernières années, mais en progression de 37% par rapport à 2019 (2020 et 2021 ne pouvant être utilisées comme années de référence du fait du Covid-19).

Le nombre de nouvelles personnes suivies est également stable depuis trois ans et en augmentation de plus 22% par rapport à 2019.

Mais cette stabilité est en trompe l'œil, car elle est simplement le reflet de la saturation de notre offre.

Car pour être complet, il faut ajouter à ces chiffres le nombre de personnes en attente d'un premier rendez-vous. Elles étaient 54 en 2023, 85, fin 2024 et sont maintenant 116, fin 2025, soit une progression de 114% en deux ans. Si nous avons la capacité

d'accompagner l'ensemble de ces demandes, en une année, la progression en nombre de personnes accompagnées serait de plus de 41% et de plus 86% pour les nouvelles personnes accompagnées.

Cette embolisation a pour conséquence un temps d'attente de plus en plus long pour un suivi psychologique. Il était de 4 mois fin 2022, de 08 mois fin 2023, de 12 mois fin 2024, il est des 16 mois fin 2025. Avec des exceptions pour les 18-25 ans pour lesquels le délai est inférieur à 3 mois et de moins de 6 mois pour les allocataires du RSA, qui sont priorisés dans l'octroi des rendez-vous.

Le nombre de consultations est stable par rapport à 2024, mais en augmentation de 79% par rapport à 2019.

Nous sommes donc face à la poursuite d'une augmentation sans précédent de notre activité, et ce, depuis quatre années consécutives. Le plateau atteint l'année passée, n'est que la conséquence d'une impossibilité à répondre aux demandes, qui elles, ne cessent d'affluer.

Nous faisons en 2025 le même constat qu'en 2022, 2023 et 2024, cette suractivité se produit sans que nos ressources humaines n'aient augmenté en conséquence. Nous avons en permanence l'impression d'être rattrapés par un besoin et une demande qui ne cesse de croître.

Face à cette impasse structurelle et à l'augmentation toujours plus importante des besoins d'accompagnements, il nous faudrait aujourd'hui 1.5 ETP supplémentaire pour accompagner les personnes en attente d'un premier rendez-vous (116 personnes fin 2025) et celles à venir.

Malgré cette saturation, nous sommes toujours proactifs pour essayer de proposer des réponses adaptées et pour faciliter l'accès à des propositions d'accompagnement à la santé psychique. C'est dans cette perspective, que nous avons expérimenté cette année de nouvelles modalités d'accompagnement en lien avec l'association Habitat et Humanisme et sa résidence intergénérationnelle Key Baco à Nantes.

À l'instar des consultations d'aller-vers que nous avons mis en place, pour ses allocataires, avec l'unité RSA de Nantes, nous proposons, une fois par mois, un temps de consultation de psychologue au sein de la résidence. Les accompagnements peuvent s'inscrire dans la durée, le temps de l'hébergement par la structure. Cette proposition est complétée, par un temps de réflexion clinique avec les professionnels de la résidence.

Cette proposition semble très appréciée des jeunes et des professionnelles qui y participent.

Focus sur la consultation 18-25 ans :

Depuis 2022, Solipsy a ouvert un accompagnement dédié aux jeunes.

Initialement ouverte sur un projet expérimental de la Ville de Nantes, et pérennisée depuis dans le cadre du Contrat local de Santé de la Ville, elle a également été renforcée en 2024 par la signature d'une convention de partenariat avec la mission locale.

Cette consultation pour les 18-25 ans est désormais repérée par tous nos partenaires, comme un espace thérapeutique accessible, et ouvert à toutes les problématiques de santé psychique.

En 2025, cette consultation a permis d'accompagner 62 jeunes, avec 520 consultations, ce qui représente une progression de 40% par rapport à 2023.

Fin 2025, nous faisons état à nos partenaires d'un délai d'attente de presque 5 mois. Si ce genre de délai ne fait pas exception dans le domaine de la santé mentale, il est néanmoins alarmant, et nécessite de trouver des ressources nouvelles pour pouvoir continuer à proposer cet espace de soin de la manière la plus satisfaisante possible.

Si aujourd'hui notre file active 18-25 ans a grandi jusqu'à atteindre une quarantaine de patient-es, il faut rester réaliste quant à la demande toujours en progression à laquelle nous faisons face, et pour laquelle nous n'avons cessé de nous mobiliser pour tenter d'y apporter des solutions.

En effet, il est important de souligner que ces jeunes, qui poussent parfois difficilement notre porte pour nous interpeller, font face à des difficultés majeures, 70% des jeunes reçu-es présentent des idées suicidaires, 41% font état de violences sexuelles subies (53% des femmes et 26% des hommes), et 76% de ces jeunes évoquent un vécu de maltraitements infantiles.

Que cette souffrance trouve un lieu pour s'exprimer est le résultat d'une amélioration des dispositifs de prévention, de l'évolution des discours et de la déstigmatisation de la souffrance psychique. Il n'en demeure pas moins que nous devons poursuivre notre travail dans le sens de l'accueil de cette parole, pour que cette porte

parfois si lourde à pousser, reste ouverte. Nous avons augmenté notre capacité d'accueil, mais nous devons veiller à poursuivre notre combat pour qu'un tel dispositif continue d'exister et puisse se développer.

Répartition par genre et par âge des personnes accompagnées



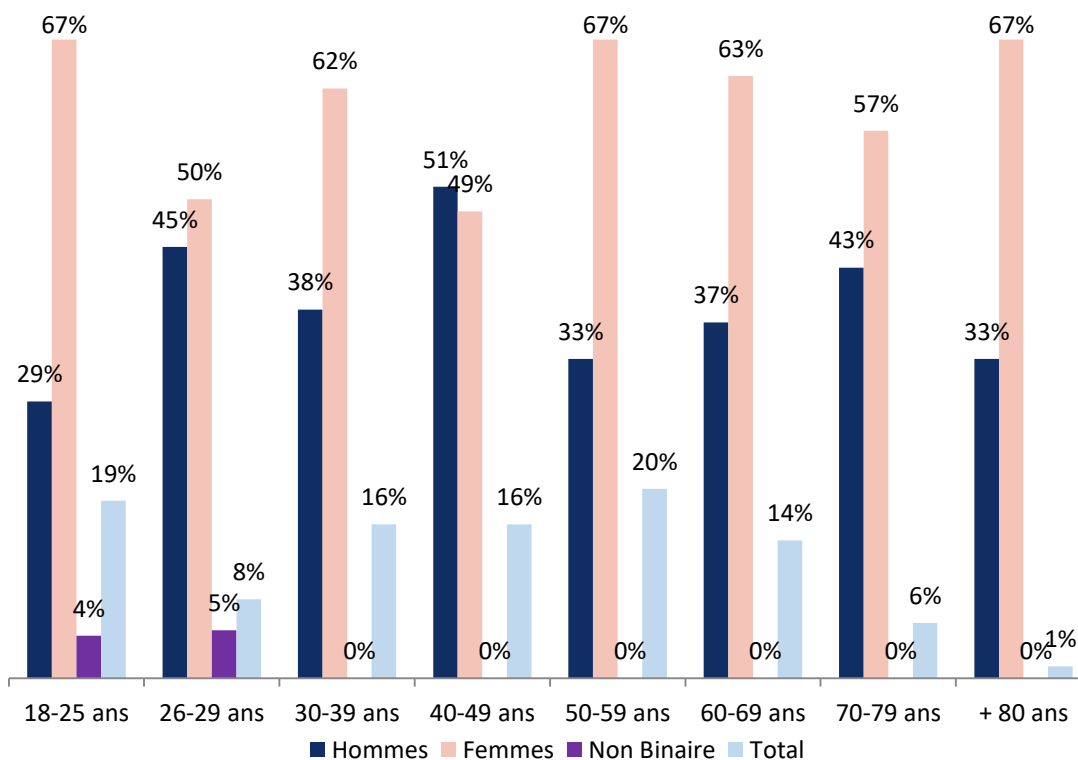
La répartition de nos accompagnements a légèrement varié, avec une baisse de 1% du nombre d'hommes et une augmentation de 2% du nombre de femmes. Même si les femmes sont depuis toujours majoritaires, la stabilisation du nombre d'hommes à un niveau plus élevé que les années précédentes se poursuit.

Même si cela ne se voit pas dans cette répartition par genre, l'ouverture de la consultation 18-25 ans est également venue faire évoluer cette distribution, car elle a eu pour effet d'orienter vers nos propositions des personnes en questionnement sur leur genre, avec des personnes en transition de genre, d'autres qui se reconnaissent dans un genre différent que celui de leur naissance et d'autres encore que ne se définissent dans aucun genre.

