

CDH

Les Cahiers du handicap

LE MAGAZINE OFFICIEL DE L'AIMETH

POUR L'INCLUSION DES PERSONNES
EN SITUATION DE HANDICAP

N°39 - DÉCEMBRE 2024

CONSULTATION

Nouvelle loi handicap 2025 :
faites vos propositions !

EVENEMENT

L'œil et la main,
30 ans d'histoires de sourds !

VISION

« Notre défi est de lever le tabou
autour de la santé mentale »

DIEGO BUNUEL

« LA DIVERSITÉ EST UNE
RICHESSSE À PARTAGER ! »



02

ACTUS

03

CONSULTATION

La nouvelle loi handicap 2025

06

EVENEMENT

L'œil et la main,
30 ans d'histoires de sourds !

12

PAROLE

« La diversité est une richesse
à partager ! »

20

VISION

« Notre défi est de lever le tabou
autour de la santé mentale »

Offres d'emplois

PAGE 5, 3^E DE COUVERTURE GRÂCE AU QR CODE

2025 : à chacun son rêve !

Comment ne pas ouvrir le bal de cette nouvelle année 2025 par l'émission *L'œil et la main* qui, trente ans après sa création, poursuit sa mission d'information et continue à questionner la place des sourds dans la société. Alors, n'attendez pas pour rejoindre cet espace de rencontre entre sourds et entendants ! Les Cahiers du handicap sont aussi le relais de la consultation citoyenne mise en œuvre par le Conseil national consultatif des personnes handicapées (CNCPPH) pour envisager une proposition de loi « transpartisane et ambitieuse sur le handicap ». Grâce à notre QR code, vous avez la possibilité de donner votre avis en répondant à notre questionnaire qui permettra d'élaborer des propositions sur tous les thèmes qui touchent aux droits et à la vie des personnes handicapées.

Nous avons également souhaité accorder une place privilégiée à la mythique émission *Thalassa*, aventures extrêmes, présentée par Diego Buñuel, reporter de guerre et journaliste avec qui nous avons eu la chance de pouvoir échanger sur son parcours, ses voyages, ses reportages, son rapport à l'autre et au monde du handicap. Enfin, après l'activité physique et sportive en 2024, la santé mentale sera la Grande cause nationale pour l'année 2025. Ce label permettra de lancer une vaste campagne de sensibilisation et prévention, de fédérer les acteurs publics et privés, et d'inciter à un changement profond dans la perception et la prise en charge de la santé mentale en France.

Pour bien commencer 2025, rien ne vaut une citation du célèbre écrivain et poète Victor Hugo : « Saluons ensemble cette nouvelle année qui vieillit notre amitié sans vieillir notre cœur. » Toute l'équipe des Cahiers du handicap vous souhaite une excellente année 2025 ! ■

Le handicap

en chiffres 2024

La Direction de la recherche, des études, de l'évaluation et des statistiques (DREES) a publié une nouvelle édition 2024 de l'ouvrage intitulé « Le handicap en chiffres ». Cet ouvrage réalise une synthèse de l'information statistique disponible sur le handicap et vise à proposer une photographie rapidement lisible des principaux chiffres disponibles sur le handicap.

Quel est le nombre de personnes handicapées en France ?

En 2022 en France métropolitaine, 14,5 millions de personnes de 15 ans ou plus (28 %) vivant à domicile déclarent avoir au moins une limitation fonctionnelle sévère (des problèmes de vue ou d'audition malgré une correction, des difficultés pour monter un escalier, des trous de mémoire fréquents, etc.) et 5,4 millions (10 %) déclarent être fortement restreintes dans des activités essentielles du quotidien (se coucher et se lever, s'habiller, faire ses courses, manger et boire, etc.). Par ailleurs, 9 % des 15 ans ou plus (4,6 millions) déclarent avoir plus globalement une restriction importante, pour des raisons de santé, depuis plus de six mois, dans les activités que les gens font habituellement.

Au total, en France (métropole et DROM), le nombre d'enfants et d'adultes handicapés (de 5 ans ou plus), qu'ils vivent à domicile ou en établissement, varie de 5,7 millions à 18,2 millions de personnes selon la définition utilisée.

Combien d'enfants et d'adultes handicapés sont accompagnés en établissement ?

Fin 2022, 174 200 enfants et adolescents handicapés sont accompagnés dans les établissements et services médico-sociaux qui leur sont dédiés, dont 68 % de garçons. À la même date, 321 500 personnes sont accompagnées dans des établissements et services médico-sociaux dédiés aux adultes handicapés, 60 % sont des hommes et 9 % d'entre eux ont 60 ans ou plus.

Combien de jeunes handicapés sont scolarisés ?

Sur l'année scolaire 2023-2024, 235 400 élèves en situation de handicap (c'est à dire avec un projet personnalisé de scolarisation [PPS]) étaient scolarisés dans les établissements du premier degré et 232 900 l'étaient dans les établissements du second degré. Par ailleurs, à la rentrée 2022, 59 000 étudiants handicapés étaient recensés dans l'enseignement supérieur.

Quels sont les emplois occupés par les personnes handicapées ?

Lorsqu'elles travaillent, les personnes reconnues handicapées exercent une moins grande variété de métiers par rapport aux autres personnes : 20 professions représentent 32 % de l'emploi des personnes reconnues handicapées, contre seulement 23 % de l'emploi des autres personnes. ■



Nouvelle loi handicap 2025

faites vos propositions !



Réécrire la loi afin de mieux répondre aux besoins de la population en situation de handicap. Pour soutenir le gouvernement dans cette démarche, le CNCPH a lancé une consultation citoyenne, ouverte jusqu'au 31 janvier 2025. Décryptage.

Bientôt une nouvelle « loi handicap » ? Lors de son discours de politique général du 1^{er} octobre 2024, le Premier ministre Michel Barnier a encouragé les parlementaires à envisager une proposition de loi « transpartisane et ambitieuse sur le handicap ». Sans attendre, le Conseil national consultatif des personnes handicapées (CNCPH) s'est mis en « ordre de marche » pour accompagner le législateur dans ce chantier en ouvrant une consultation citoyenne. Celle-ci permettra de solliciter l'avis des personnes handicapées, de leurs proches, des associations et de « l'ensemble des parties prenantes de la société civile organisée ».

Pour Jérémie Boroy, président du Conseil national consultatif des personnes handicapées (CNCPH), « l'objectif est de mettre l'ensemble des acteurs à contribution, pour cibler précisément les points qu'il faut travailler. On veut écouter, débattre, interagir, avec les personnes elles-mêmes, leurs familles, les collectivités, les professionnels de santé... Et comprendre d'où viennent les manques de la loi de 2005 : est-ce à cause de ses termes ? De la façon dont son application est contrôlée ? Ou devrait-on mettre à jour certains sujets, en fonction de l'évolution la société ? »

Une plateforme de consultation en ligne

Avec cette consultation, le CNCPH souhaite élaborer des propositions pour mettre à jour le pacte de notre société pour l'accès aux droits des personnes handicapées vingt ans après la loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées, dont les objectifs en matière d'accessibilité et d'accompagnement peinent encore à être pleinement réalisés. Au final, toutes ces contributions seront mises à la disposition des députés et des sénateurs.

