

A woman with dark hair, wearing a mustard-colored sweater, is shown in profile, smiling and holding a green mug. She is standing in front of a brick wall and a window. A large red diagonal shape is overlaid on the right side of the image, containing the title text.

Rapport sur la santé mentale et le bien-être en Europe

Sommaire

Préambule par Antimo Perretta	3
Synthèse	4
1/ Les questions de santé mentale avant la Covid-19	5
2/ L'impact de la crise du Covid-19 sur la santé mentale	9
3/ La consommation de médias et le confinement	17
4/ Les conséquences	19
5/ L'avis d'AXA sur la santé mentale	21
 Annexes	
1. Analyses par pays	27
2. Note sur la méthodologie	31
3. Remerciements	33
4. Références	34

Préambule

« La Covid-19 est la pire crise sanitaire depuis plus d'un siècle. C'est également une crise économique. Ces derniers mois, les mesures de confinement – mises en place pour limiter la propagation du virus – ont laissé nos économies proches du point mort.

L'effet de ces crises jumelles sur la santé mentale a été dévastateur. Le virus inquiète énormément les individus: son impact sur leurs finances, leurs vies personnelles, et les conséquences sur leurs familles et leurs amis les inquiètent.

Depuis des années, la santé mentale a été négligée. C'était même souvent tabou de parler de maladies mentales dans de nombreux pays, et ça l'est encore.

Nous commençons seulement à comprendre son importance: le rapport clair entre notre santé mentale et notre bien-être physique, mais aussi les coûts sociaux et économiques, plus largement, associés aux troubles mentaux. Une mauvaise santé mentale coûte des milliards à l'économie chaque année: elle ébranle les entreprises et la productivité; et, fait plus important peut-être, elle ruine des vies – en causant des divorces, et en déchirant des familles. **Cela augmente les inégalités au sein de la société car cela affecte certains groupes plus que d'autres:** ceux qui ont de mauvaises finances, ceux qui n'ont pas, ou presque pas, la sécurité de l'emploi, ceux qui ont une vie de famille difficile, ou ceux ayant des antécédents de mauvaise santé mentale.

C'est pourquoi nous avons commandé cette étude unique – parce que nous voulions en savoir plus sur les effets de la Covid-19, et ce que nous pouvons faire, en tant qu'assureurs, pour prévenir une crise de santé mentale européenne.

Pour nous, le mot-clé est: la prévention.

Par le passé, les assurances ne servaient qu'à payer les frais médicaux. Chez AXA, nous changeons la donne: nous voulons devenir



Antimo Perretta

PDG AXA Europe

un partenaire santé – pas seulement en remboursant les frais médicaux, mais en aidant les gens à vivre une vie saine, en prévenant la maladie.

Nous pensons que pour une vie saine, il faut un équilibre entre le bien-être physique, mental et social. Avec la Covid-19, cet équilibre a été mis en péril. Notre étude montre l'impact terrible de cette pandémie sur la santé mentale et sur le bien-être. Mais elle montre aussi que nous pouvons être optimistes. Grâce à la Covid-19, les Européens accordent plus d'attention à leur santé mentale. Les vieilles stigmatisations qui y sont associées commencent à disparaître. Désormais, les gens sont plus ouverts aux traitements. En parallèle, de nouvelles technologies digitales nous aident à diagnostiquer et soigner les maladies mentales. Et de plus en plus de personnes sont disposées à utiliser ces technologies.

Jusqu'à maintenant, dans les pays européens, la santé mentale n'a guère figuré dans les débats publics – à l'exception peut-être du Royaume-Uni. Le fait est que, **nous devons arrêter de considérer la santé mentale comme un problème à part.** Elle doit faire partie intégrante de notre approche globale de santé publique. En tant qu'assureurs santé, nous pouvons soutenir ce processus, et c'est ce que nous faisons. Nous sensibilisons à la santé mentale et nous investissons dans la prévention à l'aide des technologies digitales. De ce fait, nous facilitons l'accès aux soins destinés à la santé mentale et aidons à les rendre plus efficaces et plus accessibles. »



Même avant la Covid-19, la santé mentale était l'un des plus grands défis de santé publique. On estime qu'environ un quart des Européens fait régulièrement l'expérience de la dépression ou de l'anxiété. **Avec la Covid-19, cela va probablement empirer.** La pandémie a eu un effet désastreux sur la santé et les finances de beaucoup. Les mesures de confinement ont privé de contact avec les amis et la famille; les relations personnelles en ont souffert; on ne peut plus s'inscrire à des sports ou à des activités aidant à relâcher la pression du quotidien. On doit plus s'occuper des enfants, des personnes âgées ou de proches vulnérables, ces tâches incombant particulièrement aux femmes.

Le résultat, comme le montre notre étude, est du stress supplémentaire et des niveaux de santé mentale se détériorant. Certains n'avaient jamais souffert de maladies mentales auparavant; d'autres ont constaté la détérioration de problèmes existants.

La maladie mentale a des répercussions sérieuses au-delà de l'individu. C'est une source de problèmes sociaux; chaque année, elle dévaste d'innombrables familles. Pire encore, beaucoup de maladies mentales ne sont pas traitées – jusqu'à 50 % d'après l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS).

Il y a également un prix économique à payer: pour une mauvaise santé mentale en Europe. Au total, le coût de la santé pour l'économie de l'UE est estimé au coût stupéfiant de 600 milliards d'euros par an – l'équivalent de plus de 4 % du PIB annuel.

En juin, nous avons demandé à l'entreprise de recherche de marché InSites Consulting à Ghent de sonder 5 800 personnes réparties sur sept pays européens: la Belgique, la France, l'Allemagne, l'Italie, l'Espagne, la Suisse et le Royaume-Uni.

À travers ce sondage – mené en ligne – nous voulions en savoir plus sur la manière dont les gens ont géré la crise Covid-19, et comment la

pandémie et les mesures de confinement prises en conséquence ont affecté leur santé mentale. Pour s'assurer d'avoir des résultats fiables, nous avons pris conseil auprès d'experts de pointe en santé mentale.

Notre étude montre que:

- Les maladies mentales sont répandues mais restent très stigmatisées et on en discute peu en public en Europe. 34 % des personnes sondées souffraient de maladie mentale – même avant la pandémie. De ceux-là, malheureusement, **seulement un sur quatre a eu accès à un traitement** ou à l'aide de professionnels. L'une des raisons pour cela est le prix – 30 % ont déclaré ne pas pouvoir se payer un traitement si cela avait été nécessaire.
- Le problème a été amplifié avec la Covid-19. Pendant la pandémie, le nombre de **personnes affirmant avoir une mauvaise santé mentale a triplé**. Ceux ayant des maladies préexistantes en ont le plus souffert - 42 % ont déclaré avoir l'impression de perdre le contrôle de leurs vies à cause de la crise.
- Beaucoup ont rapporté **être plus stressés au travail – avec une détérioration de leurs situations financières**. Presque une personne sur trois a déclaré que **ses relations personnelles avec ses proches ont été impactées** - un facteur important pour déterminer la proportion de la population ayant réussi à traverser la pandémie sans encombre.
- Les problèmes de santé mentale ont impacté certains groupes de société que d'autres. **Les jeunes font partie des plus impactés** – ceux entre 18 et 24 ans; également, ceux se décrivant comme « extravertis », confrontés aux mesures de confinement. De manière générale, **les femmes ont eu plus de mal** que les hommes,

et c'est parce qu'en général, les femmes ont pris plus de responsabilités pendant la pandémie en s'occupant des enfants, des personnes âgées ou de membres de la famille vulnérables.