Si cette question de l'identité de genre ne concerne que 1% des personnes que nous accompagnons, elle concerne plus de 5% des 18-25 ans, ce qui est loin d'être négligeable. Cette question est souvent explorée au cours des suivis et soulève parfois pour ces jeunes des problématiques très complexes. Il s'agit donc d'une question à laquelle nous continuons de travailler, afin d'adapter, si besoin, nos accueils et notre accompagnement.

D'autres problématiques, comme les violences sexuelles, les souffrances des parcours migratoires ou le psycho-traumatisme, ressortent de manière très prégnante dans les accompagnements. Là encore, il nous faut trouver les ressources pour penser ces suivis, leurs spécificités, pour offrir aux personnes une écoute attentive et aux professionnel·les un confort d'exercice.

Répartition des accompagnements par âge et par genre



L'ouverture en 2022 d'une consultation dédiée aux 18-25 ans a eu pour effet mécanique de modifier la répartition de l'âge des personnes accompagnées, ce qui rend la comparaison avec les années précédentes difficile.

Néanmoins, nous pouvons constater que depuis 2022, les moins de 30 ans représentent environ 30 % de nos accompagnements, contre 11% avant cette date.

Entre 2020 et 2025, les moins de 30 ans, sont passés de 5 % à 27% des personnes que nous accompagnons.

C'est également une conséquence directe de la crise sanitaire qui, comme le montrent de nombreuses études, a impacté très fortement la santé psychique des jeunes. Mais c'est aussi le fruit d'une stratégie de communication plus efficace qui a permis de clarifier notre image, d'aller vers de nouveaux partenaires et par conséquent de toucher de nouveaux publics.

Nous pouvons également noter que la proportion des personnes de plus de 60 ans représente 22% de nos accompagnements.

La moitié de nos accompagnements se répartit donc sur ces deux classes d'âge, les 18-25 ans et les plus de 60 ans.

Les premières constatations, qui s'esquissaient déjà les années précédentes, vont dans le sens d'une santé psychique dégradée chez les plus jeunes et les plus de 60 ans, comme le montrent également de nombreux travaux de recherches récents, et c'est notamment le cas pour l'augmentation des taux de décès par suicide pour les jeunes et les seniors.

La problématique réside en partie dans le fait que la prise de conscience de ce besoin d'écoute se confronte à la complexité pour y trouver des réponses, principalement du fait d'une saturation de l'offre de service public et des niveaux de ressources qui rendent l'offre libérale inaccessible, d'où la sollicitation de dispositifs comme le nôtre, qui montrent plus que jamais leur nécessité.

Les groupes d'expression

Les personnes accompagnées individuellement par les psychologues à Solipsy peuvent, si elles le désirent, intégrer des groupes d'expression.

Ces propositions collectives permettent aux personnes qui s'y inscrivent de pouvoir expérimenter dans un cadre sécurisant la rencontre avec l'autre et les relations qui en découlent. Ces petits collectifs d'une dizaine de personnes favorisent l'expression individuelle de chaque participant·e et permettent d'expérimenter la sensation d'appartenir à un groupe et donc de se sentir reconnu·e, d'avoir une place.

Avec ces groupes, nous offrons un panel diversifié, avec des approches complémentaires afin que chacun·e puisse trouver la médiation qui l'outillera au mieux dans son cheminement.

Dessin / Peinture

Quand on évoque le dessin ou la peinture, on entend souvent : « Je ne sais pas dessiner ». Mais dans ce groupe d'expression, pas besoin de « savoir-faire ».

Chacun·e s'exprime librement et à son rythme, tout en étant accompagné vers l'apprentissage des outils, pour apprivoiser le trait, les formes et les couleurs. La réussite est toujours au bout du chemin. Le travail individuel et la vie de groupe s'associent alors pour valoriser ses capacités dans un temps de convivialité et d'échanges.

Écriture

Ce groupe est un lieu d'expression et d'échange pour expérimenter simplement et librement le plaisir d'écrire. Écrire pour mettre des mots sur ce qui nous traverse et nous habite. Écrire pour découvrir ce qui parle en nous et dont on ignorait l'importance, la richesse et la force. Écrire pour être là dans la présence, écrire pour donner, écrire pour partager. Écrire pour tracer un chemin et avancer vers soi-même et vers les autres.

Expression scénique

Ce groupe est un moyen d'expression où chacun est sa propre matière.

Cet outil créatif emprunte ses techniques à l'art du théâtre. À partir d'exercices sur la voix, la diction, le corps et l'espace, la concentration, l'observation, l'écoute, l'immédiateté, l'atelier propose d'explorer sa créativité, de développer sa subjectivité afin de se sentir plus à l'aise dans sa relation à l'autre. À travers le regard collectif, l'expérience des autres, dans l'échange et le partage, une confiance en soi et en l'autre peut se retrouver.

Il s'agit d'une manière d'être curieux de soi et de l'autre, une expérience individuelle et collective.

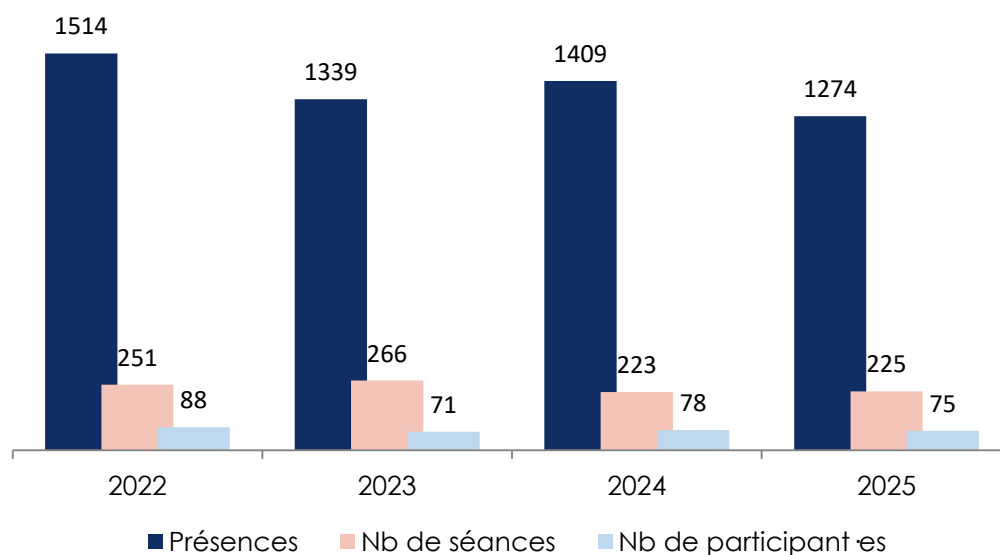
Échange, partage et convivialité

Cette proposition de groupe convivial en autonomie est ouverte à toutes les personnes accompagnées par l'association. Elle leur permet de se retrouver une fois par semaine pour faire du lien et partager autour de boissons et de gâteaux.

Les groupes d'expression, les chiffres

	Nb de séances par semaine	Nb de séances en 2025	Nb de participant·es	Présences
Dessin	1	48	11	173
Écriture	2	84	22	402
Expression par le mouvement	1	45	13	231
Groupe d'échanges et de convivialité	1	48	29	468
	5	225	75	1274

Evolution des groupes 2022-2025



Avec, 1274 participations en 2025 contre 1409 en 2024, nous observons une baisse de 9% des participations à ces groupes.

Comme nous l'évoquions, le public qui nous sollicite est en évolution, avec une demande forte pour de l'accompagnement individuel, cela combiné à l'installation dans

le temps d'une partie de nos groupes, semble expliquer cette baisse, mais d'une manière générale, il y a toujours un intérêt important pour des propositions de groupes.

Ils répondent à un véritable besoin d'une partie des personnes que nous accompagnons et font partie intégrante de la pertinence de notre action, dans la lutte contre l'isolement et l'accompagnement autour du lien social.

Nous travaillons donc pour être en mesure de les élargir, de les diversifier, afin de les adapter au mieux.

À partir de l'année prochaine, notre offre de groupes va donc évoluer, un des groupes écriture sera remplacé par un groupe autour de la radio et du podcast. Nous proposerons également deux nouveaux groupes de parole, un groupe d'échange hebdomadaire par cycle thématique et un autre bimensuel destiné au moins de 30 ans.

Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un·e proche

Depuis plus de vingt ans, nous proposons sur Nantes cette modalité d'accompagnement spécifique afin d'offrir à tout adulte endeuillé·e suite au suicide d'un·e de ses proches, la possibilité d'échanger avec d'autres personnes fragilisées par cet évènement, au sein d'un groupe de parole. Il s'agit d'un groupe d'échange et de soutien mutuel. Il rassemble, sur inscription et engagement préalable, des personnes qui traversent cette épreuve complexe qu'est le suicide d'un proche.