Une plateforme en ligne a été ouverte à tous pour y déposer « des propositions et des observations » sur plusieurs thèmes dont : l'accessibilité (des établissements, des services publics, des lieux de travail, des transports, de la voirie, des services, des sites web et des services téléphoniques, de l'audiovisuel, etc.), la compensation du handicap et les ressources (la prestation de compensation, les allocations, les démarches administratives...), l'école, l'enseignement supérieur et la formation. Mais aussi l'emploi, la santé, l'accompagnement des personnes, la participation et la communication (le débat public, l'information, voter, être élu, etc.). Enfin, le CNCPH appelle à plancher sur la vie amoureuse, intime et sexuelle, la culture et le sport.

Plusieurs rendez-vous seront organisés, dans les territoires et en visioconférence, avec les personnes concernées, les acteurs de l'accès aux droits et les parlementaires afin de débattre des propositions sur les différents thèmes. Le CNCPH souligne qu'elles seront également utiles pour participer à la mise à jour de la feuille de route du Comité interministériel du handicap (CIH) et des collectivités territoriales.

Grâce à la consultation en ligne, il est possible de déposer vos propositions sur tous les thèmes qui touchent aux droits et à la vie des personnes handicapées, en Français ou en langue des signes française (LSF) via une vidéo à télécharger, sur le site je-donne-mon-avis-pour-la-nouvelle-loi-handicap-2025.fr. Autre option : en parallèle de la consultation en ligne, plusieurs rendez-vous seront organisés, dans les territoires et en visioconférences, avec les personnes concernées, les acteurs de l'accès aux droits et les parlementaires afin de débattre des propositions sur les différents thèmes.

La loi de 2005 n'est pas complètement appliquée

De son côté, le Collectif handicaps, qui regroupe 54 associations nationales représentatives des personnes en situation de handicap, de leur famille et des proches aidants na cache pas son inquiétude : « *Alors que nous allons bientôt fêter les 20 ans de la loi du 11 février 2005, laquelle n'est toujours pas appliquée dans divers secteurs comme la barrière d'âge, l'accessibilité, la scolarisation ou l'emploi... Dès lors, nous ne pouvons que nous inquiéter sur les intentions du nouveau gouvernement dans une période de restriction budgétaire. Nous restons vigilants sur d'éventuelles retours en arrière et réclamons une réelle effectivité des droits induits par la loi de 2005.* »

Des lacunes dans la loi handicap de 2005 ? Pour Jérémie Boroy, effectivement, cette loi n'est pas complètement appliquée : « *Prenons l'accessibilité. Déjà en 2013, les termes du texte ont été revus car on s'est rendu compte qu'ils ne fonctionnaient pas. Des dérogations ont été mises en place, à cause de contraintes techniques par exemple, mais sans limite dans le temps. In fine, l'accessibilité est trop souvent perçue comme une option. Alors que ne pas respecter les normes est un délit.* »

On l'aura compris : le texte de 2005 n'atteint pas tous ses objectifs. « *Entre autres parce qu'on ne prend pas assez en compte le handicap dans les textes de loi, pointe Jérémie Boroy. Les parlementaires ne le considèrent que lorsque le projet a des impacts directs sur les personnes, au lieu d'essayer, systématiquement, d'en faire une opportunité pour le secteur du handicap.* » Rendez-vous au 31 janvier 2025 avec la feuille de route du CNCPH qui sera prête. « *Nous n'avons pas le pouvoir législatif mais, avec ce document, les sénateurs et les députés auront une bonne base pour travailler* », conclut Jérémie Boroy. ■



Flashez le QR Code pour participer à la consultation du CNCPH « Je donne mon avis pour la nouvelle loi handicap 2025. »



• ASSISTANT POLYVALENT (F/H/X)
Lieu : Boulogne-Billancourt (92)

• GESTIONNAIRE DE FACTURATION ET RECOUVREMENT (F/H)
Lieu : Boulogne-Billancourt (92)



• ASSISTANTE DE BUREAU (H/F)
Lieu : Paris (75)



sandro • maje • claudie pierlot • fursac

• VENDEUR (H/F)
Lieu : XXX



• VENDEUR POLYVALENT (H/F)
Lieu pour les salons de thé
Marais - Paris 75004
Rive Gauche - Paris 75006
Etoile - Paris 75008
Madeleine - Paris 75008
Tour Eiffel - Paris 75007
Montorgueil - Paris 75002

Lieu pour les boutiques : French Tea Emporium
Galeries Lafayette Gourmet - Paris 75009
Bhv Marais - 75004
Le Bon Marche - Paris 75007
Printemps Haussmann - Paris 75009
Printemps Nation - Paris 75020
Printemps Parly li - 78150 Le Chesnay
Printemps Velizy li - 78140 Vélizy Villacoublay



• COMMIS DE SALLE (H/F)
• COMMIS DE CUISINE (H/F)
Lieu : toute la France



• COMMIS DE SALLE (H/F)
Lieu : toute la France

SOCIÉTÉ SAS VIRYDIS

• OPÉRATEUR VIDÉO-SURVEILLANCE (H/F)
Lieu : Viry-Chatillon (91)

Pour plus d'informations, contacter les chargés de recrutements de l'association AIMETH :
aimeth@reseau-rse.com - 01 80 87 55 90 - www.aimeth.com

Nous remercions notre partenaire pour son soutien en faveur de l'insertion et le maintien dans l'emploi des travailleurs handicapés.



L'œil et la main

30 ans d'histoires de sourds !

Après sa première diffusion en décembre 1994, *L'œil et la main* poursuit sa mission d'information et continue à questionner la place des sourds dans la société. Le 9 décembre 2024, un épisode anniversaire est revenu sur les moments forts de ce lien indéfectible qui unit les sourds et leur émission. 30 ans ça se fête !



Trente ans déjà que *L'œil et la main*, seule émission bilingue langue des signes et en français, nous fait redécouvrir le monde par les yeux des sourds. Diffusée pour la première fois en 1994 sur la Cinquième, devenue depuis France 5, cette collection documentaire s'adresse à un public sourd ou malentendant et aborde des thématiques variées. En parallèle, elle crée un lien précieux avec les entendants et nous fait avancer collectivement sur des grands sujets et enjeux sociétaux. C'est en 1992 que le journaliste et animateur Jean-Marie Cavada programme une émission spéciale de *La Marche du Siècle* sur Le peuple des sourds et fait la rencontre de Daniel Abbou. Plus tard, lorsque la présidence de La Cinquième lui est confiée, il confie à ce dernier la présentation d'une émission hebdomadaire consacrée aux sourds. C'est ainsi qu'est née cette émission pionnière *L'œil et la main*, et au fil des



Laurent Valo

ans elle a su s'imposer comme un rendez-vous incontournable pour les personnes sourdes et malentendantes, contribuant à leur visibilité. L'initiative de France Télévisions s'inscrit dans un objectif plus large d'inclusion, de diversité et de lutte contre les discriminations, en permettant une meilleure compréhension des enjeux liés au handicap et en améliorant l'accès à l'information et à la culture pour les personnes en situation de handicap.