- Un point positif est que la pandémie a souligné l'importance de la santé mentale: **60 % des personnes interrogées ont dit qu'elles ont changé d'avis sur le bien-être mental**. Après la Covid-19; 70 % ont déclaré avoir appris à mieux comprendre les personnes cherchant à être aidées par des professionnels de la santé mentale, signe que les a priori autour de la santé mentale commencent à reculer.
- Beaucoup ne savent pas qu'il existe un soutien de santé mentale en ligne, et en conséquence, il est peu utilisé. **41 % n'ont jamais entendu parler d'aide professionnelle pour traiter des problèmes de santé mentale**.

Les opportunités qui sont ressorties sont:

- **Des solutions digitales accessibles à tous**, mais il faudrait y sensibiliser la population, particulièrement les jeunes.
- Étant donné le besoin croissant de traitements pour la santé mentale, nous devons utiliser des solutions digitales pour **compléter le système de santé**, puisque les approches de traitement classiques ne sont pas suffisamment accessibles à ce jour.
- Chez AXA, nous avons à cœur de soutenir tous nos clients en les informant et en leur proposant des solutions digitales pour prévenir et intervenir de manière la plus rapide possible sur les maladies mentales.



A woman with dark hair tied back, wearing a teal shirt, is shown in profile from the back, speaking at a meeting. Her hands are raised as if gesturing. In the background, other people are seated at a table, one woman is drinking from a glass. The setting appears to be a professional meeting or conference.

1/ Les questions de santé mentale avant la Covid-19

Les troubles mentaux représentent l'un des plus grands défis de santé publique pour l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS de la région Europe, car affectant environ 25 % de la population chaque année. Les problèmes de santé mentale sont la cause principale de handicap et de retraite anticipée dans de nombreux pays et un fardeau pour l'économie.

Sur le lieu de travail, jusqu'à 50 % des arrêts maladie sont dus à la dépression et l'anxiété. La mauvaise santé mentale et les troubles neuropsychiatriques représentent déjà 19,5 % de la charge des maladies en Europe, et montent à 26 % dans les pays de l'UE. Puisqu'environ 50 % des cas de dépression sévère ne sont actuellement pas traités, le coût pour les systèmes de santé pourrait augmenter à l'avenir.

Bureau européen de l'Organisation Mondiale de la Santé, qui couvre 53 pays.

7%

des Européens interrogés ont eu des problèmes de santé mentale sérieux avant la pandémie de Coronavirus.

Pays ressortant:
Royaume-Uni 11%
Allemagne 12%

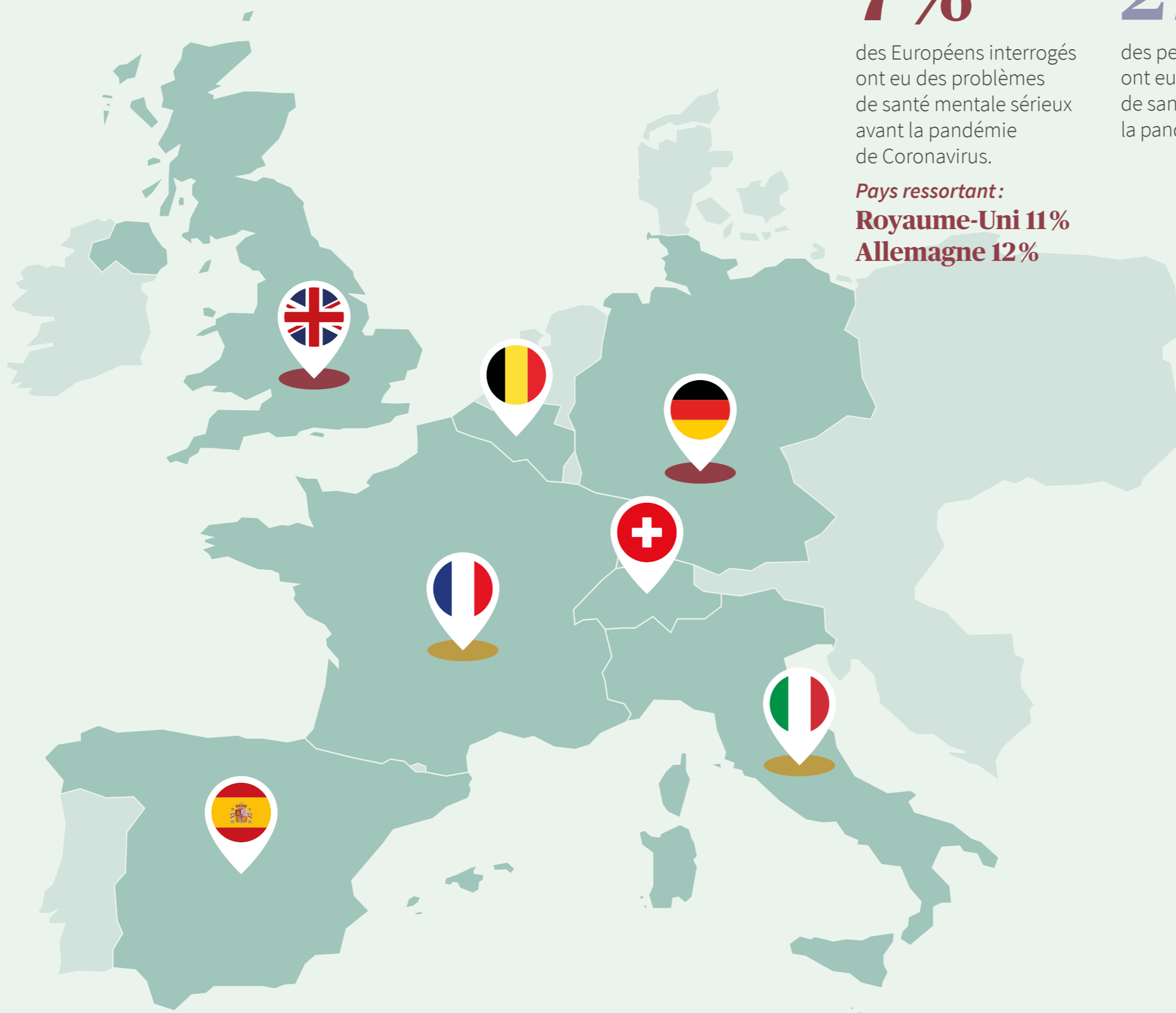
27%

des personnes interrogées ont eu des petits problèmes de santé mentale avant la pandémie de Coronavirus.

66%

n'ont jamais souffert de problèmes de santé mentale au préalable.

Pays ressortant:
France 79%
Italie 83%



L'étude d'AXA a permis de compléter les données existantes sur la santé mentale en Europe avant la Covid-19. Au Royaume-Uni et en Allemagne, une grande proportion des personnes interrogées a souffert de problèmes de santé mentale sérieux avant la Covid-19. Il n'en va pourtant pas de même pour toute l'Europe. Les personnes interrogées en Italie et en France ont généralement rapporté une proportion plus basse de problèmes de santé mentale significatifs avant la pandémie. On en déduit que soit l'état de santé mentale varie en Europe, soit les gens ont des perceptions différentes de ce qui constitue un problème de santé mentale.