Les participant·es sont reçu·es individuellement avant la mise en place d'un groupe afin de le présenter et de préparer l'entrée. Des entretiens peuvent également être proposés ou demandés après la fin des groupes, et parfois même en parallèle.

Chaque groupe est composé d'une dizaine de personnes qui se rencontrent sur une durée d'1h30, en soirée, une fois tous les 15 jours et ce pendant 6 mois. À la suite de ces 10 séances, un temps de reprise est proposé 6 mois après la fin du groupe.

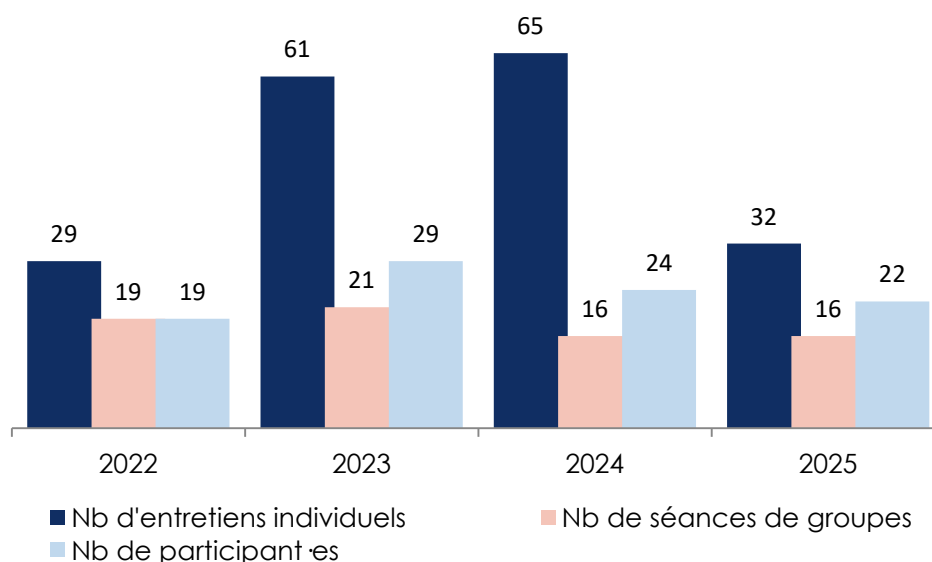
Les séances sont co-animées par deux psychologues de l'association.

Depuis plusieurs années, nous avons fait le choix de former toute notre équipe de psychologues à cette pratique spécifique de l'animation de groupes de personnes endeuillées. Aujourd'hui, quatre psychologues sont en mesure de les co-animer. Cela nous offre davantage de souplesse dans notre organisation et permet d'enrichir notre réflexion d'équipe autour de ces accompagnements si singuliers.

En 2023, nous avons ouvert une nouvelle proposition de groupe sur le territoire de Saint-Nazaire en lien avec l'Équipe Nazairienne de Prévention du Suicide (ENPS) du Centre Hospitalier. Nous avons engagé un transfert de compétence avec une infirmière de cette équipe qui propose les entretiens préalables à l'entrée dans ces groupes et qui les co-anime avec un·e psychologue de Solipsy. Pour son lancement, cette expérimentation a été financée par l'association grâce au don d'une personne ayant participé à un groupe d'endeuillé·es. Sa mise en place a été grandement facilitée par la qualité de notre partenariat avec l'ENPS. Depuis 2024, le travail réalisé a permis de faire entrer le groupe de Saint-Nazaire dans le cadre de notre Contrat pluriannuel avec l'ARS.

Le soutien aux personnes endeuillées par le suicide d'un proche, les chiffres

Évolution des groupes 2022-2025




Cette année, nous avons accompagné 2 groupes.

- Un qui a débuté à Nantes en mars 2025, qui se clôturera en janvier 2026
- Un qui a débuté à Nantes en octobre 2025 et qui se clôturera courant 2026
- Aucun groupe n'a pu débuter à Saint-Nazaire, actuellement 6 personnes sont en attente, le groupe débutera courant 2026.

Les demandes pour ce groupe sont constantes et les personnes qui y participent nous font systématiquement état des bénéfices qu'il leur a apporté.

Le groupe de Saint-Nazaire qui s'est bien lancé en 2023, avec une douzaine de participant-es, a trouvé moins d'écho cette année. Ce qui a eu pour conséquence de ne pas débiter de nouveau groupe en 2025. Cette offre nouvelle nécessite un peu de temps pour se mettre en place et être pleinement identifiée par le public et les partenaires.

Nous avons lancé des actions avec le Conseil Local de Santé Intercommunal pour promouvoir cette action, en notamment une conférence à Trignac sur le deuil suite à un suicide, qui a attiré plus de 70 personnes. Nous avons également fait imprimer et distribuer en lien avec l'ENPS, des affiches et des plaquettes spécifiques.




ACCUEILLIR • ACCOMPAGNER • SENSIBILISER

GROUPE DE PAROLE
pour les personnes
endeuillées par
le suicide d'un proche
à Nantes et Saint-Nazaire

23 rue Adolphe Moitié
44000 NANTES

02 40 08 08 10
www.solipsyasso.org
secretariat@solipsyasso.org



Vous avez perdu un ou une proche par suicide. Il existe un lieu pour en parler et échanger avec des professionnels et d'autres personnes qui traversent cette épreuve.

Un lieu d'écoute, et d'échange sur ce deuil, son vécu et ses répercussions, co-animé par deux professionnels.

Un groupe composé de 10 à 12 adultes. 1 séance d'1h30 tous les 15 jours sur une durée d'environ 6 mois. Inscription préalable.

Pour les groupes à Nantes
contactez Solipsy au 02 40 08 08 10
ou sur secretariat@solipsyasso.org

Pour les groupes à Saint-Nazaire
contactez l'Équipe Nazairienne de
Prévention du Suicide au 02.72.27.84.28
ou sur enps@ch-saint-nazaire.fr



La poursuite, le renforcement et le développement de ces groupes sont pour nous des impératifs majeurs, qui complètent notre offre à destination des personnes en souffrance psychique. Il s'agit d'une proposition forte de prévention primaire, secondaire et de postvention.

Accompagnement et promotion de la santé psychique pour les allocataires du RSA

Ces accompagnements sont financés par le Conseil Départemental de Loire Atlantique et sont destinés aux allocataires du RSA qui ont besoin d'un accompagnement spécifique pour :

- être accompagné·e face à la souffrance psychique
- reprendre confiance en soi,
- établir un lien social et une communication positive avec l'entourage,
- retrouver des capacités personnelles et relationnelles pour engager une réinsertion sociale et/ou professionnelle,
- sortir de l'isolement et s'éloigner d'un éventuel risque suicidaire.

Actions Principales

- Une permanence d'Accueil sans rendez-vous du Lundi au Jeudi de 14h00 à 18h00
- Des Entretiens Individuels avec des psychologues dans nos locaux ou directement dans les Espaces Des Solidarités (EDS) qui nous sollicitent.
- Des Groupes d'Échange, d'Expression, de Créativité et de Convivialité
- Des Groupes de Parole autour de thématiques spécifiques
- Notre action se met en place sur orientation par les accompagnants sociaux et/ou sur sollicitation des allocataires.

Actions spécifiques

- **En Corps en Jeu**

Depuis sa création en 2018, nous sommes associés à cette action sur l'insertion et l'activité physique, ouverte notamment aux allocataires du RSA.

Ce projet a pour objectif :

- de faire vivre par **l'activité physique en groupe** et la mise en mouvement de son corps, des expériences concrètes : relationnelles, physiques et émotionnelles,
- de proposer des activités variées qui vont permettre aux personnes, dans un cadre sécurisant, bienveillant, agréable, chaleureux, de faire différentes **expériences de la nouveauté** et de la prise de risques

- d'accompagner ces expériences, en permettant la conscientisation, l'accueil et **l'expression** de ce qui se vit dans le non-jugement.
- de permettre à chacun de **prendre confiance** en ses capacités, susciter du vouloir et développer son **pouvoir d'agir**.

Cette année, nous avons continué à accompagner ce projet. Nous avons proposé un temps spécifique d'information sur les actions de Solipsy, aux personnes engagées dans cette action, afin qu'elles puissent plus facilement venir sur nos permanences d'accueil et solliciter un accompagnement, si elles en éprouvaient le besoin.

Nous avons également ouvert des places spécifiques dans nos différents groupes d'expression afin de permettre aux bénéficiaires de cette action de pouvoir les découvrir et s'ils le souhaitaient de les intégrer par la suite.

En complément de ces actions pour les participants, nous avons proposé des temps de régulation, d'échange et d'analyse de la pratique aux intervenants de cette action sur Nantes, avec une de nos psychologues, afin de leur offrir un espace de partage et de réflexion sur leurs vécus dans l'accompagnement de ce groupe.