Aujourd'hui sur France 5, l'émission compte plus de 800 épisodes et n'a cessé d'évoluer. Le souhait initial était de rendre visibles les sourds, leur langue et leurs combats. Au fur et à mesure l'émission a su répondre à une nécessité d'information en langue des signes, absente de tous les médias. Puis elle s'est ouverte à tous les sujets de société, sur lesquels les sourds apportent leur point de vue unique. Cette émission a une importance particulière pour les sourds : c'est « leur » émission, une référence. Pour le public entendant, c'est une ouverture vers une communauté peu présente dans les médias, l'occasion de poser un autre regard sur le monde. Elle représente une véritable passerelle entre sourds et entendants.

Défendre et promouvoir la langue des signes française (LSF)

Le 9 décembre, l'épisode anniversaire diffusé a donné la parole à ses téléspectateurs au travers d'archives de l'émission et de témoignages en plateau. L'éducation en langue des signes, l'accessibilité aux services de santé et les luttes politiques seront les piliers de l'émission. Régulièrement abordés dans *L'œil et la main*, ces trois thèmes se trouvent au cœur du combat des sourds pour faire reconnaître leurs droits. A travers la partie consacrée à la LSF pour son enfant, on mesure l'importance de montrer aux enfants que l'on s'intéresse à leur monde. Aujourd'hui, certains établissements tentent d'intégrer les sourds dans des classes d'entendants grâce à des interprètes. Malheureusement, ils se font rares et, de l'école primaire au lycée, les sourds et malentendants sont souvent privés d'un enseignement adapté en LSF. A titre d'exemple, en France, seulement 5% des bacheliers sourds poursuivent leurs études. Dans le domaine de la santé, le manque d'accès

aux soins en langue des signes est aussi criant. Peut-on se mettre à la place des sourds alors que l'annonce d'un traitement ou d'une maladie se fait à l'oral ? On peut voir l'engagement de François Giraud, qui atteint d'un cancer, a fait de l'accès aux soins des personnes sourdes en Langue des Signes son combat ! Depuis 2015, l'association François Giraud a été créée ; elle est dédiée à l'information et au dépistage du cancer en LSF. Enfin, le dernier volet de l'épisode anniversaire, c'est s'engager pour mettre cette colère au service de la cause et du droit des sourds pour être mieux reconnus. Et pourquoi ne pas faire entrer la LSF dans la constitution française ! Cette spéciale met en lumière le lien indéfectible qui unit les sourds et leur émission, l'impact qu'elle a eu sur eux, mais aussi sur les entendants, et revient sur les moments forts de 30 ans d'histoire. L'émission *L'œil et la Main* est diffusée chaque lundi à 12h55 (sauf le premier lundi de chaque mois) et rediffusée le samedi aux alentours de 23h50 sur France 5. Enfin, l'émission sera disponible sur la plateforme France.tv jusqu'au 12/9/25. Alors n'attendez pas pour rejoindre cet espace de rencontre entre sourds et entendants ! ■

Chiffres clés sur les sourds et malentendants

En France, on compte entre **5 millions et 7 millions de sourds et de malentendants**. Il y a entre **70 000 et 100 000 sourds de naissance**, les autres connaissent une surdité évolutive dans le sens d'une aggravation. Un bébé sur mille est né sourd. **Dans la population, on estime qu'il y a 300 000 sourds**, dont un tiers pratique couramment la langue des signes française (100 000 personnes). **34 % d'entre eux (102 000 personnes) sont inactifs, du fait de la difficulté d'accès à l'emploi, aux loisirs et du fait de la situation d'isolement dans laquelle ils se trouvent.**

Verbatims tirés du film

« L'œil et la main, vos 30 ans d'histoires »

1. LA LSF POUR SON ENFANT

Malyka, mère de deux filles sourdes :

Ma grande fille va bientôt avoir 29 ans, et la plus petite a 24 ans. Le premier ORL qui a dépisté ma fille aînée Lina, à St Lô, me l'a annoncé dans un couloir. Et sans m'expliquer, il m'a dit : « Elle est sourde profonde ! » A l'époque, je me disais qu'il y avait peut-être d'autres solutions, on ne connaissait pas... Il y a quelques années, quand Lina était encore petite, on cherchait à avoir une autre représentation d'adultes sourds, de ce qui se passait dans le monde des sourds... C'était un peu un monde invisible, et on nous a parlé de l'émission *L'œil et la main*, sur la Cinq. Et c'est vrai qu'on s'est mis à la regarder assez régulièrement pour nous projeter dans le monde de nos enfants, sur des thématiques très différentes qui nous ont beaucoup apporté. »

Il faut savoir que la LSF ne freine pas l'apprentissage du français, au contraire. Pas du tout ! C'est ce qui permet d'avoir un vocabulaire très riche, une grammaire, d'avoir tout ça. Parce que les gens ont peur de ça des fois. Il ne faut surtout pas croire ça, au contraire.

Les classes bilingues ça fonctionne, on voit que c'est vraiment le dispositif idéal pour les enfants sourds et les parents aussi, qui ont fait le choix de la LSF pour leurs enfants. C'est vraiment dommage de voir qu'aujourd'hui en 2024, il y en a très peu en France, et que celles qui existent sont très fragiles. Pourtant, une loi existe rappelant que si on fait le choix d'un enseignement en LSF pour nos enfants, on doit avoir une réponse en face, mais elle n'est pas toujours là. Et quand elle est là, parfois ça va jusqu'au CM2, et arrivé au collège, ça n'existe plus.

Barbara, mère d'une fille sourde :

Ce que j'aurais aimé, vraiment et sincèrement, c'est avoir d'autres personnes à qui parler. Pas du monde médical, surtout pas ! Mais avoir des adultes et des parents sourds. On regardait régulièrement *L'œil et la main* parce que c'était important pour nous de montrer à notre fille qu'on s'intéressait à son monde. Quand on a visité la classe en LSF, ça a été une révélation et un bonheur absolu d'être avec d'autres enfants sourds avec lesquels elle communiquait, mais d'être aussi avec cette institutrice sourde avec laquelle elle pouvait vraiment converser. Et puis, elle a complètement consolidé sa langue des signes. Quand elle est arrivée à l'école élémentaire, on s'est rendu compte qu'on avait vraiment fait le bon choix, parce qu'elle a commencé à parler d'avenir, à dire qu'elle voulait devenir vétérinaire, qu'elle allait faire des études pour... Et là, on s'est dit : « Ça y est, elle se projette ! » Et puis elle rentrait le soir et nous expliquait : « Aujourd'hui, j'ai vu ça, je sais faire ça, maintenant je sais dire ça, maintenant... » C'était vraiment un bonheur de l'apprentissage et on savait qu'elle n'aurait jamais pu l'avoir dans une classe orale.