Même avant la pandémie de Coronavirus, l'Europe luttait contre les problèmes de santé mentale. Il s'agit de la première cause de handicap au monde et d'un des plus grands défis économiques mondiaux.

Source : Fondation pour la Santé Mentale, 2020

L'étude d'AXA montre un problème encore plus grand que les statistiques officielles ne le suggèrent, potentiellement parce qu'il se fonde sur une auto-évaluation. Dans le sondage, **27 % des personnes interrogées ont déclaré avoir déjà fait l'expérience de problèmes de santé mentale même avant la pandémie; 7 % de plus déclarent même avoir eu des problèmes sévères. Cela signifie qu'au total, 34 % des personnes que nous avons sondées ont connu des problèmes de santé mentale avant la Covid-19.**

En Allemagne et au Royaume-Uni, les chiffres de ceux souffrant de problèmes sévères montent plus haut que la moyenne – respectivement à 12 % et 11 %. À contrario, en Italie et en France, autour de quatre personnes interrogées sur cinq déclarent ne jamais avoir eu de problèmes de santé mentale, quoiqu'il soit possible que la stigmatisation constante autour de la santé mentale dans certains pays ait conduit à des évaluations sous-estimées.

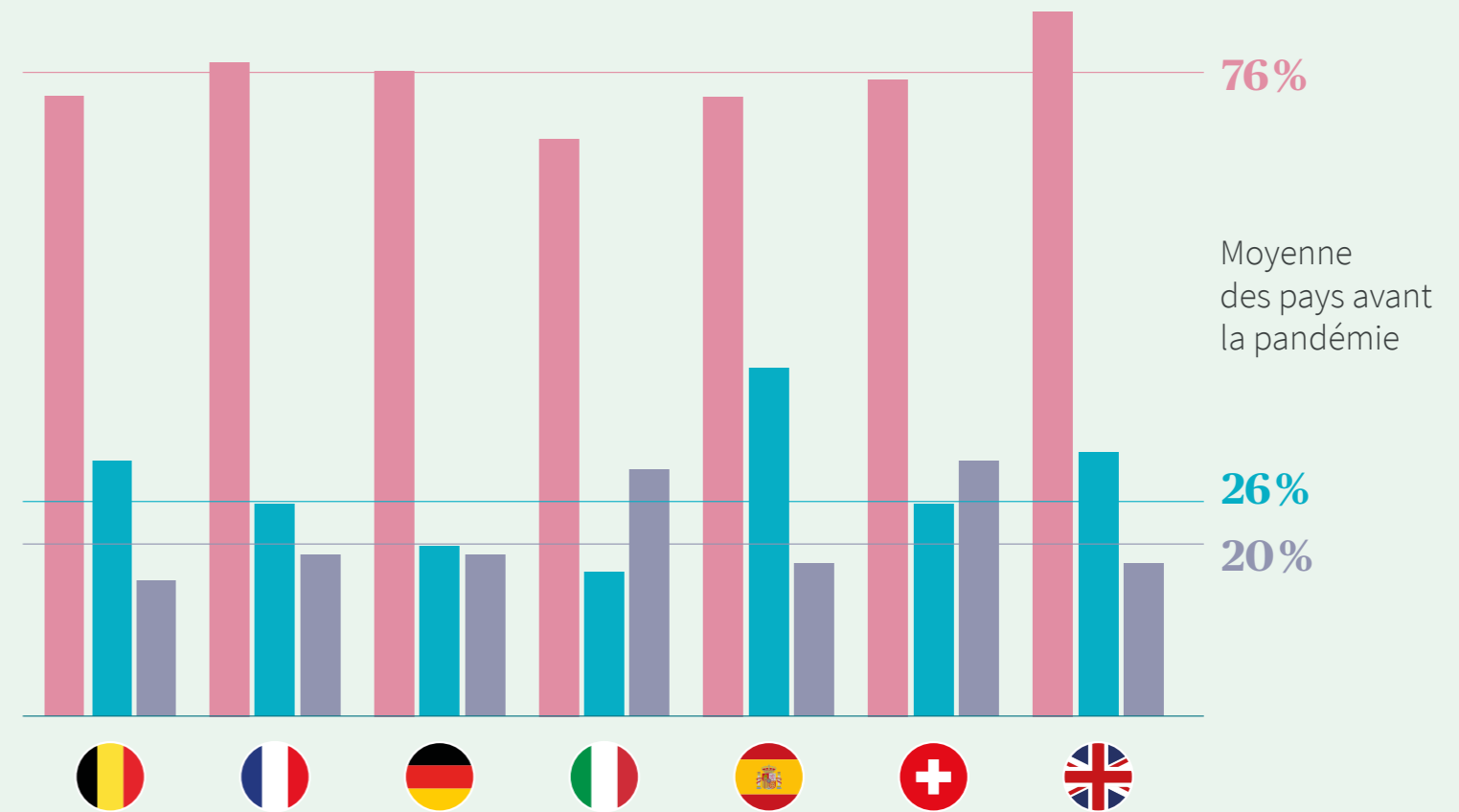
34%

des personnes interrogées souffrent d'une mauvaise santé mentale

7%

décrivent leur situation comme "sévère"

Avant la Covid-19, les problèmes de santé psychologiques les plus présents étaient la « tristesse » et des symptômes de dépression et d'anxiété.



Problèmes de santé mentale avant la Covid-19

- Tristesse, dépression et anxiété
- Crise d'angoisse
- Cris de couple/familles

Les symptômes peuvent varier en fonction du pays. En Italie, les crises d'angoisse (41 %) étaient plus hautes comparées aux autres pays, tout comme les crises familiales ou de couple en Suisse (30 %) et en Espagne (29 %). Ceux pratiquant une activité physique régulière ou mangeant sainement ont eu moins de problèmes de santé mentale avant la pandémie.



Un Européen sur quatre seulement cherche à être traité pour des problèmes de maladie mentale

Une personne interrogée sur quatre déclare qu'elle a sollicité l'aide de professionnels de la santé avant la pandémie pour améliorer sa santé mentale. Cela montre au moins un certain degré de sensibilisation aux traitements disponibles. Leur utilisation, en revanche, dépend des pays. Une fois de plus, l'Italie et la France se sont distinguées. En Italie, 85 % des personnes

interrogées ont déclaré ne jamais avoir fait appel à l'aide de professionnels de la santé pour gérer des problèmes de santé mentale; en France, le chiffre est de 84 % - cette réticence apparente à solliciter l'aide de professionnels peut, une fois de plus, être causée par la stigmatisation autour de la santé mentale, ou des barrières à l'accès aux soins.

74%

n'ont jamais fait appel à l'aide de professionnels pour les aider à gérer des problèmes de santé mentale par le passé



84% 85%

21%

ont fait appel à l'aide de professionnels par le passé

5%

ont beaucoup utilisé l'aide de professionnels pour gérer leurs problèmes de santé mentale par le passé

30%

des personnes interrogées ont dit qu'elles ne seraient pas en mesure de payer pour être aidées même s'ils en avaient besoin. Pour beaucoup, le coût peut être un obstacle à l'aide de professionnels.