Ces accompagnements en chiffres

En 2025, nous avons rencontré 35 allocataires du RSA, ce nombre de demandes d'accompagnements est stable par rapport à 2024 (36 allocataires accompagnés). Cependant, il est important de noter que fin 2025, 10 allocataires étaient toujours en liste d'attente pour un premier rendez-vous.

Le nombre de sollicitations reste toujours très élevé.

Depuis 2022, le changement de nom de l'association a augmenté notre visibilité et clarifié l'objet de nos actions. Mais le facteur le plus probant est la forte croissance générale qui se poursuit autour des besoins en matière d'accompagnement des problématiques de santé psychique et la saturation des offres pour y répondre.

Nous avons également poursuivi nos actions d'aller-vers, en proposant 4 permanences d'écoute, assurées par une psychologue de l'association dans les locaux l'Unité RSA de Nantes (URSAN). La mise en place de ces temps a permis cette année encore aux professionnels de mieux identifier nos actions, mais également aux

allocataires d'avoir un premier contact avec une de nos psychologues, dans un espace connu et rassurant.

Ces rencontres ont donc permis d'orienter un nombre toujours important de personnes sur nos actions et d'engager des accompagnements avec les personnes reçues dans les EDS.

Sur ces 35 allocataires, il y avait 17 femmes, 18 hommes pour une moyenne d'âge de 43 ans.



Age moyen 43 ans

Le ratio homme/femmes se modifie par rapport à 2024, avec un retour à l'équilibre entre les hommes et les femmes, comme en 2023. Pour rappel en 2021, le ratio était de 85% de femmes pour 15% d'hommes.

La Convention avec le département permet l'accueil et l'accompagnement de 30 personnes chaque année. Nous avons donc cette année encore dépassé nos capacités d'accueil.

À la fin du mois de décembre 2025, il y avait encore 26 allocataires accompagnés contre seulement 17 en 2024 et 10 en liste d'attente. Le besoin est cette année, encore bien supérieur à nos moyens d'accompagnement.

Le travail d'interconnaissance, de sensibilisation et de formation qui a été engagé ces dernières années avec certains EDS et particulièrement l'URSAN a permis de clarifier notre offre auprès des professionnels, de renforcer la pertinence des orientations d'allocataires et de faciliter leur inscription dans les suivis. Les personnes qui nous sollicitent sont donc mieux informées sur nos modalités de fonctionnement et sur ce que propose notre association.

Cette dynamique est renforcée par les premières consultations que nous proposons directement dans les lieux d'accompagnement des allocataires, comme c'est le cas avec l'URSAN. Ces propositions d'aller-vers permettent de tisser des liens, directement dans des lieux, qui sont identifiés par les allocataires comme des lieux de confiance, ce qui permet une adhésion plus facile à l'accompagnement et une inscription dans la durée qui est facilitée.

Le profil des personnes que nous accompagnons est très large, mais nous constatons néanmoins une évolution vers des personnes plus jeunes et dont la complexité des parcours se renforce.

La problématique majeure à laquelle nous sommes confrontés est l'embolisation progressive de notre offre. En effet, le nombre des demandes est en augmentation constante, la pertinence des sollicitations s'affine et les personnes s'inscrivent dans la durée. Ce qui ne nous permet pas d'accueillir de nouvelles personnes dans des délais acceptables.

Notre objectif est donc de poursuivre et surtout de développer ces actions, pour continuer de proposer une réponse efficiente et adaptée aux problématiques de santé psychique des allocataires du RSA.

Nous souhaitons également poursuivre nos propositions de sensibilisations sur les questions de santé psychique aux professionnels de certains EDS, afin de développer leurs connaissances, de valoriser la qualité de leur travail de soutien à une bonne santé psychique, de renforcer leur légitimité à aborder ces questions et leur confort pour le faire. En particulier sur la question du risque suicidaire.

Notre objectif est de pouvoir développer une offre adaptée, évolutive et complémentaire du droit commun, pour répondre aux besoins en matière de santé psychique et aux enjeux qui s'imposent, pour un accompagnement de qualité.

Les actions de promotion de la santé psychique

Ces actions se répartissent en quatre grandes catégories :

- les actions auprès des jeunes,
- les actions auprès des seniors,
- les actions auprès des professionnel·les,
- les actions de réseau.

Les actions de promotion de la santé psychique auprès des jeunes

Ces actions ont pour objectifs :

- de promouvoir la santé psychique
- de déstigmatiser les questions relatives à la santé psychique
- de favoriser le repérage de la souffrance psychique
- de développer les compétences psychosociales, personnelles et relationnelles des jeunes pour prévenir l'apparition du mal-être,
- de sensibiliser l'entourage professionnel et familial au repérage du mal-être et des risques suicidaires des jeunes.
- de faciliter si besoin les orientations vers les structures adaptées

Elles se déroulent selon différentes modalités :

- par des groupes d'échange et d'expression pour les jeunes eux-mêmes, animés par des psychologues
- par des conférences, débats, réflexions, analyses de situations pour les adultes dans l'entourage des jeunes (parents, éducateurs, corps enseignant, etc.), animés par des psychologues
- par des actions de pair à pair, par des jeunes pour des jeunes, par les volontaires en service civique engagé-es dans le programme Ambassadeurs Santé Mentale.

Les actions de prévention auprès des jeunes, les chiffres

	Etablissements	Lieux	Interventions	Jeunes	Parents	Professionnel·les	Intervenant·es
1er Semestre	Service Civique	St Nazaire	3	98		2	1 psychologue
	Service Civique	Nantes	8	110		4	1 psychologue
	MDM	Nantes	4	36		3	1 psychologue
	ASM	Saint Nazaire	3	24		3	1 psychologue
	ASM	Nantes				1	1 psychologue
	Compagnons du devoir	Nantes	1	9		2	1 psychologue
2nd Semestre	Lycée Carcouet	Nantes	2	52		3	1 psychologue
	Compagnons du Devoir	Nantes	1	10		2	1 psychologue
	Service Civique	Nantes	2	20		2	1 psychologue
	Service Civique	Angers	4	40		15	1 psychologue
	MDM	Nantes	1	9		4	1 psychologue
	ASM	Saint Nazaire	1	8		1	1 psychologue
	ASM	Nantes	1	12		1	1 psychologue
	IFMA	Nantes	1	30			
	UFR Médecine	Nantes	1	30			1 psychologue
	Mairie de Vertou	Vertou	1	10	140	20	1 psychologue
			34	498	140	63	

Les chiffres de cette année retrouvent un niveau comparable à 2022 et 2023, après une nette augmentations en 2024. Ils sont conformes aux moyens alloués pour ces actions.

Il y a deux raisons à cette baisse, d'abord une rationalisation de notre activité par rapport aux ressources nécessaires pour les réaliser. Nous avons donc volontairement diminué la quantité de lieux d'interventions et de jeunes rencontrés.

Ce recentrage, s'est également opéré à la suite du départ fin 2024 de la psychologue qui était en charge de ces actions jeunes et de son remplacement par une nouvelle psychologue. Un temps d'adaptation, d'appréhension du poste, de ses objectifs et de ses finalités a été nécessaire afin de penser et de repenser les modalités de ces actions.

Cette année, nous avons donc poursuivi nos partenariats et développé de nouvelles actions :

Actions 2024, poursuivies en 2025

- Avec Unis-Cité, nous avons poursuivi notre partenariat en proposant 3 actions :
 - Avec les volontaires à Nantes et Saint-Nazaire autour de 3 temps d'intervention sur les questions de santé psychique
 - Avec les coordonnateurs d'Angers, sur des temps d'analyse de la pratique
 - Avec les volontaires de la mission Repairs Santé à Angers, avec des actions de sensibilisation et de formation,
- Avec Médecins du Mondes, nous avons construit une série d'interventions autour de la santé psychique et des compétences psychosociales, à destination des jeunes Mineurs Non Accompagnés (MNA) de l'accueil de jour de Nantes. Ce projet, initié en 2021, se poursuit et rencontre un vrai succès en matière d'adhésion à la proposition, mais dévoile également l'ampleur du travail à réaliser avec ce public et les manques de possibilités d'accompagnement.
- Avec les étudiants de l'Institut de Formation aux Métiers d'Aide, avec un temps de formation sur la relation d'aide, le repérage de la souffrance psychique et du risque suicidaire.
- Avec les Ambassadeurs Santé Mental de Saint-Nazaire pour des actions de formation et d'analyse de la pratique.

Actions Nouvelles

- Avec les Compagnons du devoir Nantes, nous avons proposé pour certaines classes des groupes d'échange sur la santé psychique.
- Avec le lycée Carcouet à Nantes, nous avons proposé pour certaines classes des groupes d'échange sur la santé psychique.
- Avec la Maire de Vertou, nous avons proposé une conférence sur la santé psychique des jeunes, à destination des parents et des professionnels des trois collèges de la Ville.
- Avec l'UFR de médecine, nous avons proposé une conférence sur la santé psychique à destination des étudiants.