2. SE SOIGNER

David

Quand on annonce à un patient entendant qu'il a un cancer, sa vie bascule complètement, alors il faut se mettre à la place d'un sourd ! Sans langue des signes, sans interprète, sans le soutien d'un intermédiaire LSF, alors le patient sourd ne comprend rien.

En France, il y a 24 unités d'accueil adaptées aux sourds, c'est déjà pas mal ! Mais elles sont sans doute encore fragiles. Par exemple, dans l'hôpital dans lequel je travaille, j'ai essayé de monter une unité d'accueil pour les sourds, spécialisée dans le cancer.

On a constitué un dossier en équipe, ça a demandé énormément de travail. On l'a remis à la direction et... pas de réponse ! Là encore, j'ai

l'impression d'être dans une impasse. J'espère qu'un jour, on nous l'ouvrira cette porte et qu'il y aura enfin le premier lieu d'accueil spécialisé pour les sourds atteints d'un cancer, à l'hôpital Curie, ça c'est mon rêve !

Valérie

Pour ma fille Elea, ça a été différent parce qu'elle a très peu connu son père. Elle m'a dit qu'elle remerciait *L'œil et la main* parce que ça lui a permis de voir son père militer pour le sida. Elle a ajouté : « Grâce à eux, j'ai vu l'évolution de mon père, j'ai vu quel homme il était. » Ça m'a beaucoup émue, et puis, ça m'a aussi aidée. Je peux dire que *L'œil et la main*, c'est un compagnon de vie !



© Nathalie Guyon - France Télévisions

3. S'ENGAGER

Delphine

Il a fallu à peu près quinze à vingt ans pour que les comportements changent vis-à-vis de la communauté des sourds, en premier lieu ceux des médecins ORL et dans les instituts spécialisés. Ils ont changé d'attitude : ils n'osaient plus nous infantiliser, nous laisser de côté et décider à notre place. Ce n'était plus envisageable, on était à la même table, on discutait d'égal à égal. On a franchi des paliers, ils ont été obligés de nous prendre en considération et ça nous a permis d'entrer dans les discussions politiques. A mon époque, il y a trente ans, aucun sourd ne faisait des études supérieures, aucun ! Oui, il faut encore se battre pour une accessibilité complète en LSF, mais certains jeunes y ont mis déjà un pied déjà, c'est énorme ! Trente ans d'émission de *L'œil et la main*... C'est une caisse à outils dans laquelle on peut piocher en fonction des besoins. Je les ai souvent utilisées pour les rendez-vous dans les ministères... On peut aussi montrer *L'œil et la main* aux parents d'enfants sourds, aux maires, aux députés. J'ai beaucoup pioché dans tous ces films. Et maintenant, c'est à vous de vous en saisir.

Mattéo

Déjà avant même la question de l'université, il n'y a pas beaucoup de sourds qui obtiennent le bac général. Et dans la minorité qui y parvient, il y en a qui n'auront pas le courage d'aller à fac et qui partent en voyage ou s'arrêtent là pour travailler parce qu'ils savent que l'université ça va être trop dur... Dur à cause du contenu des cours, non ! A cause du manque d'accessibilité en LSF. Par exemple, je connais quelqu'un qui fait des études de sport, il a 25 heures de cours par semaine... et on lui a seulement donné 5 heures d'interprète... Le combat n'est pas fini, c'est clair ! Quand je repense à toutes les émissions de *L'œil et la main* que j'ai vues, je réalise maintenant que ça m'accompagne depuis toujours. On a beau être une minorité, on est aussi concerné par toutes les problématiques de société et je n'avais pas fait le lien avec les sourds ! Dans la vie de tous les jours, on est confronté à la barrière de la langue, mais ces films m'ont apporté beaucoup de culture générale !



© ZED Télévisions

“

La diversité est une richesse à partager !

Il a été tour à tour journaliste aux Etats-Unis, reporter de guerre, producteur de documentaires, avant de reprendre les rênes de la mythique émission Thalassa sur France Télévisions. De cette nouvelle vie de producteur et présentateur, il tire un regard différent sur le monde qui nous entoure, sur notre société qui invisibilise certaines populations. Mais aussi sur la réelle place que nous occupons sur cette planète que nous abîmons un peu plus chaque jour. Entretien au pas de course avec Diego Buñuel, un homme qui voit la vie comme une succession de défis et d'aventures extrêmes.



Après des études de journalisme, vous avez démarré votre carrière au sein du Chicago Tribune ?

Diego Buñuel : A l'époque, je m'occupais de la rubrique criminelle. Dans un journal quotidien aux Etats-Unis, ça revient à raconter les violences liées aux ravages de la drogue, les guerres entre les gangs, les violences familiales. Au final, c'est un peu la rubrique des chiens écrasés, mais dans une version américaine et donc beaucoup plus violente. En traitant ce genre de sujets, ça donne une vision un peu sombre de la vie quand vous démarrez votre carrière. Je suis resté à Chicago pendant un an où je me suis fait la main sur mon métier de journaliste, puis j'ai été embauché par le *Miami Herald* pour continuer de traiter les sujets liés à la criminalité. Ce passage du grand froid de Chicago à Miami au bord de la mer des Caraïbes a été finalement un choc thermique très agréable. Au final, j'ai entamé ma carrière de journaliste par huit années au sein de différentes rédactions dans des grands noms de la presse quotidienne américaine, ça a été une expérience hyper formatrice pour la suite...

Vous partez ensuite en ex-Yougoslavie pour votre service militaire ?

D. B. : Effectivement. C'est l'armée française qui est venu me chercher (rires). Vivant aux Etats-Unis, mais de nationalité française, j'étais considéré comme insoumis à la Nation. Il fallait donc que je fasse mon service militaire. J'ai fait de cette contrainte une opportunité. Comme mon objectif de carrière était de devenir correspondant à l'étranger ou reporter de guerre, c'était l'occasion de me lancer, mais dans le cadre de l'armée. J'ai donc proposé de rejoindre le Service d'information et le journal des forces de l'OTAN (Organisation du traité de l'Atlantique Nord), à Sarajevo, pour ne pas perdre le bénéfice de mes années de journalisme et utiliser mon expérience, mais au service de l'armée. J'ai donc fait mes classes au 5^e corps du génie, puis je suis parti à Sarajevo pour 12 mois où la guerre était déjà terminée depuis plusieurs années. Notre mission consistait à accompagner des familles croates ou bosniaques musulmanes dans des zones de la République serbe qui avaient été chassées de leurs villes et villages et avaient subis des nettoyages ethniques pendant le conflit.

Après votre service militaire, vous intégrez l'agence de presse Capa comme reporter ?

