

Paulette



Communiqué de presse

Paris, le 07 juillet 2020

**LMDE, Paulette & heaven lèvent le tabou du psy et présentent :
Le Manuel de l'étudiant.e engagé.e pour sa santé mentale.**

"It's okay to not be okay"

La dernière enquête nationale de LMDE (La Mutuelle des Etudiants) sur la santé des étudiants* présente des résultats éloquentes sur la santé mentale : on y découvre ainsi que 30% des étudiants déclarent avoir eu des pensées suicidaires au cours des 12 derniers mois ou encore que 67% d'entre eux déclarent se sentir tristes, cafardeux ou déprimés une bonne partie de la journée.

Et pourtant, l'aspect préventif de la santé mentale est trop souvent écarté. En effet, contrairement à la santé physique qui est évoquée aussi bien par les maladies que par l'importance de manger sainement ou de pratiquer une activité physique, lorsqu'on parle de santé mentale, c'est la plupart du temps par le prisme de ses dysfonctionnements, à partir du moment où elle nous fait faux bond.

C'est en partant de ce constat que LMDE (La Mutuelle Des Etudiants) a décidé de renforcer son offre en proposant une meilleure prise en charge de la santé mentale des étudiant.e.s. Afin de lever le tabou lié à la question psy, LMDE & le magazine Paulette, en collaboration avec l'agence heaven, ont créé un manuel déculpabilisant à souhait. A lire et à relire pour nous encourager à prendre soin de notre santé mentale.

Le manuel, dans lequel on retrouve notamment des interviews de Leslye Granaud (créatrice du compte Instagram @spmtamere) et Debora Campailla (Coach et entrepreneuse), est disponible en ligne à **cette adresse**.

La Mutuelle des Etudiants collabore avec l'agence heaven depuis 2017.

*<https://www.lmde.fr/commentcava>

CONTACT PRESSE

Olivier Duval de Laguerce

E: olivier.duval@heaven.fr

T: 0764423906