Comme les années précédentes, la majorité des jeunes que nous avons rencontrés sont dans des parcours qui peuvent être difficiles ou complexes, mais ils n'ont pour autant que très rarement l'occasion de parler de leur santé psychique.

C'est là que se situe toute la pertinence de notre intervention, car faciliter l'identification de ce qui fait un équilibre psychique, favoriser le partage avec d'autres pour trouver des ressources, échanger pour se sentir moins isolé·e face aux situations qui déstabilisent, tels sont les questionnements et les enjeux de santé publique que nous soulevons avec ces jeunes. C'est également l'occasion d'interroger la manière dont leur environnement relationnel peut ou non être une ressource.

La période qu'ils traversent les confronte à des paradoxes et à des défis de taille : être à la fois différents et comme les autres, être autonome et indépendant sans souffrir d'isolement, faire des choix sans pour autant vouloir renoncer à rien, assumer et défendre qui on est sans le savoir vraiment. Ces questionnements sont constitutifs de la construction de chaque individu. Mais ce qui peut venir faire difficulté, c'est la confrontation de ces paradoxes aux injonctions sociales normatives, choix d'études, d'orientations professionnelles, choix de vie, d'emploi, de modèle familial ou culturel, d'identité de genre, orientation sexuelles, etc.

Ces interventions sont donc l'occasion de venir interroger avec les jeunes leur vécu et leur appréhension de leur santé psychique et sociale et de penser avec les adultes leur lien avec les jeunes et la manière dont ils portent et font vivre ces injonctions sociales normatives.

Du fait de la reconnaissance et de la visibilité de nos actions, nous avons peu de difficulté à les développer, les demandes et les propositions dépassent très largement nos moyens d'intervention.

Notre principale difficulté réside dans l'embolisation structurelle du système d'accompagnement des jeunes autour de leur santé psychique. Cela pose des problèmes graves d'amont et d'aval, aussi bien dans l'orientation en cas de problématique afin de prévenir une aggravation que dans la gestion de crise du fait de cette saturation. Cela n'est pas sans conséquence également pour les professionnel·les et les adultes en général qui accompagnent ces jeunes, avec un très fort sentiment d'impuissance, de frustration et parfois de résignation, qui peut nuire au repérage et à la prévention.

Les Ambassadeurs Santé Mentale (ASM)

Ce programme a débuté en 2019, il est le fruit d'un partenariat entre l'Institut régional, Jean Bergeret à Lyon, la Fondation ARHM et l'association Unis-Cité Auvergne-Rhône-Alpes. Il a vocation à se développer à l'échelle nationale.

C'est dans ce cadre que l'Agence Régionale de Santé a sollicité Solipsy, la Maison des Adolescents de Loire Atlantique et Unis Cité pour porter ce projet à Nantes et Saint-Nazaire.

Si la construction de ce programme sur le territoire passe par une collaboration étroite coordonnée et collégiale entre notre association, Unis-Cité et la Maison des Adolescents, c'est Solipsy qui a été désigné comme porteur de ce projet en Loire-Atlantique en qualité de structure experte en santé mentale.

L'objectif de ce projet est de former et d'accompagner des jeunes en service civique et de les aider à construire et à animer des interventions de prévention et de sensibilisation autour de la question de la santé psychique auprès d'un public de 16 à 25 ans. Les jeunes en situation de fragilité sont prioritairement visés par les interventions imaginées par les ASM.

Les objectifs sont de :

- déstigmatiser les questions relatives à la santé psychique
- favoriser le repérage de la souffrance psychique
- faciliter si besoin les orientations vers les structures adaptées

Le contexte et le repérage du mal-être des jeunes nous incitent à développer de nouvelles formes d'interventions favorisant le repérage des signes de souffrance et une meilleure transmission vers les jeunes des dispositifs d'accompagnement qui existent.

L'approche pair-à-pair, pertinente dans ce contexte, a donc été choisie comme modèle d'intervention.

Concernant l'organisation et la coordination, les choses sont un peu différentes sur les deux territoires.

- À Nantes, la coordination des actions santé mentale est assurée par une psychologue de Solipsy, les temps d'analyse de la pratique par une psychologue

- de la MDA et la coordination générale des volontaires par une coordinatrice d'Unis Cité.
- A Saint-Nazaire, la coordination des actions santé mentales est assurée par une professionnelle de la MDA, les temps d'analyse de la pratique par un psychologue de Solipsy et la coordination générale des volontaires par un coordinateur Unis Cité.
 - Sur les deux territoires, les formations, la réflexion sur les actions, les partenariats et la coordination stratégique sont assurés conjointement par Solipsy, la MDA et Unis Cité.

Promotion 2024-2025 : Nantes

12 volontaires ont été recruté·es pour constituer cette équipe d'ASM à Nantes. Cette seconde promotion a débuté son engagement civique en octobre 2024 et s'est clôturée en juin 2025.

Des formations ont été dispensées sur les mois d'octobre et de novembre 2024 sur la méthodologie de projet :

- Découverte des caractéristiques du public cible : besoins des participant·es, posture des volontaires
- Démarchage des structures pour les interventions : savoir adapter sa communication et sa posture en situation professionnelle, savoir présenter un projet, savoir convaincre, outillage des volontaires à la prise de contact avec les structures
- Identification des acteurs et des dispositifs de prévention du territoire : pouvoir et savoir promouvoir les dispositifs du territoire en interventions.
- Animation en éducation à la santé : techniques pédagogiques et posture d'animation en éducation à la santé.

En parallèle, les ASM ont été formés sur des thématiques spécifiques à leurs actions :

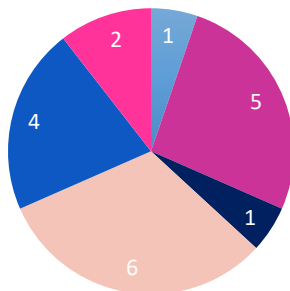
- Intégration : interconnaissance, engagement et travail en équipe, représentation sur la santé mentale. Introduction à la santé mentale positive (Unis Cité, MDA, Solipsy)

- Promotion de la santé et Compétences Psycho Sociale : Comprendre l'enjeu du développement des CPS, agir sur les facteurs de protection dans une démarche de prévention (MDA)
- Intervention de Pair à Pair : appréhender la posture d'intervenant de pair à pair en santé mentale. Veiller à son bien être avant d'appréhender la question du bien-être chez les bénéficiaires (Solipsy)
- L'écoute active : techniques, objectifs et méthodes de l'écoute active. Savoir reformuler et développer des attitudes préventives (Solipsy)
- Sensibilisation aux techniques d'animation face à un public allophone (Cesame 44)
- Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) (Cemea)
- Harcèlement et Cyber Harcèlement (Tralalere, Internet Sans Crainte.fr)
- Protection Sociale d'ici et d'ailleurs : les fondements de la couverture santé universelle et de protection sociale. Inégalités en santé en France et dans le monde (Essentiel)
- Vie sexuelle et affective : vocabulaire, posture et outils d'animation de prévention, de réduction des risques et de sensibilisation au consentement (Discutons)
- Conduite Addictive et réduction des risques : Sensibilisation à la prévention des conduites addictives (posture, outils). 1 formation initiale et 1 retour d'expérience (Addiction France)
- Centre de Ressources de Promotion de la Santé en Loire Atlantique : Visite et présentation du lieu et des ressources en éducation à la santé accessibles (Promotion Santé)

Tout au long de l'année, les ASM ont bénéficié de temps d'analyse de la pratique : temps d'échange réguliers entre les volontaires et une psychologue de la MDA autour de situations complexes vécues dans le cadre du service civique

De janvier à juin 2025, ils ont réalisé 50 interventions dont 27 parcours, 22 actions ponctuelles et un stand de sensibilisation. Ils ont rencontré 634 jeunes dont 238 dans un parcours, 346 en actions simples et 50 sur un stand.

Lieux d'intervention



Thématiques abordées :

- Ateliers en parcours :
 - Désigmatisation santé mentale
 - Développement des compétences psychosociales (CPS)
 - Harcèlement
 - Sommeil
 - Alimentation

- Ateliers uniques
 - Désigmatisation santé mentale
 - Harcèlement scolaire/cyberharcèlement
 - Troubles du comportement alimentaire
 - Addictions

Les ASM ont également réalisé et diffusé 4 épisodes d'un Podcast « Et C Ok », disponibles sur Deezer et Spotify sur la psychose, la dépression, l'adolescence et le bien-être.