D. B. : Absolument. Pour moi l'armée a été un accélérateur de carrière. En allant en Bosnie, cela m'a donné une expérience en zone de conflit, et je n'ai donc pas eu à faire mes classes pendant plusieurs années dans différents journaux pour grimper les échelons et devenir reporter de guerre, le métier que je voulais faire depuis le début. J'ai donc rejoint l'agence Capa, fin 2000, un an avant l'attaque terroriste du 11 septembre aux Etats-Unis. Tout s'est accéléré pour moi, je suis parti à New-York, en Afghanistan, et ensuite en Irak. En l'espace de quelques mois, je me suis retrouvé témoin

direct d'une actualité qui allait considérablement influencer la géopolitique mondiale pour les vingt prochaines années et modifier le cours de l'histoire. C'était finalement assez grisant car j'ai toujours été passionné d'histoire, depuis tout petit. Quand mes camarades de classe lisaient des bandes-dessinées de Boule et Bill, moi je me plongeais dans des lectures sur Stalingrad ou l'opération Overlord, du nom donné au débarquement allié le 6 juin 1944. J'ai toujours été curieux des opérations militaires et je voulais faire partie de l'histoire qui s'écrivait.

Afghanistan, Irak, Somalie, Iran, Palestine... Vous avez vécu 1 000 aventures dans des conditions parfois très difficiles voire dangereuses. Est-ce

qu'il y a un événement en particulier qui vous a marqué ?

D. B. : Je crois que j'ai fait 90 pays pendant ma carrière de reporter de guerre. Même si j'ai une relation particulière avec l'Irak et l'Afghanistan où j'ai passé de nombreuses années, je garde beaucoup d'images en tête de tous ces pays que j'ai traversés. Je pourrai passer des jours entiers à raconter ce que j'ai vu et vécu et à quel point ça m'a marqué humainement et professionnellement.

Comme je possède la double nationalité franco-américaine, j'ai, par exemple, été intégré dans les unités de l'armée américaine en Irak et en Afghanistan. J'étais sur le terrain avec les soldats, au milieu des combats avec mon casque et mon gilet



“ Grâce à *Thalassa*, on assiste à des moments magiques, rarement filmés, comme une sieste à la verticale (en chandelle) de ces cachalots de 14 mètres et 20 tonnes en moyenne. De la famille des cétacés à dents, le cachalot est le plus grand du monde. Il possède aussi le plus grand cerveau du règne animal. ”



Dans l'ombre du requin blanc

pare-balles dans des endroits parmi les plus dangereux de l'époque où les combats faisaient rage, comme à Fallujah ou à Sadr-City, en Irak. Je partageais les mêmes risques que ces soldats que je suivais dans leurs patrouilles, et, chaque matin, je me posais la question de savoir si j'étais en accord avec moi-même en mettant ma vie en danger au quotidien.

Et finalement, ce n'est pas la mort qui m'effrayait, mais plutôt les blessures engendrées par les embuscades ou les mines qui étaient disséminées un peu partout. Tous les jours je voyais des civils ou des soldats mutilés car les guerres créent des générations entières de personnes handicapées, et je ne voulais pas me retrouver comme un blessé de la vie, à ne plus pouvoir exercer mon métier parce que je n'aurais pas su mesurer les risques que je prenais. Psychologiquement, je pense que je ne me serai jamais remis d'être un blessé de guerre et de porter ce fardeau toute ma vie.

Mais pour répondre à votre question, oui il y a un épisode qui m'a marqué et qui a changé la suite de ma carrière. J'étais à Bunia, au Congo, où l'armée française avait été déployée suite à des massacres terribles qui s'étaient déroulés dans l'est du pays, à l'image de ce qui s'était passé au Rwanda quelques années auparavant. Un matin, je prends ma caméra et je décide d'aller rencontrer les habitants d'un village voisin, proche

de celui dans lequel j'étais avec les militaires français. Arrivé sur place, en l'espace d'un instant, je me suis retrouvé encerclé par des dizaines d'enfants soldats sortis de nulle part, et totalement défoncés à la colle. J'ai senti à ce moment-là que ma vie ne tenait plus qu'à un fil, et c'est grâce à l'arrivée d'un VAB (Véhicule de l'Avant Blindé) français que j'ai pu me sortir de cette situation in extremis. Je pense que j'ai fait preuve d'un trop-plein de confiance qui aurait pu me coûter la vie.

Cet épisode au Congo a-t-il influencé votre carrière ?

D.B. : On peut le dire. En effet, je suis surtout parti d'un simple constat tiré de mes années sur le terrain comme correspondant de guerre. De ces pays dans lesquels j'ai été, on ne montrait, dans les médias occidentaux, que les mêmes images, celles de barbus avec des Kalachnikovs. Mais ces fous de guerre représentent seulement 1 % de la population et 99 % de mes rencontres se passaient avec des gens incroyables qui avaient envie de faire autre chose et, surtout, de s'occuper de leurs enfants et de transformer leur pays.

J'ai donc développé une série documentaire qui s'appelle « Ne dites pas à ma mère » pour Canal+ et pour National Geographic aussi. Dans cette



Du Pérou à l'Equateur, les trésors du Pacifique

émission, je voulais montrer à ma mère, toujours très inquiète à chaque fois que je partais dans un pays en guerre, que ce n'était pas ce qu'elle imaginait, et que ces pays avaient beaucoup plus à nous offrir que la peur qu'on nous distille ici et là. Cette série a duré sept ans durant lesquels nous avons exploré des pays à la mauvaise réputation, mais en montrant d'autres images que cel les que nous pouvons voir au Journal de 20h. Ça m'a permis de montrer la beauté de ces pays, de leurs populations, mais ça m'a également aidé à ne pas tomber dans un état d'esprit mortifère, d'un journaliste qui côtoie la mort tous les jours et qui finit par s'y habituer.

Ensuite, votre carrière dans l'univers du documentaire s'accélère, vous rejoignez Canal + puis Netflix et enfin France Télévisions en 2019...

D. B. : Tout à fait, mais à l'époque, je réalisais déjà des documentaires pour Canal +. Et un jour, Arielle Saracco, la directrice de la création originale du Groupe Canal, me propose de reprendre la direction de l'unité documentaire du Groupe. Après la naissance de mon deuxième enfant, mon métier de reporter devenait compliqué à gérer. En effet, j'étais constamment sur le départ, toujours prêt à partir à l'autre bout du monde. Par exemple, pour le 3^e anniversaire de ma première fille, j'étais en

Bolivie dans un laboratoire de cocaïne, au milieu de la jungle, avec mon téléphone en main pour lui souhaiter son anniversaire... une situation totalement ubuesque, je pense qu'il était donc temps que je rentre à la maison et que je me pose avec ma famille. La suite s'est donc mise en place très naturellement, j'ai produit et réalisé beaucoup de documentaires pour Canal +, pour lesquels nous avons gagné des Emmy Awards, à New York. Ces prix m'ont permis de me faire remarquer par Netflix qui m'a offert un poste pour diriger son unité documentaire en Europe depuis Londres.

Et enfin, en 2019, en plein Covid, j'ai rejoint France Télévisions pour prendre la direction des programmes. Période assez hallucinante où l'on ne savait pas ce qui allait se passer, quelles émissions on allait pouvoir monter, quels invités on allait recevoir. Ce n'était pas l'idéal pour démarrer un nouveau job dans un groupe comme France Télévisions où les attentes sont très fortes. Avec France Télévisions Studio, la société de production du Groupe, j'ai développé des projets de fiction, des documentaires, mais également des émissions de flux sur des sujets de société très variés (information, culture, santé...).