Beaucoup d'Européens ne savaient pas qu'ils avaient accès au soutien psychologique en ligne

Une grande partie des personnes interrogées ne savait pas qu'elle pouvait bénéficier de thérapie en ligne. Ce taux est particulièrement haut en Espagne (56 %), au Royaume-Uni (55 %), et en Italie (54 %). En France, la moitié des personnes interrogées a dit ne pas avoir entendu parler de supports de santé mentale en ligne; on approche de ce chiffre en Allemagne (47 %) et en Suisse (46 %). La Belgique se situe juste un peu mieux, à 44 %.

Globalement, l'utilisation d'un soutien psychologique à distance reste faible en Europe;

41%

n'ont jamais entendu parler des possibilités d'aide professionnelle en ligne auparavant



50% 47% 44% 46%

51%

ont entendu parler des possibilités de soins de la santé mentale par des professionnels de la santé auparavant **mais n'en ont jamais fait usage.**

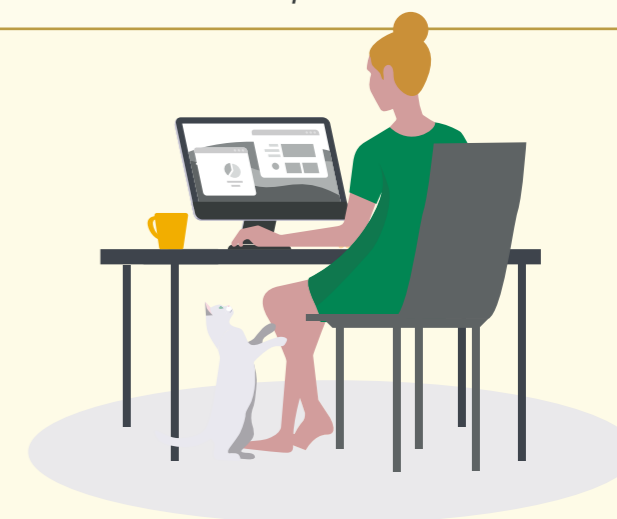
4%

des soins de la santé mentale par des professionnels de la santé à distance auparavant **et en ont fait usage** avant la crise de Covid-19.

seulement 3-6 % des personnes interrogées ont dit avoir bénéficié de services de santé mentale en ligne, avant la pandémie de Covid-19. Malgré cela, la télémédecine et la télé-psychiatrie ont explosé pendant la pandémie – on s'attend à ce que leur utilisation continue à augmenter, particulièrement grâce à des opportunités communautaires et technologiques qui se développent.

Avec un traitement adéquat, on peut guérir beaucoup de personnes souffrant de problèmes de maladies mentales. Cela n'est pas nécessairement synonyme de la fin de la détresse psychologique, mais avec la bonne approche de soutien psychologique et l'accès aux interventions de prévention, la plupart des patients peut s'autogérer activement et contribuer à leur propre bien être mental.

Mental Health Europe



2/ L'impact de la crise de la Covid-19 sur la santé mentale

Mi-mars 2020, la vie économique et publique de nombreux pays a été arrêtée. Des mesures de confinement ont été imposées pour tenter de limiter la propagation du virus. Les pays font désormais face à la tâche difficile de rouvrir leurs économies, tout en continuant à protéger la vie de leurs citoyens.

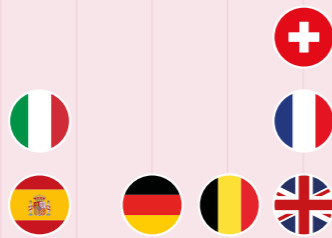


Les mesures de confinement ont varié en fonction des pays; certains pays ont imposé des restrictions plus sévères que d'autres. On peut attribuer cela à des différences de culture, ce qui peut également expliquer les variations de l'impact sur la santé mentale.

Isolement demandé pour les personnes infectées



Distanciation sociale encouragée



Événements publics interdits



Fermeture des écoles



Confinements



Mars 01 03 05 07 09 11 13 15 17 19 21 23 25

Source: Imperial College London

Malgré la pandémie, on continue à faire confiance aux systèmes de santé

Notre sondage montre que, face à la crise de Covid-19, les gens accordent une confiance énorme à leurs systèmes de santé. **79 % des personnes interrogées pensent que leur système de santé a bien géré la pandémie.** Quand on leur a demandé quelles institutions avaient le mieux géré la crise, beaucoup ont répondu le système de protection sociale santé – avant le gouvernement, les politiciens, les écoles,

ou la police et les forces de sécurité. Pendant la pandémie, la plupart des gouvernements ont rapidement choisi de protéger les hôpitaux. Le public a beaucoup soutenu les soignants en Europe. Même en Italie, où le secteur de la santé a été dépassé par la première vague d'infections de Covid-19, les personnes interrogées pensent que le système de santé a bien réussi à gérer la crise.

« Cette crise redéfinit les notions de communauté et d'humanité. Nous prenons soin les uns des autres, en essayant de ne pas causer de tort à autrui. Nous accordons de l'importance au travail du secteur de la santé et nous les soutenons plus. Cela donne un nouveau sens à la vie: respecter et prendre soin les uns des autres. »

Dr Fazeelat Duran, chercheur postdoctoral à l'École de Psychologie, Université de Birmingham, soutenu par le Fond de Recherche AXA.



Le nombre d'Européens ayant constaté une "baisse de moral" a triplé pendant la crise

D'après notre étude, le nombre de personnes déclarant avoir été de « mauvaise » humeur ou avoir été déprimé a presque triplé pendant la pandémie. Dans certains cas, les gens font face à de nouveaux problèmes de santé mentale ; dans d'autres, ils constatent que des problèmes existants ont empiré.

	(très) Bon état d'esprit	Moyennement déprimé	(très) déprimé
PENDANT La Covid	34%	43%	23%
AVANT La Covid	60%	32%	8%



Qui s'en sort bien pendant la pandémie de Covid-19?

Différents facteurs ont affecté notre santé mentale pendant la pandémie – certains, en revanche, présentent un plus grand risque que d'autres.

Ces facteurs ont plus ou moins influencé les chances de bien s'en sortir pendant la pandémie de Covid-19:

- - **10** Relations intimes affectées
- - **10** État d'esprit négatif avant la Covid-19
- - **8** Vie en famille nombreuse
- - **5** Être extraverti
- - **5** Stress au travail
- - **5** Devoir prendre plus de responsabilités pour les autres
- - **5** Sécurité financière instable
- - **3** Perte de travail à cause de la Covid-19
- - **3** Antécédents de mauvaise santé mentale
- - **1** Être une femme



L'impact de la pandémie sur les relations intimes était deux fois plus destructeur pour les santé mentales que l'augmentation du stress au travail.

Des relations intimes fortes sont les clés pour survivre à la pandémie

68 % des personnes interrogées ont déclaré que leurs relations intimes n'ont pas été affectées par la Covid-19 : cela signifie que dans 32 % des cas, les relations intimes ont été affectées.

Ce facteur a été le plus significatif pour déterminer qui a le mieux vécu la pandémie, et qui l'a moins bien vécue.