En partenariat avec la Fondation ARHM ils ont également participé à un temps fort sur la semaine de la santé mentale positive, avec la réalisation de fresques participatives

à la craie dans le Centre-Ville de Nantes et l'enregistrement de micro-trottoirs sur la santé mentale dans divers lieux de la Ville.

Ils ont également réalisé une vidéo sur leur action à la demande du Conseil de développement de Nantes, dans le cadre d'une saisine sur les questions de santé mentale des jeunes.

Même si des ajustements sont toujours à réaliser, les retours de cette promotion sont très positifs et encourageants, autant pour les jeunes volontaires que pour les jeunes rencontré·es et les personnes qui les accompagnent.

Les jeunes volontaires sont monté·es en compétences sur les questions de santé mentale, de gestion de projet, de réalisation, d'animation d'actions, ont gagné en autonomie, en assurance et en confiance en eux.

Les jeunes rencontré·es ont également pu augmenter leurs connaissances sur ces questions de santé mentale, évoluer et modifier leurs points de vue et connaître les dispositifs d'intervention et d'accompagnement. Les partenaires ont pu saisir ces opportunités d'actions pour aborder plus simplement la santé psychique.

Pour illustrer cela, voici quelques verbatim recueillis lors des interventions :

- « La santé mentale, c'est comme un train, quand il est à l'heure, on n'y pense pas »
- « J'ai beaucoup aimé la prise de recul et la bienveillance »
- « C'était très cool, très intéressant »
- « Tout était top, la diversité et l'ouverture d'esprit. C'était parfait »
- « Les échanges étaient fluides, c'était top »

À l'issue de cette seconde promotion d'ASM, voici les principaux points d'attention et de perspectives :

- Poursuite du développement des actions hors établissement scolaire
- Poursuite du développement des actions en Quartier Prioritaire de la Ville afin de toucher des jeunes plus éloignés des questions de santé
- Développement d'actions avec la PJJ et MFR
- Augmenter la fréquence des temps d'Analyse de la Pratique
- Augmenter le temps de coordination Santé Mentale
- Faire des échanges de pratique avec d'autres actions de pair à pair : Étudiants relais santé, Pépite au Casque ou des pairs aidants,

- Positionner et faire connaître les actions ASM dans le réseau d'acteurs du territoire (CLS Métro, PTSM, SISM, Groupes Santé Mentale dans les quartiers de Nantes etc.)
- Stabiliser les financements
- Faire du lien entre les ASM et l'Observatoire Régional de la Santé des Pays de la Loire
- Envisager des liens avec des équipes de recherche de l'université

Promotion 2024-2025 : Saint-Nazaire

7 volontaires ont été recruté·es pour constituer cette équipe d'ASM à Saint-Nazaire. Cette première promotion a débuté son engagement civique en octobre 2024 et s'est clôturée en juin 2025.

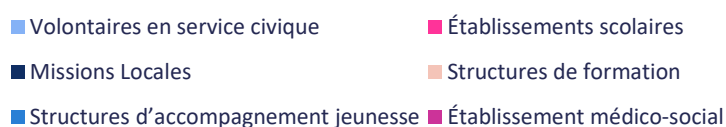
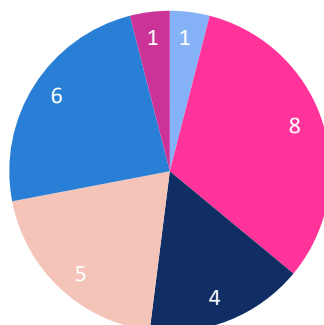
Des formations ont été dispensées sur les mois d'octobre et de décembre 2024 sur la méthodologie de projet et sur des thématiques spécifiques :

- Compétences psychosociales et Techniques Animation
- Écoute active
- Premiers Secours en Santé Mentale Jeunes
- Outils de Promotion Santé
- Animation de réseaux
- Prévention VIH
- Prévention Tabac
- Harcèlement et Cyberharcèlement
- Santé et activité physique

Tout au long de l'année, les ASM ont bénéficié de temps d'analyse de la pratique : temps d'échange réguliers entre les volontaires et un psychologue de Solipsy autour de situations complexes vécues dans le cadre du service civique.

De janvier à juin 2025, ils ont réalisé 67 interventions, dont 18 parcours et 49 actions ponctuelles. Ils ont rencontré 511 jeunes de 14 à 25 ans.

Lieux d'intervention



Thématiques abordées :

- santé mentale
- addiction
- vie intime affective et sexuelle
- sommeil
- alimentation
- harcèlement/cyberharcèlement
- bien-être/ mal-être

Les retours des jeunes bénéficiaires sont très positifs, ils se sentent plus à l'aise pour échanger sur les diverses thématiques avec des ASM qu'avec des professionnels. Ils ont pu exprimer certains de leurs besoins et repérer les structures adaptées pour y répondre.

Généralement, les jeunes disent avoir passé un "bon moment".

Les retours des partenaires sont également très encourageants. Certaines structures ont pu dans un premier temps avoir des appréhensions à laisser les ASM en autonomie avec les jeunes. Mais cette crainte a été vite dépassée par la qualité de leur travail, leur maîtrise des sujets et leur compétence dans l'animation de groupes.

Dans l'ensemble les partenaires semblent très satisfaits de ces collaborations.

À l'issue de cette première promotion d'ASM à Saint-Nazaire, voici les principaux points d'attention et de perspectives :

- Formation santé mentale et activité physique à rechercher
- Formation CPS/ Techniques d'animations/outils prévoir plus de séances
- Analyse de la pratique, prévoir à 4 ou 5 séances, contre 3 actuellement
- Formation Addictions prévoir une ou deux séances supplémentaires
- Renforcer les formations sommeil/alimentation
- Prévoir une formation sur l'interculturalité
- Organiser des Temps de sensibilisation avec la CPAM
- Accompagnement :
 - Plus de temps d'accompagnement sur les parcours individuels
 - Présentation du dispositif ASM auprès des partenaires Nazairiens et Agglo
 - Temps de rencontre entre anciens et nouveaux ASM
 - Temps de rencontres ASM Nantes / Saint-Nazaire
- Logistique :
 - Avoir un numéro fixe
 - Mobilité : carte de bus
 - Avoir une enveloppe budgétaire pour le matériel plus importante
 - Avoir plus de pulls et tee-shirts siglés
- Divers :
 - Faut-il répondre aux demandes des collègues et du public moins de 15 ans ?
 - Envisager des cinés débat Santé Mentale sur Saint-Nazaire et son Agglo
 - Favoriser le public en situation de handicap

Promotions 2025-2026 :

Deux nouvelles promotions ont été accueillies en octobre 2025 avec 12 jeunes à Nantes et 9 jeunes à Saint-Nazaire.

Comme nous l'envisagions dans les recommandations suite à la première promotion, les recrutements ont été effectués en binôme, Unis Cité/Solipsy à Nantes et Unis Cité/MDA à Saint Nazaire.

Les actions de prévention auprès des seniors

Ces actions ont pour objectifs :

- de prévenir le mal-être et le risque suicidaire des personnes âgées,
- de créer du lien et de favoriser les échanges
- de promouvoir la santé psychique
- de sensibiliser au mal-être et au risque suicidaire l'entourage professionnel et familial des personnes vieillissantes afin de valoriser leurs savoir-faire, d'améliorer leurs compétences et leur rôle de prévention.

Elles se déroulent selon différentes modalités.

Avec les publics seniors :

- groupes d'échanges, de parole et de soutien,
- conférences, débats, échanges.

Avec l'entourage :

- conception d'actions de prévention, de sensibilisation et de formation,
- apports d'informations et analyse de situations d'accompagnement et de soutien.

Dans le cadre de ces actions, l'association intervient auprès des personnes âgées et des professionnel·les dans des espaces d'animation dédiés aux seniors, dans des lieux de convivialité, dans des maisons de quartier.

Comme nous l'avons évoqué, cette année encore nous avons obtenu une subvention de la Conférence des Financeurs de la prévention et de la perte d'autonomie des personnes âgées des Pays de la Loire. Ce soutien financier est essentiel et nous permet de maintenir nos actions engagées et d'envisager des développements.

Les actions de prévention auprès des seniors, les chiffres

Structures	Lieux	Type d'intervention	Nombre			Intervenant·es
			Interventions	Participations	Salarié·es-bénévoles	
CCAS Animation Seniors	Saint Nazaire	Gp de Parole	10	120		1 psychologue
CCAS/Unis Cité/La Source	Saint Nazaire	Gp InterG	2	16	4	1 psychologue
ORPAN	Formation	Formation	1	30		1 psychologue
RIG	Nantes	Gp de Parole	11	165		1 psychologue
Le refuge des cheminots	Saint Nazaire	Gp de Parole	5	50		1 psychologue
ORPAN	Nantes	Gp de Parole	1	15		1 psychologue
Vents Portants/CCAS	Saint Nazaire	Gp de Parole	1	25	10	1 psychologue
			31	421	14	

Le nombre des interventions en 2025 est en légère baisse, comme le nombre de participations de seniors. Nous avons fait le choix de limiter ces interventions afin de nous concentrer sur d'autres projets. Et notamment sur un projet de recherche.