C'est aussi dans le cadre de France Télévisions que vous coproduisez



« A corps perdus », le documentaire hommage aux athlètes paralympiques ?

D.B. : En effet, nous avons tous vu le documentaire Rising Phoenix, sur Netflix, qui revenait sur l’histoire du mouvement paralympique et délivrait un flamboyant message d’espoir et d’humanité. C’est donc avec les équipes de Falabracks, un studio de production, que nous nous sommes emparés de ce sujet des athlètes paralympiques pour raconter leur histoire et apporter un autre regard sur les Jeux olympique de Paris 2024. A ce moment-là, toutes les sociétés de production se battaient pour trouver des sujets autour des JO, et finalement nous avons été les seuls à parler des Jeux paralympiques. Avec une phrase en tête, issue de Rising Phoenix, et qui a guidé la réalisation de notre documentaire, « les athlètes viennent aux JO pour devenir des héros, et les héros viennent aux Jeux Paralympiques pour devenir des athlètes ». J’ai toujours beaucoup aimé cette phrase qui dit tout de l’engagement de ces personnes, et de ces vies absolument extraordinaires que nous avons voulu mettre en lumière. Pendant une heure trente, ce sont des portraits croisés retraçant des trajectoires personnelles, marquées par le doute, la résilience et, surtout, le dépassement de soi. On y suivait ainsi l’Américaine Oksana Masters, enfant abandonnée en Ukraine pour ses malformations congénitales devenue multiple championne olympique, ou encore Zakia Khudadadi, championne d’Europe de parataekwondo, porteuse

d’une malformation de l’avant-bras, qui a fui Kaboul et les talibans qui lui avaient promis la mort.

En tant que coproducteur de ce documentaire, j’étais aux côtés des auteurs comme Thierry Demaizière et Alban Teurlai, les réalisateurs, pour leur ouvrir les portes du groupe France Télévisions et leur donner les moyens d’aller au bout de leur idée.

Est-ce que ça a contribué à changer votre regard sur le handicap ?

D.B. : C’était important pour moi de pouvoir raconter cette histoire. De parler du handicap aussi dans d’autres pays. Car le handicap n’est pas le même qu’on soit en France, aux Etats-Unis ou ailleurs. On voulait raconter le handicap, vu de l’intérieur, par ceux qui le vivent au quotidien. Ça n’a pas fondamentalement changé ma façon de voir et d’aborder le handicap, car je l’ai côtoyé pendant toutes mes années sur les différents théâtres de guerre, mais ça m’a conforté dans le fait que ces gens sont tous des héros du quotidien et qu’ils ont une volonté que je leur envie. Plus que jamais, la diversité est une richesse à partager.

Aujourd’hui, vous êtes également le présentateur d’Aventures Extrêmes, le nouveau nom de la mythique émission Thalassa ?

D.B. : C’est Stéphane Simon, producteur de

Thalassa, qui m’a fait cette proposition. Je dois avouer avoir longtemps hésité à reprendre une émission aussi légendaire que celle-ci. C’est aussi prendre le risque de faire moins bien que Georges Pernoud le présentateur historique de Thalassa qui a personnifié ce programme pendant plus de quarante ans. J’ai demandé à la production la possibilité de réimaginer l’aventure Thalassa, qui reste une émission extraordinaire et de renommer le programme pour lui donner un nouvel élan, c’est ainsi qu’est née Thalassa, aventures extrêmes.

Ça doit être plus reposant de présenter Thalassa, aventures extrêmes que d’être reporter de guerre non ?

D.B. : Parfois certains animaux vous font vivre des aventures extrêmes vous savez. On a tellement à apprendre d’eux, ils nous obligent à repenser notre condition humaine, à restructurer vos priorités, vos perspectives, votre façon de faire et de voir les choses. On se sent parfois tout petit à côté de ces animaux. Quand vous vous retrouvez à nager avec des baleines au milieu de l’immensité de l’océan, je vous assure qu’on n’est pas forcément très serein et ça remet les pieds sur terre... Car l’homme à tendance à se croire seul sur cette planète, que nous abimons chaque jour. Nous détruisons progressivement l’équilibre environnemental en étant totalement déconnecté du monde sauvage qui nous entoure.

J’ai toujours été très sensible aux questions liées à l’environnement. Quand je suis avec mes enfants sur une plage, on passe toujours un moment à ramasser les déchets, c’est obligatoire. Et il ne faut pas oublier que les conflits que j’ai suivis se déroulaient très souvent dans des endroits naturels, et j’étais à chaque fois horrifié des destructions provoquées par l’homme et sa folie guerrière. Je m’amuse beaucoup à présenter cette émission, c’est une nouvelle vie pour moi, et elle m’apporte au moins autant que mes années de reportage sur le terrain. On démarre d’ailleurs le tournage des 8 épisodes de la saison 2, je sens que je vais encore avoir mon lot d’aventures extrêmes.

Pour terminer cet entretien, est-ce que vous auriez un message à passer à nos lecteurs ?

D.B. : Chacun à son niveau est un héros du quotidien. Nous avons tous des défis à relever, des difficultés à surmonter, et il n’y a que la volonté et l’envie de se dépasser qui permet d’atteindre les objectifs que l’on se fixe. Et les plus beaux héros que j’ai été amené à rencontrer, ceux qui ont les plus belles histoires à raconter, ils ne sont pas sur la scène politique ou militaire que je connais bien, ils sont à côté de nous, on ne les voit parfois pas, ils vivent leur handicap comme une force. Et je suis toujours curieux de ce qu’ils ont à nous apprendre de la vie. ■





“Notre défi est de lever le tabou autour de la santé mentale”

Souvent méconnue et stigmatisée, la santé mentale est un véritable enjeu de santé publique : chaque année, 13 millions de personnes en France, soit 1 personne sur 5, développe un trouble psychique. Il y a donc urgence à agir ! Le gouvernement a fait de la santé mentale la Grande cause nationale de 2025. Entretien avec Aude Caria, directrice de Psycom.

Pouvez-vous nous présenter Psycom ?

Psychologue de formation, je dirige Psycom depuis vingt ans pour porter une vision globale de la santé mentale. Psycom est un organisme public qui, depuis plus de trente ans, informe, oriente et sensibilise sur la santé mentale afin d'aider les personnes à agir en faveur de leur santé mentale et de celle des autres ? Nos missions sont donc de proposer une information fiable, accessible et indépendante sur toutes les questions de santé mentale, d'orienter aussi, c'est-à-dire recenser les ressources existantes pour accompagner les personnes dans leur recherche d'aide. Et puis, sensibiliser, c'est-à-dire créer des outils pédagogiques et des actions de sensibilisations pour expliquer la santé mentale. Notre site web propose une information 360 degrés sur la santé mentale, de la promotion aux soins, en passant par la prévention des troubles psychiques. C'est vraiment un site de référence avec 4 000 visites par jour.

Le gouvernement a déclaré la santé mentale « Grande cause nationale » de 2025. Qu'est-ce que ça va changer ?