Ceux ayant déjà des problèmes de santé mentale s'en sont moins bien sortis

Malgré la hausse générale de mauvaise santé mentale (+7 % pendant l'étude), ceux sujets avant la crise à des problèmes de santé mentale (ou à une prédisposition) ont le plus souffert de la pandémie. 42 % de ceux ayant déclaré des problèmes sévères avant la pandémie ont

déclaré qu'ils avaient le sentiment de « perdre le contrôle de leurs vies ». Cela monte jusqu'à 50 % au Royaume-Uni, jusqu'à 57 % en Italie. À l'inverse, en Allemagne, seuls 25 % ont dit ressentir cette perte de contrôle.

42%

de ceux qui avaient des problèmes sévères avant la Covid-19 sont les plus impactés.

57%

des personnes interrogées en Italie avaient le sentiment de perdre le contrôle de leur vie, ce qui les placent au-dessus de la moyenne européenne.

25%

des personnes interrogées en Allemagne ont dit ressentir une perte de contrôle, taux le plus bas dans notre étude.



Le confinement fait souffrir les extravertis

Ceux se décrivant comme « introvertis » sont les plus susceptibles de rencontrer des problèmes de santé mentale, mais notre étude montre aussi que les « extravertis » sont ceux qui ont au

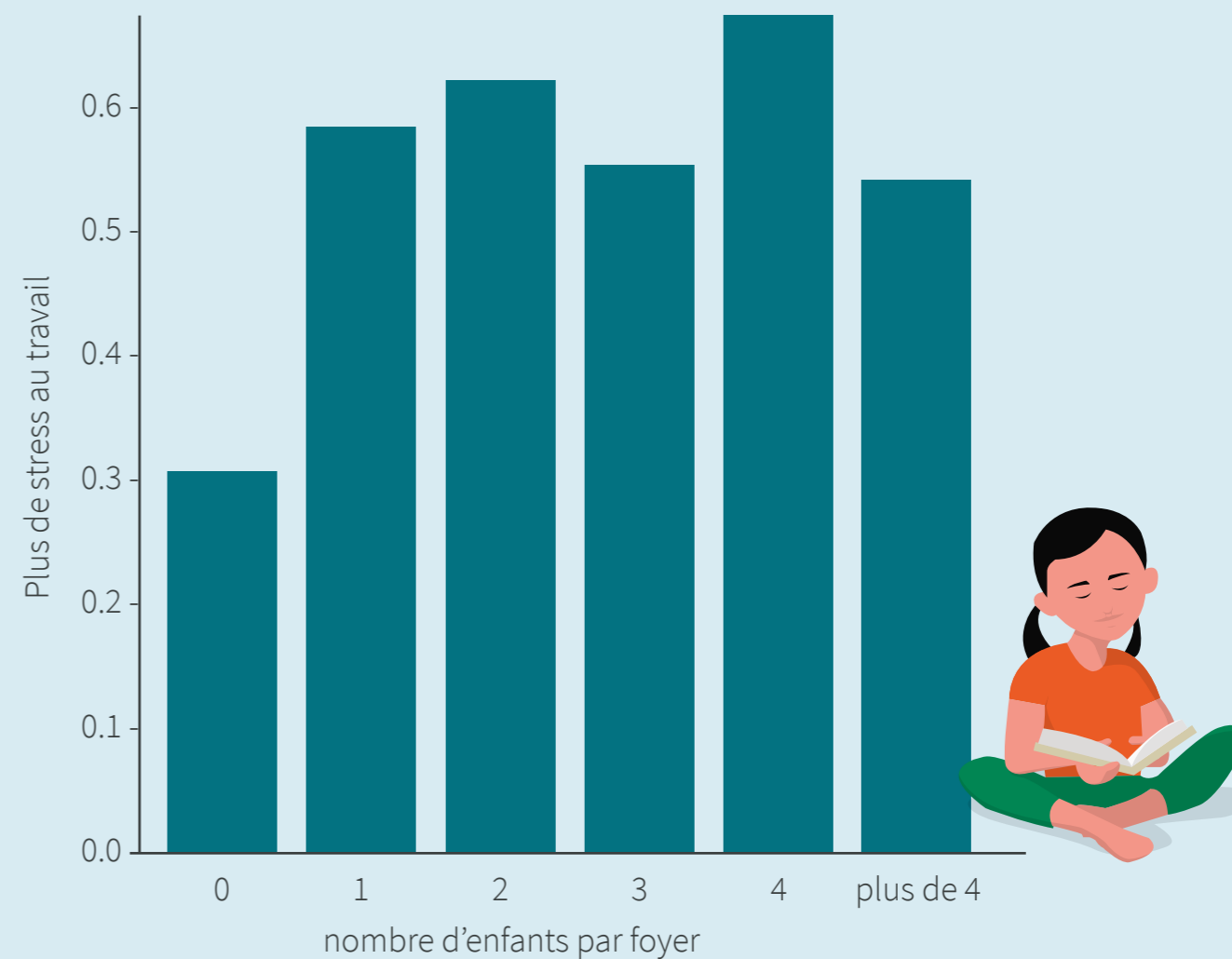
final plus souffert pendant la crise – en raison des mesures de confinement et (dans certains cas) d'isolation forcée.

Le stress lié au travail a augmenté pour ceux travaillant de chez eux

Pendant la pandémie, ceux travaillant à distance ont dû non seulement gérer les demandes du travail, mais également les changements dans leurs vies domestiques.

De ceux ayant encore un emploi, 62 % ont

rapporté que leurs niveaux de stress ont augmenté comparé au niveau avant la pandémie. Beaucoup – 81 % - ont également dit qu'ils avaient un mauvais état d'esprit. Le chiffre augmente pour ceux ayant des enfants à charge :



Les personnes interrogées avec des enfants à charge ont rapporté un stress lié au travail plus fort. Cependant, le nombre d'enfants n'augmente pas significativement le niveau de stress.

Prendre soin des autres conduit à un état d'esprit plus positif

Prendre soin des autres semble être un autre facteur important pour déterminer qui s'en est bien sorti pendant la pandémie. Dans notre étude, 74 % des personnes s'occupant d'autres ont dit être optimistes pour l'avenir, contre seulement 34 % pour ceux ne s'étant pas occupés des autres pendant la crise.

Nous avons également trouvé que ceux s'occupant des autres étaient plus ouverts sur les questions de santé mentale et prenaient le temps de se soucier de leur propre bien-être mental.



Les problèmes financiers causent des problèmes de santé mentale

Les problèmes de santé mentale ont un lien étroit avec la précarité, la pauvreté et l'inégalité. Les crises économiques sont alors des périodes à haut risque pour la santé mentale. Parmi les personnes interrogées, 37 % ont déclaré que leur situation financière s'est détériorée à cause de la Covid-19: 31 % ont déclaré avoir perdu tout ou une partie de leur emploi pendant la pandémie.

37%

des personnes interrogées ont trouvé que leur situation financière a empiré.