Au cours de l'année, nous avons poursuivi nos actions déjà engagées avec la Ville de Saint-Nazaire, le Restaurant Intergénérationnel du Breil à Nantes, la Résidence du Refuge des Cheminots à Saint-Nazaire, pour proposer des groupes de parole thématiques et des groupes de parole intergénérationnels et avec l'association Vents Portant à Saint-Nazaire pour une conférence dans le cadre de la semaine d'information sur la santé mentale.

Ces actions auprès de publics très variés, issus de milieux sociaux différents, ayant des parcours de vie différents, avec des réalités de vie différentes, ont atteint des objectifs communs : créer du lien social, favoriser l'émergence de la parole sur sa santé psychique, de le conscientiser de faciliter, pour soi et pour les autres ce qui peut faire ressource et ce qui peut faire difficulté.

Ouvrir la parole sur ces questions, avec les seniors est un enjeu majeur pour faciliter le repérage et l'accompagnement de l'isolement et de la souffrance psychique.

Comme cela a été évoqué dans le mot d'ouverture, depuis cette année, nous sommes engagés dans un projet de recherche avec l'Université et le CHU de Nantes.

Cette étude baptisée IPC4MH (Immersive Prevention Centers for Mental Health), est un travail de recherche qui vise notamment à évaluer la faisabilité et l'opportunité de proposer des groupes de parole, par le biais de casques de réalité virtuelle, pour des seniors qui ne pourraient y avoir accès par ailleurs.

Dans le cadre de ce projet, nos missions sont :

- Participer à la conception et au développement de l'étude : construction des scénarios, discussion sur les axes de réflexion, partage sur la création des environnements virtuels.
- Aider à identifier les personnes qui pourraient contribuer à la conception des offres en Réalité Virtuelle, participer et partager leurs impressions après une ou plusieurs séances tests.
- Apporter notre expertise sur la mise en œuvre de séances collectives de groupes de parole au sein du centre de prévention (principalement pour la prévention secondaire) et/ou contribuer à l'animation expérimentale de plusieurs séances utilisant cet outil.

La participation à ce travail de recherche est une complémentarité enrichissante pour les actions de l'association.

Les actions auprès des professionnel·les

Accompagnements d'équipes

Nous sommes de plus en plus régulièrement sollicités par des structures ou des institutions pour accompagner leurs équipes aussi bien sous forme d'analyse de la pratique que de formations ou de sensibilisations.

- Les groupes d'Analyse De la Pratique (ADP) sont des espaces d'échanges sécurisés pour aborder les difficultés rencontrées dans l'accompagnement de leurs publics.
- Les formations sont construites à la demande, en fonction des besoins des structures qui nous sollicitent, sur des thématiques comme la relation d'aide, la santé psychique, le repérage de la souffrance psychique et du risque suicidaire, l'écoute ou la dépression, etc.

Structures	Lieux	Type d'intervention	Nombre		Intervenant·es
			Interventions	Participations	
En Corps en Je CD 44	Nantes/St Naz	Analyse de la pratique	4	19	1 psychologue
ADP ATDEC	Nantes	Analyse de la pratique	8	87	1 psychologue
ADP PSIAJ	Nantes	Analyse de la pratique	8	24	1 psychologue
Toit à Moi	Nantes	Analyse de la pratique	7	21	1 psychologue
PFP	Nantes	Analyse de la pratique	2	6	1 psychologue
GSM Ville	Nantes	Analyse de la pratique	10	155	1 psychologue
Citadelle	Nantes	Formation	1	20	1 psychologue
Couples et familles	Saint Philbert	Formation	1	20	1 psychologue
IFMA	Nantes	Formation	1	30	1 psychologue
CIS CD 44	Trignac	Formation	2	30	1 psychologue

Regart's	Nantes	Formation	1	12	1 psychologue
Atelier Politique de la Ville	Nantes	Sensibilisation	1	30	1 psychologue
UFR Médecine	Nantes	Sensibilisation	1	30	1 psychologue
Mairie La Chapelle/Erdre	La Chapelle/Erdre	Formation	1	30	1 psychologue
CAF	Nantes	Formation	2	30	1 psychologue
Référents égalité CD44	Nantes	Sensibilisation	1	40	1 psychologue
JALMALV	Nantes	Formation	1	15	1 psychologue
			52	580	

Le nombre de ces interventions est cette année encore en très forte progression.

Nos propositions sont de mieux en mieux identifiées et semblent correspondre à un besoin d'étayage autour des questions de santé psychique. La complexité réside pour nous dans notre capacité matérielle et humaine à répondre à ces sollicitations.

Comme nous l'évoquions précédemment, l'allongement de notre liste d'attente nous oblige à faire des choix, il nous faut donc trouver un équilibre entre plusieurs nécessités impérieuses : celle de faire de la prévention par ces actions d'accompagnement d'équipe, celle de développer et de diversifier nos sources de financement avec les activités de formation, d'analyses de la pratique facturées et celle d'accompagner la souffrance psychique.

Cette question s'est posée de manière encore plus prégnante, lorsque des risques de baisses importantes de subvention nous ont été annoncés au début de l'année 2025. Ces menaces de baisses n'ont heureusement pas été confirmées, mais la question de l'équilibre entre accompagnement de la souffrance psychique, prévention et diversification des ressources n'en est pas pour autant tranchée.

Cette réalité d'un arbitrage entre le préventif et le curatif ne devrait pas se poser, mais plutôt s'inscrire dans un continuum où la santé psychique est un tout.

Actions avec la Mutualité Sociale Agricole (MSA) et dans le monde agricole

Depuis de nombreuses années, nous avons un partenariat avec la MSA 44-85, avec une convention pluriannuelle pour le développement et la mise en place d'actions de promotion de la santé psychique et de prévention du mal-être.

Ce partenariat s'articule autour de deux axes :

- À destination des salarié·es ou bénévoles des Organisations Professionnelles Agricoles (OPA), dans le cadre des réseaux 44 et 85 de Prévention du Mal-être Agricole (PMEA). L'objectif est de proposer des temps de formation afin de prévenir le mal-être chez les exploitant·es agricoles. Ces acteur·rices sont en première ligne face à la souffrance psychique de certains paysans et de certaines paysannes. Ils y sont le plus souvent confrontés sur les exploitations dans le cadre de leurs missions de comptables, de banquiers, d'inséminateur·rices, d'agents des services vétérinaires, de membres ou salarié·es d'associations, de professionnel·les de coopératives, etc. Notre objectif est de leur transmettre des clés afin de mieux déterminer le niveau de mal-être d'une personne et d'élaborer les pistes d'actions qui peuvent être envisageables en fonction des situations.
- À destination des salarié·es, des délégué·es et des bénévoles de la MSA 44-85. L'objectif est de proposer des temps de formation sur une journée, sur les thèmes de la relation d'aide, de la santé psychique, de la prévention du mal-être et le repérage du risque suicidaire.

Ces actions nous ont permis de toucher un large public du monde agricole : paysan·nes, salarié·es, retraité·es, militant·es associatif·ives, administrateur·rices de structures de mutualisation, conjoints et conjointes d'exploitant·es agricoles. Au cours de ces actions, nous avons pu aborder, la relation d'aide, le repérage du mal-être, la stigmatisation et les spécificités du monde agricole et rural sur ces questions.

Site	Ville	Type d'intervention	Nombre		Intervenant·es
			Intervention	Participant·es	
MSA Salariés	Nantes	Formation	1	15	1 psychologue
MSA OPA	Nantes	Formation	4	30	1 psychologue
MSA OPA	La Roche/Yon	Formation	4	30	1 psychologue
MSA ADP	Nantes	Analyse de la pratique	2	15	1 psychologue
MSA ADP	La Roche/Yon	Analyse de la pratique	2	15	1 psychologue
			13	105	

Les actions de réseau et de partenariat

Nous sommes impliqués dans de nombreux réseaux et nous participons très régulièrement à des rencontres partenariales.

