

Dossier
de presse
Février 2026

Pour un
Grand Plan
de la santé
mentale
à Paris

Emmanuel •
Grégoire

Emmanuel Grégoire

Candidat à la mairie de Paris

« La crise du Covid-19 a éprouvé notre système de santé, mais elle a mis en lumière ce que nous devons à celles et ceux qui soignent. Elle a aussi dévoilé l'essentiel : on ne soigne jamais mieux que dans la proximité, et on ne guérit jamais durablement sans agir sur les inégalités sociales, le logement, le cadre de vie. »

La santé n'est pas un simple service public parmi d'autres : c'est une condition de la dignité humaine. Demain, le Paris du soin prendra un nouvel élan, avec un cap simple : garantir l'accès à la santé, pour toutes et tous, partout. Parmi les priorités de la prochaine mandature, l'une d'entre elles me tient particulièrement à cœur : la santé mentale.

En France, plus de 10 millions de personnes seraient affectées chaque année par un trouble de santé mentale. 41 % d'entre elles ont déjà été affectées par un problème de santé mentale. Certains publics y sont encore plus particulièrement affectés. L'isolement social, facteur majeur d'altération de la santé mentale, touche environ un quart des personnes âgées. Plus d'un jeune sur deux âgé de 18 à 24 ans a déjà été confronté à un trouble de santé mentale. En Île-de-France aussi, 27 % des 15-29 ans se disent atteints de dépression.

Comme député, je me suis pleinement engagé en faveur des étudiants, dont la situation est alarmante. Nous traversons une véritable crise de la santé mentale, dont les principales victimes sont les adolescents, les jeunes adultes, et plus gravement les jeunes femmes.

La Ville de Paris propose déjà plusieurs réponses aux jeunes qui se sentent en difficulté psychologique et à leurs parents, mais à Paris, nous devons ouvrir la voie et montrer l'exemple. C'est ainsi que nous tiendrons notre promesse : faire de notre ville une capitale de l'égalité réelle, protectrice et émancipatrice.

J'engagerai un Grand Plan de la santé mentale à Paris, qui reposera sur un triptyque d'action clair :

- 1. Repérer systématiquement.** Parce que les troubles s'installent souvent en silence, nous ferons du repérage précoce un réflexe : à l'école, dans les lieux fréquentés par les jeunes, dans les services municipaux, dans le logement social, auprès des seniors. Repérer tôt, c'est éviter que la souffrance ne devienne une rupture : décrochage, isolement, addiction, passage à l'acte.
- 2. Accompagner toute l'année.** Nous organiserons un service public parisien de proximité en matière de santé mentale, lisible et accessible : une première écoute, une orientation rapide, et une prise en charge qui ne s'arrête pas à une "première séance". La santé mentale ne se traite pas par à-coups : elle exige de la continuité, de la confiance, du temps, et une ville qui sait dire, concrètement : « nous sommes là ».
- 3. Déstigmatiser.** Parce que la honte, la peur d'être jugé ou la simple méconnaissance des ressources empêchent trop souvent de demander de l'aide, nous renforcerons les dispositifs d'aller-vers et les actions de sensibilisation. Il faut rendre visibles les solutions, déclencher le recours quand il le faut, et toucher celles et ceux qui n'ont pas la capacité ou le réflexe de pousser une porte.

Défendre l'idée que « Paris est à vous », c'est défendre une ville qui protège, où l'on peut parler, être écouté, être orienté, sans attendre, sans s'excuser, sans se sentir seul. C'est le Paris du soin que je veux construire : un Paris qui prend soin, dans chaque quartier, à chaque âge de la vie. . »

Mes propositions pour un Grand Plan de la santé mentale à Paris

Je veux bâtir une politique parisienne de santé mentale qui tienne sur une promesse : personne ne doit se perdre dans un système qui peut parfois être source de confusion, voire violent. Pour y parvenir, nous agissons à chaque étape du parcours, avant de potentielles situations de crise ou de souffrance (prévenir et repérer), au moment de la demande formulée (accueillir et orienter) puis dans la durée (accompagner et retisser du lien).

1. Repérer tôt et orienter vite : Psy-Check

Je lancerai *Psy-Check*, un programme parisien de repérage et d'accompagnement, pensé d'abord pour la jeunesse. Parce que c'est souvent là que tout commence : un premier mal-être, une première hésitation, un premier renoncement. Et parce qu'en santé mentale, le bon moment, c'est le plus tôt possible.

Pour lever le premier obstacle, la Ville prendra l'initiative : nous proposerons une consultation de santé mentale en classe de 4^{ème} / 3^{ème}, sur le temps scolaire, en lien avec l'Éducation nationale. Ce dispositif fera l'objet d'une évaluation scientifique indépendante pour mesurer la qualité de l'orientation, les délais d'accès à une prise en charge, l'acceptabilité par les familles et les équipes et l'évolution des indicateurs de bien-être.