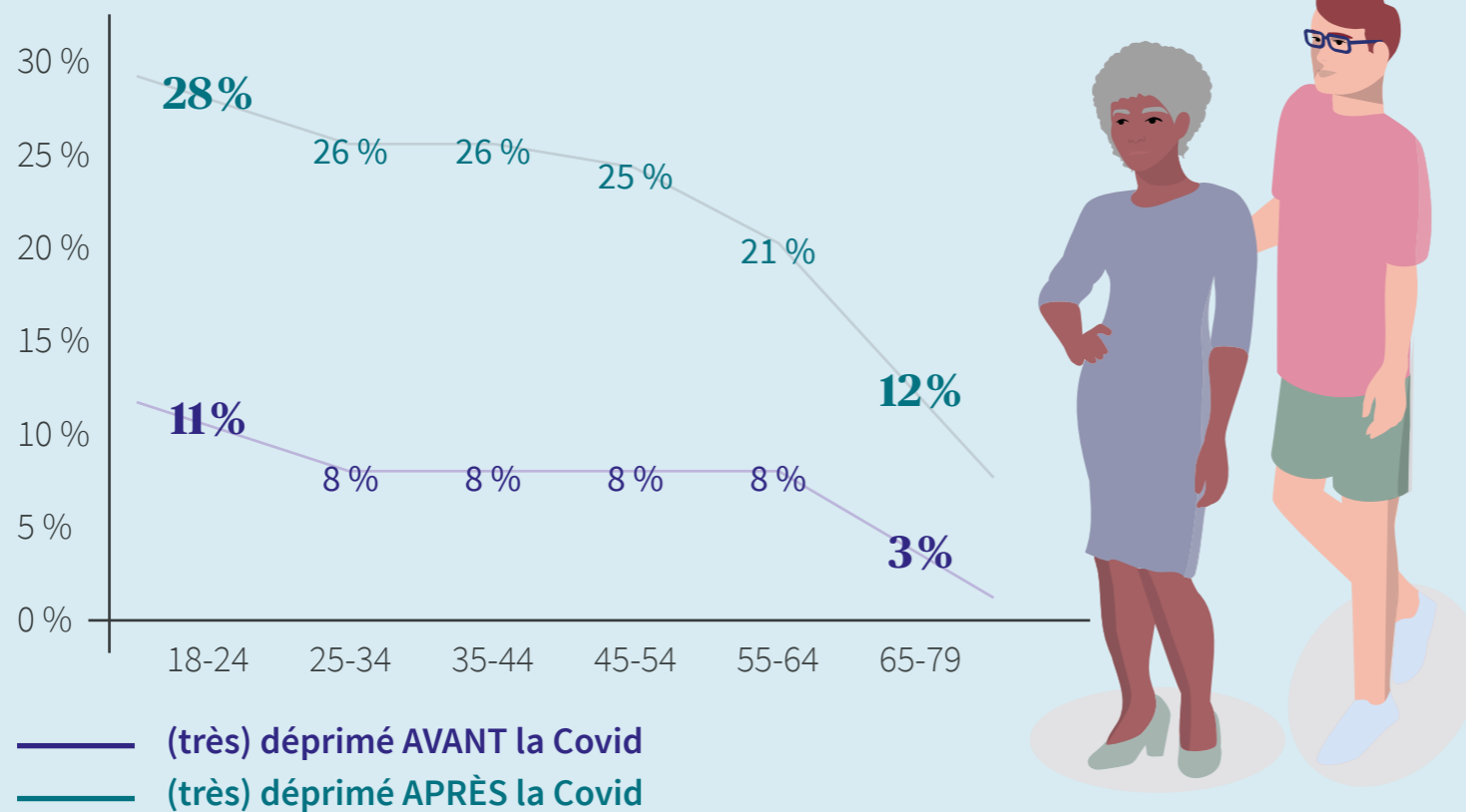
31%

ont totalement ou partiellement perdu leur emploi pendant la pandémie.

63%

des répondants ont exprimé une augmentation de leur stress au travail.





Les problèmes de santé mentale diminuent avec l'âge

Pendant la Covid-19, on s'est beaucoup inquiété pour les personnes âgées. Toutefois, il semble que les plus vieux citoyens européens soient beaucoup plus résilients qu'on ne l'a cru. Notre sondage montre que les problèmes de santé mentale diminuent avec l'âge; les populations plus âgées sont en vérité les moins angoissées et les moins dépressives – potentiellement parce que leurs routines quotidiennes ont moins été dérangées par la pandémie que celles des jeunes. 28 % des jeunes – entre 18 et 24 ans – ont déclaré que leur santé mentale s'était détériorée pendant la crise, en raison de la fermeture des écoles et des universités, mais aussi du fait de la diminution des offres d'emploi.

Les preuves montrent que des expériences négatives dans la jeunesse affectent significativement la santé mentale plus tard. Les maltraitances, les violences familiales et un attachement nocif dans l'enfance sont deux indicateurs de problèmes ultérieurs à l'adolescence, comme l'abus de stupéfiants ou des comportements criminels. Cela augmente la probabilité d'être exposé à d'autres facteurs de risque à l'âge adulte – comme le chômage, les dettes et l'exclusion sociale.

Terrie E. Moffitt et le Think Tank de Klaus-Grawe 2012

Les femmes ont connu un plus grand déclin de leur santé mentale que les hommes

Les femmes ont plus souffert que les hommes pendant la pandémie. Notre étude montre que 42 % des femmes ont rapporté que leur santé mentale s'est détériorée, contre seulement 33 % des hommes.

Les inégalités de genre historiques nous aident à expliquer ce décalage. Les femmes sont souvent responsables de beaucoup plus de tâches ménagères et familiales que les hommes; s'occuper des enfants et les responsabilités du foyer incombent souvent aux femmes de manière disproportionnée. Elles sont également plus susceptibles d'avoir un faible salaire. Les femmes sont également plus souvent affectées par le stress lié au travail que les hommes, probablement car on attend toujours d'elles qu'elles s'occupent du foyer alors qu'elles travaillent. La récente étude sur les foyers du Royaume-Uni montre que les jeunes femmes, spécifiquement, sont les plus affectées par le confinement.

D'après l'OMS, la dépression à elle seule représente 4,3 % des maladies, et fait partie des plus grandes causes de handicap au monde, particulièrement pour les femmes.

Plan d'Action pour la Santé Mentale, Organisation Mondiale de la Santé.

42%

des femmes ont rapporté que leur santé mentale s'est détériorée, contre seulement 33 % des hommes.



3/ La consommation de médias et le confinement

Inévitablement, les habitudes ont changé pendant le confinement. Beaucoup d'activités que tout un chacun pratiquait pour se détendre, déstresser et prendre soin de leur bien-être mental n'étaient plus accessibles. De manière générale, les gens ont trouvé de nouvelles manières de se divertir.

+15
Écouter/
regarder/
lire les
informations



« Je vois cette période unique comme une opportunité d'en apprendre plus sur moi-même et de différencier ce qui est important et ce qui l'est moins. Ce faisant, cela permet de mettre plus d'énergie dans les activités qui aident à réaliser ses objectifs de vie. »

*Pr. Lode Godderis,
Professeur titulaire en médecine
du travail et Directeur de la Recherche
et Développement.*

+6
Médias
sociaux



+3
Temps passé
avec ses
proches



+2
Jeux vidéo



+5
Socialisation
en ligne



+12
Divertissement
(TV, streaming, en ligne)

Les activités que nous avons plus faites pendant le confinement

La consommation de télévision, de services de streaming et des médias sociaux a augmenté

Pendant la pandémie, les individus ont trouvé difficile de quantifier le risque que représentait la Covid-19 pour eux; cela les a fait se sentir impuissants – et ils voulaient avoir plus d'informations et d'actualités.