Psycom est membre du collectif qui s'est créé en 2023 pour faire de la santé mentale une grande cause nationale 2025. Ce collectif regroupe 22 organisations qui représentent plus de 3 000 structures, établissements et associations travaillant dans le champ de la santé mentale au sens large : représentants de la psychiatrie, du champ médico-social, de l'accompagnement professionnel, sanitaire et social, des usagers, des familles et proches, des pairs aidants, des lignes d'écoute... Bien évidemment, nos objectifs et nos valeurs convergent



AUDE CARIA,
DIRECTRICE DE PSYCOM

avec celles du Collectif santé mentale qui vise à faire monter la question de la santé mentale dans le débat public et dans l'espace médiatique. Psycom va pouvoir apporter son expertise en termes d'information, de prévention, de lutte contre la stigmatisation et de pédagogie. Notre défi est de faire sortir la santé mentale de l'ombre et de lever le tabou autour de ce sujet, et ça passe par la mobilisation de toute la société pour contribuer à apporter des solutions. En effet, la santé mentale n'est pas seulement une question de psychiatrie ou de soins individuels, mais elle concerne l'ensemble de la société. Elle touche à tous les domaines qui, collectivement, influencent le bien-être mental de la population.

Qu'attendez-vous de ce label ?

En 2024, selon l'enquête Elabe pour l'Alliance pour la santé mentale, près de 80 % des Français estiment que la santé mentale n'est pas suffisamment abordée dans les médias ou dans l'entreprise, ni même dans le cercle familial ou amical. Ce label grande cause, c'est d'abord une campagne à plusieurs niveaux avec dans un premier temps une vaste campagne de communication pour sensibiliser et informer afin de libérer la parole. Un

changement profond est nécessaire dans la perception et la prise en charge de la santé mentale en France.

Sur le volet politique, nous espérons, évidemment, que le coup de projecteur mis sur cette thématique puisse contribuer à apporter des mesures et des décisions concrètes. Les entreprises ont également un rôle à jouer sur les conditions de travail qui ont un impact sur la santé mentale des salariés. Enfin, à l'échelle locale, les élus des municipalités sont souvent en première ligne pour identifier les besoins spécifiques des populations en matière de santé mentale et peuvent agir sur les déterminants sociaux et environnementaux pour soutenir le bien-être de leurs habitants. On l'aura compris, la santé mentale est l'affaire de toutes et de tous !

Il est aussi important de définir ce qu'est la santé mentale. Qu'en pensez-vous ?

Oui, tout à fait. La définition est importante car il y a beaucoup de confusion sémantique. Parce que l'on peut parler d'un handicap psychique, de personnes qui souffrent de troubles psychiques, de vulnérabilités, de fragilités psychiques, de troubles mentaux... Quand on parle de santé, on oublie souvent la santé mentale, or, l'OMS le dit « Il n'y a pas de santé sans santé mentale ».

Par ailleurs, quand on parle de santé mentale, soit on entend bien-être mental, soit maladie mentale. En fait, il faut comprendre que la santé mentale est un continuum entre le bien-être et les troubles psychiques. Cette idée repose sur le concept selon lequel l'état mental d'une personne peut varier au cours du temps, influencé par divers facteurs. Il faut bien comprendre cette



notion de continuum entre le bien-être, le mal-être, la souffrance psychique, la détresse et les troubles psychiques... Et puis, c'est aussi une question d'intensité, et quand une personne traverse des périodes de grande détresse émotionnelle ou mentale, cela peut être diagnostiqué comme un trouble psychique.

La confusion intervient aussi parce que souvent, on utilise, le terme handicap psychique comme un équivalent de trouble psychique ou problème de santé mentale. En fait, le handicap psychique n'est pas un diagnostic médical à proprement parler, mais un statut juridique. C'est la reconnaissance que des troubles psychiques peuvent avoir des conséquences sur la vie quotidienne qui peuvent ouvrir un droit à compensation, sous forme d'accompagnement social, de soins, d'aménagements de travail... La reconnaissance du handicap psychique est essentielle car elle favorise son inclusion et son bien-être au sein de la société.

La santé mentale reste-elle un sujet « largement » sous-estimé ? Qui est concerné aujourd'hui ?

Aujourd'hui, on met l'accent sur les chiffres qui montrent effectivement que les troubles psychiques touchent 40 % des Français, plus particulièrement les jeunes. La prévalence des troubles anxieux, dépressifs et du risque suicidaire augmente depuis une quinzaine d'années. La pandémie de Covid-19, la crise climatique, la situation géopolitique ont amplifié ces problèmes.

C'est une vraie problématique contemporaine liée à des facteurs tels que l'isolement social, l'incertitude économique et les changements dans la vie quotidienne qui ont eu des impacts négatifs sur la santé mentale de nombreuses personnes, notamment chez les jeunes. De plus, le fait d'avoir une plus grande facilité à parler de ces problèmes santé mentale est lié à plusieurs facteurs, dont l'impact des

réseaux sociaux, la prise de parole de personnalités connues du monde du sport, du cinéma, de la musique, de la pop culture, qui influencent profondément la vie des jeunes et des adolescents. Enfin, la pression à la réussite éducative, le harcèlement scolaire, l'exposition aux violences sexuelles et sexistes, le racisme, les discriminations... sont autant d'éléments qui peuvent nourrir angoisse de l'avenir.

Le travail a un impact important sur la santé mentale. Est-ce l'une des problématiques de santé mentale.

Le travail peut contribuer à une bonne santé mentale en donnant souvent un sentiment d'utilité sociale et d'accomplissement. Avoir un emploi permet aussi de se sentir intégré et reconnu tout en offrant un revenu pour subvenir à ses besoins et à ses proches, ce qui est fondamental pour la santé mentale. Mais il peut être aussi

un facteur de stress ou de détresse psychologique et contribuer à une détérioration de la santé mentale si les conditions de travail sont compliquées (pression au rendement, management incisif, difficultés à concilier vie professionnelle et vie personnelle...). de plus, le lieu de travail peut être un lieu où les discriminations de diverses natures se manifestent, notamment en raison du genre, du handicap, de l'origine ethnique, de l'orientation sexuelle ou encore de l'âge. Or c'est la responsabilité de l'employeur de protéger la santé mentale et physique de ses employés.

La santé mentale des personnes en situation de handicap va-t-elle enfin être prise en compte ?

C'est encore un tabou qui persiste et un fardeau qui s'ajoute pour ces personnes particulièrement exposées. Le fait d'avoir un handicap peut impliquer des difficultés considérables au quotidien, notamment en raison d'une société qui n'est pas toujours adaptée aux besoins spécifiques des personnes en situation de handicap. Ces difficultés peuvent être liées à des problèmes d'accessibilité, de stigmatisation et de discriminations. Certaines personnes parviennent à compenser ces obstacles, mais pour beaucoup d'autres, aucun ajustement ne permet d'alléger la charge mentale et émotionnelle quotidienne. D'autant que ces personnes sont aussi plus vulnérables aux agressions sexuelles, au harcèlement moral et aux violences sexistes qui peuvent avoir des conséquences graves sur leur santé mentale.