Nous développerons la prévention en santé mentale dans le cadre de la Médecine scolaire en lien avec les Centres d'Adaptation Psycho-Pédagogique de la Ville de Paris (CAPP). Parler de santé mentale doit devenir un réflexe de prévention, comme on le fait pour la vue, les dents ou la vaccination. Normaliser tôt, c'est protéger mieux.

Enfin, nous augmenterons le nombre de consultations psychologiques gratuites pour les jeunes et les jeunes adultes, notamment dans les centres de santé municipaux et au sein des "Quartiers Jeunes". Et surtout, nous garantirons un parcours lisible (accueil → orientation → suivi) pour éviter l'impasse trop fréquente d'une première séance sans solution ensuite.

Psy-Check sera aussi un programme de coopération : communauté éducative (adultes référents, jeunes relais), associations, Conseils locaux de santé mentale, Académie, professionnels du soin. Nous renforcerons la prévention et la formation des professionnels de l'enfance, de l'éducation et du soin pour que, partout, les signaux faibles soient mieux identifiés et mieux pris en charge.

2. Accès, coordination et continuité toute l'année : un service public de proximité et d'orientation

S'engager dans une prise en charge psychologique est encore trop souvent socialement délicat. Dire « je ne vais pas bien », chercher un lieu, attendre une place, répéter son histoire, renoncer... Tout cela peut décourager. Or la santé mentale n'attend pas.

C'est pourquoi je mettrai en place un service public parisien de santé mentale : des portes d'entrée de proximité, une coordination locale robuste, un appui ressource parisien, et surtout un objectif : un parcours sans rupture, quel que soit le quartier ou la situation.

Nous renforcerons la formation des agentes et des agents, en particulier dans les guichets uniques de service public, pour proposer une orientation claire et un accompagnement réel. Et nous consoliderons l'offre : davantage de psychologues dans les centres de santé et une coordination renforcée avec les psychologues de ville pour fluidifier les orientations et réduire les impasses.

● **Quartier Jeunes** : une porte d'entrée dans chaque arrondissement, sans rendez-vous

Quartier Jeunes a fait ses preuves : je veux l'amplifier et le rendre au plus proche de chacune et chacun. **Je déploierai ainsi un Quartier jeunes par arrondissement** pour garantir une vraie proximité et réduire l'écart entre le moment où l'on demande de l'aide et celui où on la reçoit.

Quartier Jeunes sera aussi un lieu de prévention : repérage des signaux faibles, information sur les ressources disponibles et appui à l'entourage quand il est présent. La santé mentale ne concerne pas seulement l'individu : elle se joue aussi dans le cercle de vie, l'école, la famille, le quotidien. C'est pourquoi l'équipe pourra orienter, selon les cas, vers des dispositifs adaptés : consultations psychologiques, accompagnement social, santé sexuelle, addiction, violences, décrochage, etc., en lien étroit avec les acteurs de terrain.

Quartier Jeunes intégrera aussi une réponse dédiée à l'éco-anxiété, cette angoisse liée au dérèglement climatique qui peut peser sur le sommeil, la scolarité, les relations et la projection dans l'avenir. Nous formerons les équipes au repérage et à l'orientation, et nous proposerons des espaces adaptés (information, ateliers, groupes de parole). L'enjeu est d'éviter deux écueils : banaliser ou pathologiser. Nous devons au contraire aider à transformer cette inquiétude en capacité d'agir, sans laisser la détresse s'enliser.

● Santé mentale communautaire : recréer du lien, prévenir les ruptures, soutenir au quotidien

Parce qu'on ne tient pas seulement grâce aux soins, mais aussi grâce au lien, nous développerons une politique de santé mentale communautaire : des espaces d'écoute et d'entraide construits avec les associations et les équipements de proximité (maisons de la vie associative et citoyenne, centres sociaux, bibliothèques, structures jeunesse, etc.). Retisser du collectif, c'est aussi prévenir les ruptures.

Nous soutiendrons la pair-aidance, et les formations des professionnelles et professionnels de santé pour mieux accompagner les personnes LGBTQIA+ parce que l'on se confie parfois plus facilement à quelqu'un qui a traversé une épreuve similaire. Et nous structurerons un réseau de sentinelles, formées et supervisées, capables de repérer, d'écouter et d'orienter, sans se substituer aux soignants. La prévention, y compris des pensées suicidaires, exige des relais identifiés et un chemin d'orientation sécurisé.

Nous mettrons enfin en réseau des lieux sûrs, notamment en lien avec la vie étudiante pour encourager des actions de quartier « par et avec » les habitantes et habitants, pour faire vivre une culture du soutien toute l'année.

● Plan Paris Veille Santé Mentale : l'aller-vers comme méthode pour les personnes isolées, en particulier pour les seniors

Certaines souffrances ne se voient pas parce qu'elles ne se disent pas. Et elles ne se disent pas toujours parce qu'on est épuisé, isolé, ou parce qu'on ne sait plus à qui s'adresser. **C'est pourquoi je veux structurer Paris Veille Santé Mentale** : une méthode d'aller-vers, pensée pour que l'aide n'arrive pas trop tard.