En conséquence, la consommation de services de streaming, de télévision et de médias sociaux n'est pas seulement devenue une source importante d'information, mais également une manière d'échapper à la réalité.



Les appels vidéo sont devenus une des rares manières de voir les autres

Pendant le confinement, les appels vidéo sont devenus une des rares manières d'avoir des interactions sociales avec les autres. Les réunions professionnelles et les conférences ont également été annulées et remplacées par des alternatives sous format digital.



Le confinement a donné du temps pour la réflexion personnelle

Un grand nombre de personnes a également passé la période de confinement à réfléchir. 60 % des personnes sondées ont déclaré avoir changé leur vision de leur propre bien-être mental, et 33 % ont affirmé avoir plus priorisé leur santé mentale qu'avant la pandémie. **Beaucoup ont mieux pris soin d'eux pendant**

le confinement; cela les a amenés à prendre plus conscience de leur état mental – et à augmenter leur empathie pour ceux pouvant traverser des moments difficiles à cause de la pandémie. La question est: ce changement deviendra-t-il permanent après la Covid-19?

60%

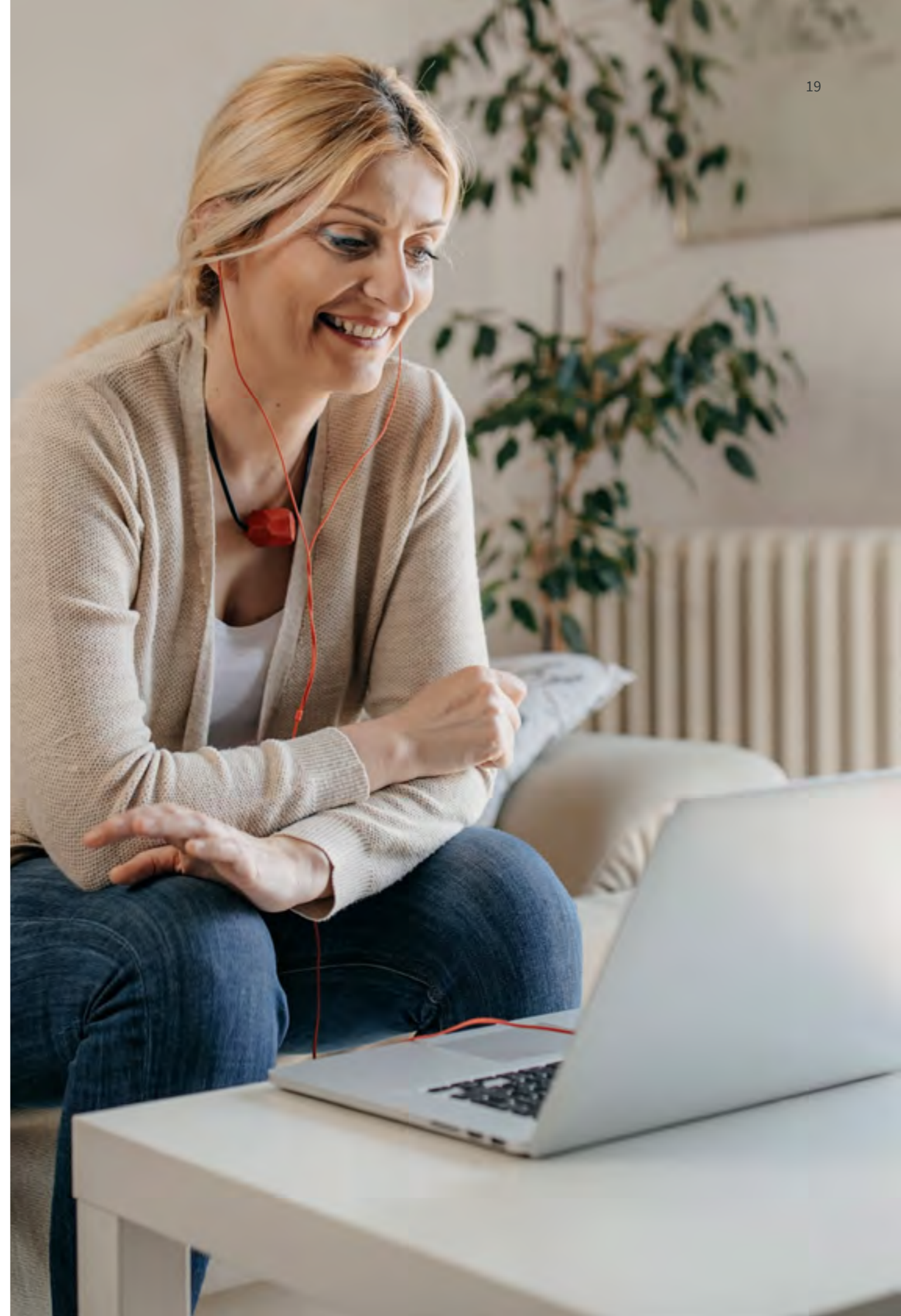
des Européens ont revu leur point de vue sur leur propre bien-être mental pendant la pandémie de Coronavirus.

33%

déclarent avoir plus priorisé leur bien-être mental pendant la pandémie de Coronavirus qu'avant.

4/ L'impact de la Covid-19

Notre étude montre que les Européens ont changé de regard sur la santé mentale – c'est même vrai dans des pays où il y a encore une stigmatisation autour de la maladie mentale. Avoir conscience des problèmes de santé mentale – et utiliser des systèmes de soutien – peut varier entre les pays, mais les changements d'attitude restent les mêmes. Cela a également encouragé un grand nombre de personnes à réfléchir à leur propre santé mentale, et à la santé mentale de leur entourage.





Les attitudes envers la santé mentale changent

Même avant la pandémie, la nécessité d'un changement d'attitude envers les maladies mentales était admise. Les recherches montrent que la prise de conscience autour de la santé mentale a été la plus grande en Allemagne, au Royaume-Uni et en Suisse – sans surprise, beaucoup de personnes de ces pays étaient enclins à solliciter l'aide de professionnels de santé spécialisés dans les maladies mentales. Dans tous les pays, le confinement a servi d'accélérateur vers une plus grande prise de conscience et une acceptation de la maladie mentale.

Dans notre sondage, un tiers des Européens a déclaré avoir plus priorisé le bien-être mental qu'avant la pandémie. Ce taux monte jusqu'à un étonnant 70 % en Espagne et en Italie. En parallèle, 60 % des personnes interrogées ont déclaré que la crise a changé leur opinion sur leur propre bien-être mental. C'est dans les pays les plus affectés par la Covid-19 que les vieilles attitudes concernant la santé mentale battent le plus en retraite.

Les gens deviennent plus conscients de la santé mentale des autres

Dans notre étude, les personnes interrogées déclarent être maintenant conscientes non seulement de leur propre bien-être, mais aussi du bien-être des autres. 70 % d'entre eux, en raison de la Covid-19, acceptent plus facilement que des personnes puissent consulter des professionnels pour combattre les maladies mentales. Une fois de plus, cela s'est confirmé le plus clairement dans les pays qui ont imposé soit des confinements stricts, soit qui ont connu des taux d'infection élevés.