On parle aussi de la prise en compte d'une vie affective et sexuelle limitée. Où en est-on en France ?

C'est une question fondamentale qui concerne les droits des personnes en

situation de handicap. Comme toute personne, elles ont le droit de vivre une vie affective et sexuelle épanouie, pourtant ce n'est pas le cas pour un grand nombre de personnes. Là encore, la société n'est pas toujours adaptée, en termes de préjugés notamment. Par ailleurs, il ne faut pas oublier que les personnes en situation de handicap sont plus exposées aux agressions sexuelles et aux violences sexuelles en général. C'est un point assez tabou qui mériterait d'être plus abordé. La sensibilisation à ce sujet, ainsi que l'amélioration des mesures de protection et de soutien sont cruciales pour garantir le respect de leurs droits.

Pour toutes ces raisons, beaucoup d'entre elles sont isolées socialement et n'ont pas de vie sexuelle parce qu'elles sont convaincues que la sexualité leur

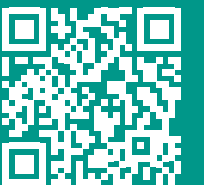
est interdite ou qu'elles ne méritent pas de la vivre. Il est essentiel de promouvoir une vision plus inclusive et positive de la sexualité.

Y a-t-il un tabou sur le sujet de la santé mentale par honte, peur ou déni ?

Je pense qu'il y a un tabou sur la santé mentale qui est nourri à la fois par la peur, la honte, l'idée que ça serait un signe de faiblesse... Ce qui peut amener les gens à éviter de parler de leurs problèmes ou à refouler leurs émotions. Cette stigmatisation peut avoir de graves conséquences, car elle empêche de nombreuses personnes de chercher le soutien dont elles ont besoin. Malgré cela, beaucoup de choses sont en train de bouger, et la société aussi. Je pense à des artistes, des sportifs, notamment

La Grande cause nationale 2025 s'articulera autour de quatre objectifs prioritaires

- la **déstigmatisation**, afin de changer le regard des Français sur les troubles psychiques et les troubles mentaux,
- le **développement de la prévention et du repérage précoce**, par la sensibilisation et la formation dans toutes les sphères de la société,
- l'**amélioration de l'accès aux soins** partout sur le territoire français, par la gradation des parcours, le développement des nouveaux métiers de la santé mentale en veillant aux soins des personnes les plus fragiles et présentant les troubles les plus complexes. Michel Barnier a notamment annoncé vouloir doubler d'ici à trois ans le nombre de maisons des adolescents, qui sont actuellement 125 sur le territoire national,
- l'**accompagnement des personnes concernées** dans toutes les dimensions de leur vie quotidienne, comme la formation, l'emploi, le logement, l'accès aux loisirs, etc.



santementale2025.org

pendant les Jeux Olympiques qui ont brisé le silence autour de ce sujet, ce qui a permis de sensibiliser davantage le public à l'importance de la santé mentale.

Est-ce que la prévention, la pédagogie peuvent aider à faire changer les choses ?

J'en suis convaincue ! Il faut vraiment faire de la pédagogie sur la santé mentale afin de l'intégrer dans la santé globale, en essayant de comprendre ce qu'est la santé mentale, tout en essayant d'être en capacité de repérer les signaux d'alerte lorsqu'elle se dégrade. L'autre volet important est de faire progresser la prévention et de développer le repérage précoce tout en apportant des réponses pour une prise en charge de la souffrance psychique à la hauteur des besoins de notre société.

Au final, je pense que plus on parle de la santé mentale, moins on en a peur, moins on en a honte. C'est aussi l'objet de la grande cause qui œuvre pour faire évoluer cette problématique et permettre de libérer la parole. Il est vrai qu'en dédramatisant la question de la santé mentale et en l'intégrant davantage dans le discours public, on peut espérer réduire la stigmatisation et encourager les individus à chercher de l'aide lorsqu'ils en ont besoin. Le collectif grande cause fait le pari que la mobilisation va permettre de réelles avancées. Des actions sur toute l'année impliqueront de nombreux partenaires comme les acteurs du médical, de la recherche, du médico-social, de la jeunesse, mais également de l'univers de l'éducation, du travail, du sport ou de la culture pour faire collectivement évoluer la société et faire reculer enfin le tabou de la santé mentale. ■



Que propose Psycom ?

UNE INFORMATION FIABLE, ACCESSIBLE ET INDÉPENDANTE

- Psycom - Santé Mentale Info est un site internet de référence sur la santé mentale, qui reçoit plus de 4000 visites par jour. Sur psycom.org on retrouve notamment, en accès libre, plus de 50 articles qui répondent aux questions qu'on se pose sur la santé mentale : qu'est-ce que le burn-out, la dépression ? Où trouver de l'aide pour un enfant, un ado, un adulte ? Comment soutenir une amie ou un collègue qui va mal ? Comment prendre soin de sa santé mentale ? Comment parler de santé mentale au travail, à l'école ?

- Psycom se sont plus de 30 brochures d'information, abordant, par exemple, la santé mentale des jeunes, la santé mentale et le numérique, les troubles anxieux ou les psychothérapies, que les psychologues et les médecins généralistes distribuent dans leurs cabinets. Plus de 1,3 millions de brochures ont été diffusées en 2023 et sont en téléchargement gratuit sur le site psycom.org.

DES OUTILS POUR PARLER DE SANTÉ MENTALE ET AGIR CONTRE LA STIGMATISATION ET LES DISCRIMINATIONS

- Une histoire universelle et imagée Le Jardin du Dedans® pour les enseignants qui veulent parler de santé mentale avec leurs élèves, téléchargée plus de 12 000 fois.
- Des clips vidéo pour comprendre que l'on a toutes et tous une santé mentale, qui évolue tout au long de la vie, cumulant plus de 170 000 vues.
- Des affiches pour déconstruire les idées reçues, en explorant les "Mythes et réalités" de la santé mentale, téléchargées plus de 10 000 fois.
- Des vidéos de témoignages de personnes vivant avec des troubles psychiques et parlant de leur santé mentale au quotidien.
- Des outils pour favoriser le respect des droits des personnes soignées en psychiatrie, utilisés par les soignants, les usagers et les proches.



« La personne en situation de handicap est un citoyen à part entière **et non un citoyen entièrement à part.** »

Didier Roche, président de l'Union professionnelle des travailleurs indépendants handicapés (Uptih).



SCANNEZ-MOI

Pour découvrir les dernières offres d'emploi, accessibles à tous, proches de chez vous.

« N'oubliez pas que l'on n'embauche pas un handicapé, mais des compétences ! Alors, n'hésitez pas et faites de la différence une opportunité au service de l'entreprise. »

#Tous Concernés



BRISONS LE CYCLE DE L'EXCLUSION

UN PROJET UNIQUE DE GRANDE ENVERGURE PORTÉ PAR L'AIMETH, QUI VISE À FAIRE CHANGER NOTRE INCONSCIENT COLLECTIF SUR LE HANDICAP !