Ce plan sera décliné selon les publics et les lieux de vie, avec une priorité : ne pas perdre les personnes en route. L'aller-vers ne doit pas être une opération ponctuelle : c'est une organisation, une méthode, une responsabilité dans la durée.

Pour les seniors en particulier, dont 16 % déclarent un état dépressif élevé en France, il nous faudra mieux prévenir l'isolement avant la bascule. Nous mettrons en place un dispositif inspiré du plan canicule : repérer → contacter régulièrement → écouter → orienter → suivre, sur inscription volontaire ou signalement par un proche avec accord. Les conacts seront adaptés avec une proposition systématique d'activités et d'événements. Chaque année, la Journée du Lien que je propose permettra par ailleurs d'identifier et d'aller à la rencontre des personnes isolées, et de faire grandir autour d'elles une communauté protectrice.

Nous renforcerons et généraliserons le dispositif ELIAHS (Équipe de Liaison Intersectorielle d'Accompagnement entre Habitat et Soins) pour les publics en situation de précarité, y compris au sein du logement social : formation des gardiens et acteurs de proximité au repérage, équipes mobiles capables d'intervenir rapidement, et coordination avec le soin et le social pour éviter les ruptures (impayés, conflits, syndrome de Diogène, repli sévère). Nous créerons notamment 4 équipes ELIAHS supplémentaires.

Concernant la lutte contre la grande précarité enfin, nous organiserons une réponse coordonnée dans l'espace public : signalement simple, équipes mobiles, orientations effectives, coordination de cas en liant santé mentale, action sociale et tranquillité publique. Parce que la dignité commence par une action qui aboutit.

3. Déstigmatisation et renfort d'aller vers : *Le Mois de la santé mentale*

On ne gagnera pas la bataille de la santé mentale sans changer la norme collective. Tant que le sujet restera « à part », on tardera à demander de l'aide, et on arrivera trop souvent trop tard.

Chaque année, Paris organisera un *Mois de la Santé Mentale* pour changer la norme collective : une grande campagne parisienne pour lever les tabous, déstigmatiser, valoriser les acteurs - qu'il s'agisse des associations, soignants, collectifs, institutions, et surtout mettre en réseau ce qui existe déjà.

Le Mois de la Santé Mentale ne sera pas un temps de communication, il sera un temps d'accès. Des événements dans les quartiers, des ateliers, des permanences renforcées, des actions dans les établissements scolaires et universitaires, et une mobilisation des équipements municipaux. Chacune et chacun doit savoir où aller, et comprendre que demander de l'aide devient un geste ordinaire.

Ce mois sera aussi un accélérateur des dispositifs d'aller-vers, en direction des publics qui demandent le moins d'aide : personnes seules, jeunes isolés, étudiants éloignés, seniors, grande précarité, publics exposés aux discriminations. Nous amplifierons *Paris Veille Santé Mentale* pour que l'accompagnement ne dépende pas de la capacité individuelle à « tenir bon » et à trouver la bonne porte au bon moment.



Faire de Paris une capitale qui prend soin

« À Paris, trop de souffrances restent encore invisibles, jusqu'au jour où l'équilibre se rompt. Et trop souvent, au moment où l'on décide enfin de demander de l'aide, on se heurte à un labyrinthe, des délais, des portes fermées, des renvois, des parcours interrompus.

Avec ces propositions, je veux que Paris évolue. Je veux un Paris du soin au quotidien. Un Paris qui assume une responsabilité simple : ne jamais laisser quelqu'un seul face à sa détresse psychique.

Cela suppose de repérer plus tôt, orienter plus vite, accompagner dans la durée, aller vers celles et ceux qui n'osent pas demander. C'est le sens de Psy-Check, du déploiement de Quartier Jeunes dans chaque arrondissement, du plan Paris Veille Santé Mentale, et d'une politique de santé mentale communautaire qui retisse du lien au quotidien.

Et cela suppose aussi un changement culturel. Parler de santé mentale doit devenir aussi normal que parler de santé physique. Sans avoir à « mériter » une écoute. Sans attendre que la situation devienne une urgence.

Paris est à vous : cela vaut quand tout va bien, mais cela vaut surtout quand la vie vacille. La capitale doit être à la hauteur des fragilités de chacun, des adolescents aux étudiants, des familles aux seniors, des personnes en précarité à celles qui traversent une période de rupture.

Je veux faire de Paris une ville où l'aide est proche, lisible, continue ; une ville où la prévention est une force ; une ville où l'on peut demander, recevoir, et reprendre souffle.

Une ville plus humaine, tout simplement, parce que prendre soin n'est pas un supplément d'âme : c'est une promesse républicaine. »

Contact presse :
presse@emmanuelgregoire.fr

Adèle Nangéroni (06 73 48 50 58)
Mathilde Manso (06 37 85 00 02)

Emmanuel • Grégoire pour • Paris



**Le Parti
socialiste**



**LES
ÉCOLO
GISTES**



PCF
PARTI COMMUNISTE FRANÇAIS

**place
publique**



L'APRÈS
ensemble pour l'unité



**GAUCHE
RÉPUBLICAINE
& SOCIALISTE**