- Le Plan Territorial de Santé Mentale de Loire-Atlantique, dans lequel nous participons à des commissions et pour lequel nous sommes intervenus dans des tables rondes. Depuis 2023, nous assurons le co-pilotage du groupe prévention suicide.
- La Fondation Territoriale de Loire-Atlantique, pour laquelle nous participons à la commission du projet "Agir pour la santé mentale et contre toutes les formes de violences" et dans laquelle nous siégeons également au Comité Exécutif.
- Le réseau Colibri, fédération de recherche en psychiatrie et santé mentale de l'hémi-région Ouest 44-85, duquel nous sommes membre.
- Le réseau REPERES 44 de recherche et de prévention du suicide, dont nous sommes membre fondateur et membre du bureau. Nous y sommes très investis aussi bien dans la coordination que dans les actions.
- La Coopérative Nantaise des Nouvelles Solidarités, dans laquelle nous participons aux actions et à la réflexion sur sa gouvernance
- Le Conseil Nantais du Funéraire dont nous sommes membres.
- Les groupes Ressource Santé Mentale des Dervallières, du Breil, de Nantes Erdre Doulon-Bottière et de Nantes Sud et Ile, qui rassemblent des acteurs de terrain, associatifs et institutionnels.
- Le groupe Santé du quartier du Breil qui rassemble des acteurs de terrain, associatifs et institutionnels.
- Le projet Ville Amie des Aînés à Nantes sur lequel nous intervenons dans la réflexion sur la mise en place du plan d'actions.
- Le projet de Maison de la Longévité et des Générations de la Ville de Nantes.
- L'ORPAN, association des seniors Nantais dans laquelle nous sommes administrateurs.
- Le Conseil Local de Santé Intercommunal Saint-Nazaire Agglomération.
- Le projet Ville Amie des Aînés à Saint-Nazaire sur lequel nous intervenons pour la mise en place d'actions ciblées.

Nous avons également de nombreuses rencontres relatives à la présentation, la construction et la mise en place de nos actions.

Conclusion

Le travail qui a été accompli tout long de cette année par les équipes de l'association est tout aussi colossal qu'exemplaire.

Colossal, car nous n'avons eu de cesse de consolider et de renforcer notre action auprès des personnes accompagnées, d'accueillir encore et toujours plus de nouvelles personnes, de développer des propositions et de nous investir dans de nouveaux projets.

Exemplaire, car le sens de l'accueil, l'écoute et l'attention à l'autre, dans une exigence d'humanité ont été la colonne vertébrale de l'investissement et de l'engagement de l'équipe.

Dans un monde qui se transforme, s'individualise, qui peut parfois se replier et qui bien trop souvent rejette, nous défendons un modèle où le collectif est central, où le lien social est fondateur et où la solidarité est un guide.

Il est bien évidemment important et salutaire de pouvoir être satisfait du travail accompli, mais la situation dans laquelle il se fait et l'ampleur du besoin qu'il met à jour est abyssal.

Selon les chiffres de l'assurance-maladie, publiés dans le cadre de la santé mentale grande cause nationale 2025 et 2026¹ :

- 1 personne sur 4 va souffrir d'un trouble mental à un moment de sa vie.
- 23 % des Français ont le sentiment de ne pas prendre soin de leur santé mentale, dont 36 % des femmes et 38 % des 18-24 ans.
- 1 salarié sur 4 se dit en mauvaise santé mentale.

D'autres études soulignent que :

- 25% des plus de 65 ans prennent un traitement psychotrope en 2023 en Pays de la Loire²
- 1 Français sur deux présente des signes d'anxiété légère, modérée ou sévère³

On peut lire également dans la dernière publication de la Fédération Hospitalière de France⁴ que depuis 2019, les hospitalisations pour tentative de suicide ont augmenté de :

- 118% chez les filles de 10 à 14 ans
- 76% chez les femmes de 20-24 ans

Concernant spécifiquement les jeunes :

- 14 % des collégiens et 15 % des lycéens présentent un risque important de dépression.⁵
- Plus de 50 % des élèves de collèges et lycées présentent des plaintes psychologiques ou somatiques hebdomadaires comme des difficultés à s'endormir, la nervosité, l'irritabilité ou le mal de dos.⁶
- Près de 936 000 jeunes ont bénéficié d'un remboursement de psychotrope en 2023, soit +18 % par rapport à 2019.⁷
- 55 % des jeunes de 18 à 24 ans ont déjà été affectés par un problème de santé mentale.⁸

Et malgré cette réalité partagée autour de notre santé psychique :

- 70 % des Français cautionnent un stéréotype concernant les personnes atteintes de troubles de santé mentale⁹.

Et ce ne sont là, que quelques-uns, des très nombreux chiffres, qui s'accumulent et s'empilent pour illustrer la mauvaise santé psychique d'une trop grande partie de la population.

Ces dernières années, c'est dans cette déferlante que nous tentons de naviguer.

Dans nos précédents rapports d'activité, nous avons pointé cette progression, en parlant tour à tour d'embolisation, de saturation et l'an passé de débordement. Mais le niveau de l'eau a continué de monter et nous n'avons actuellement pas les moyens de l'endiguer. Une réponse à la croissance exponentielle de ces besoins passe donc par le renforcement et le développement de nos offres.

Mais l'amélioration de la situation ne pourra pas se faire sur le long terme sans un renforcement massif de l'offre de service publique, qui doit rester le pilier central de notre santé.

Une fois posé ce constat, pas question de se laisser submerger, il nous faut prendre le temps de penser et de participer à la construction de ces réponses adaptées.

Et c'est la raison pour laquelle, les axes de travail de notre projet associatif 2026-2030, prennent en compte l'ensemble de cette réalité : améliorer la qualité de notre action, adapter notre organisation, construire des partenariats, communiquer sur notre offre pour la valoriser et la rendre plus lisible, élargir et augmenter nos ressources pour développer l'association, afin de répondre à ces besoins.

Nos accueils, nos accompagnements individuels, nos groupes sont déjà des composants de ces réponses, mais ils devront être développés et renforcés. C'est le travail que nous avons entamé avec de nouvelles propositions d'accompagnement psychologique en aller-vers, avec l'association Habitat et Humanisme et nous sommes déjà sollicités pour dupliquer cette expérimentation dans d'autres lieux d'accueil et d'hébergement.

Une partie de ces réponses réside également dans le travail de prévention que nous faisons avec les jeunes et les seniors. C'est également le rôle et la place du projet Ambassadeurs Santé Mentale, qu'ils soient acteurs de la promotion de la santé psychique, de la déstigmatisation, des facilitateurs du repérage et de l'orientation.

Mais c'est aussi, par la sensibilisation, la formation et l'accompagnement dans l'analyse des pratiques, que se trouvent des éléments de ces réponses, pour permettre aux personnes qui accompagnent ou accueillent des personnes en souffrance psychique de monter en confiance, en compétences et de se sentir ressource pour l'autre.

C'est également dans le travail et la force du collectif, dans les réseaux, les groupes de réflexion, dans les mutualisations, les coopérations que nous participons à l'élaboration de ces réponses.

Nous sommes à pied d'œuvre dans cette dynamique pour la santé psychique.

Dans l'ensemble des actions que nous portons, de l'accueil, à l'accompagnement individuel et collectif, de la sensibilisation à la formation, en passant l'analyse de la pratique, jusqu'à nos actions de réseau, nous faisons le choix de défendre et d'appliquer l'idée que chacune et chacun devrait avoir la possibilité d'être écouté, d'être entendu et d'être reconnu, dans ces besoins fondamentaux.

La Santé Psychique est un droit que nous devrions tous pouvoir revendiquer. Son accessibilité est un enjeu majeur, pour une société moins stigmatisante, plus inclusive, plus juste et dans laquelle le lien social doit être tissé pour protéger chacune et chacun d'entre nous.

¹ <https://solidarites.gouv.fr/la-sante-mentale-grande-cause-nationale-2025>

² https://www.orspaysdelaloire.com/sites/default/files/pages/pdf/2026_PDF/2026_CC_SanteMentalePA.pdf

³ <https://www.fhf.fr/actualites/communiques-de-presse/depuis-2019-une-degradation-alarquante-de-la-sante-mentale-des-jeunes-et-des-femmes>

⁴ <https://www.fhf.fr/actualites/communiques-de-presse/depuis-2019-une-degradation-alarquante-de-la-sante-mentale-des-jeunes-et-des-femmes>

⁵ <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale/depression-et-anxiete/documents/enquetes-etudes/la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-collegiens-et-lyceens-en-france-hexagonale-resultats-de-l-enquete-enclass-2022>

⁶ <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/sante-mentale/depression-et-anxiete/documents/enquetes-etudes/la-sante-mentale-et-le-bien-etre-des-collegiens-et-lyceens-en-france-hexagonale-resultats-de-l-enquete-enclass-2022>

⁷ https://www.assurance-maladie.ameli.fr/sites/default/files/2024-07_rapport-propositions-pour-2025_assurance-maladie.pdf

⁸ <https://www.odoxa.fr/wp-content/uploads/2024/11/Odoxa-pour-la-Fondation-Pileje-Les-Francais-et-la-sante-mentale.pdf>

⁹ <https://solidarites.gouv.fr/la-sante-mentale-grande-cause-nationale-2025>