1/3

des Européens interrogés priorisent plus leur santé mentale qu'avant.

70%

ont appris à mieux accepter le fait que des personnes sollicitent l'aide de professionnels.



5/ L'avis d'AXA sur la santé mentale

Notre étude montre que la Covid-19 constitue une vraie menace sur nos santés mentales. En tant qu'assureur majeur en santé dans le monde, que fait AXA pour aider à lutter contre cette crise ?

Nous sensibilisons

C'est plus important qu'il n'y paraît au premier regard. Mais sans sensibilisation au besoin d'avoir une bonne santé mentale, un grand nombre de personnes peut ne pas chercher à être diagnostiqué ou traité, et par conséquent, les gouvernements n'investiront pas dans la santé mentale.

Sur ce point, les signes sont prometteurs. Comme nous l'avons vu dans cette étude, depuis la pandémie, les Européens prennent la santé mentale au sérieux. Ces derniers mois, la Covid-19 a fait ressortir un besoin de meilleure coordination dans nos systèmes de protection sociale.

Étant donné les risques sociaux et économiques significatifs, la santé mentale devrait figurer bien plus haut dans l'agenda politique qu'actuellement.

C'est pourquoi nous avons décidé de publier ce rapport, et c'est la raison pour laquelle au travers du Fond de Recherche AXA – nous nous sommes engagés à soutenir la science contribuant au progrès sociétal dans les domaines de la Santé, de l'Environnement et le domaine socio-économique.

Concrètement, en 2019, nous avons accordé notre soutien à 6 nouveaux scientifiques pour des projets postdoctoraux sur la santé mentale. La stigmatisation autour de la santé mentale décline, et nous devons mieux comprendre ce qui génère les maladies mentales – pour mieux anticiper ses conséquences à la fois pour les individus et la société.





Nous nous intéressons à la prévention - pas seulement au traitement

Nous voyons la santé mentale comme un prérequis pour une bonne santé globale. Il s'agit d'approcher le patient de manière générale - en regardant la santé mentale en complément de la santé physique. **Le but est de prévenir la maladie mentale à un stade précoce plutôt que de simplement la traiter quand elle arrive.** Agir ainsi en amont, protège les individus - en limitant les souffrances inutiles et le coût global de la protection sociale en santé. Avec la prévention s'ajoute une demande accrue de conseils et de soutien à travers nos métiers, nous travaillons donc avec des partenaires pour proposer des coachings santé en ligne et un accès à des programmes sportifs. Ces cinq dernières années, nous avons opéré beaucoup

de changements chez AXA. Nous avons simplifié nos processus, nous remboursons plus rapidement. Nous proposons désormais des téléconsultations santé sur tous nos marchés européens. Dans certains pays, nous avons également établi des réseaux de psychologues, thérapeutes et cliniques spécialisés pour faire le lien entre les patients et les soignants. En Allemagne, nous proposons le programme "meine gesunde Seele" - mon âme saine.

En France, Italie, Espagne et au Royaume-Uni, nous proposons des services de soins et de soutiens psychiatriques comme partie intégrante de nos contrats complémentaires en santé.

Et nous investissons plus dans les technologies digitales

Un grand nombre de personnes utilisait déjà les services en ligne avant la Covid-19 – mais ce phénomène s'est accéléré.

Au Royaume-Uni, par exemple, le nombre d'utilisateurs de notre service de généralistes Doctor@Hand a plus que doublé pendant le confinement. Une grande partie de ces nouveaux utilisateurs a plus de 65 ans, mais la pandémie nous donne l'opportunité d'encourager des personnes plus jeunes à s'inscrire à de nouveaux programmes de santé et de bien-être.

Cependant, pour leur permettre d'utiliser ces nouveaux services, ils doivent avoir connaissance de ces solutions et nous nous efforçons de renforcer notre communication.

Etant donné le besoin grandissant en traitements en santé mentale, nous devons favoriser les solutions digitales pour compléter le système de santé, pour compléter les approches de traitement classique à ce jour insuffisamment disponibles pour répondre à la demande grandissante.

En parallèle, nous utilisons notre réseau d'experts de santé pour aider les clients à prévenir leurs problèmes de santé – grâce par exemple à la télémédecine, nous pouvons désormais accompagner les patients du diagnostic au traitement, en leur donnant accès à des informations fiables rapidement à chaque étape, et les guider, au besoin, vers les bons docteurs et spécialistes.



Répondre aux besoins fondamentaux des gens en matière de santé mentale et de bien-être

Prévenir les problèmes médicaux

- La téléconsultation médicale est proposée en **Belgique, en Italie, en Allemagne, en France, en Espagne et au Royaume-Uni**
- En **Espagne, au Royaume-Uni et en France**, une évaluation en ligne est disponible pour connaître son statut global, en prenant en compte la santé mentale, l'alimentation, le sommeil, les risques de cancer, les maladies musculosquelettiques.
- **Également disponibles au Royaume-Uni**, des ateliers d'experts, évaluations au coaching santé, notre plateforme digitale bien-être est disponible pour soutenir les clients et pour créer des habitudes saines.

Interventions précoces

- Un programme d'assistance aux employés est accessible au **Royaume-Uni** pour favoriser une ambition de bien-être partagée dans les entreprises clientes.
- **La France** a développé pour ses clients la possibilité d'avoir accès à des psychologues et à des experts médicaux alternatifs pour gérer le stress et la santé mentale.
- Quant à la **Suisse**, le service Selfapy est disponible pour les PME pour prévenir et détecter les absences au travail pour raisons psychologiques.

Sélection des traitements

- Un service innovant est accessible au **Royaume-Uni, en Allemagne et en France**, accompagnant les patients du diagnostic au traitement, en apportant des informations fiables rapidement à chaque étape et en les guidant vers les bons docteurs et spécialistes si nécessaire.

Thérapie et soutien

- Un soutien psychologique est disponible en **Espagne, en Italie, en France et au Royaume-Uni** en cas de maladies critiques et de maladies dégénératives.
- En **Espagne et en France**, un service téléphonique peut être contacté pour du soutien ou une thérapie.

Téléconsultation médicale

Évaluation digitale du stress / de l'anxiété

Plateforme de bien-être



Programme d'assistance aux employés

Accès à des psychologues



Accompagnement



Service de psychologie par téléphone



Annexes

1. Analyses par pays

2. Note sur la méthodologie

3. Remerciements

4. Références

1. Analyses par pays

Belgique

- 1/ **34% des Belges interrogés ont déclaré avoir connu des problèmes de santé mentale avant la pandémie**
- 2/ **Le nombre de personnes déclarant être déprimé ou très déprimé a triplé pendant la pandémie, les plus jeunes générations enregistrant le plus fort déclin de leur état de santé mentale.**
- 3/ **Malgré cela, 9 personnes interrogées sur 10 ont eu l'impression de bien gérer la Covid-19**

Le nombre de personnes disant avoir une mauvaise santé mentale est plus bas en Belgique que dans d'autres pays européens. Les plus jeunes sont bien plus à même d'avoir une mauvaise santé mentale, mais ceux ayant des problèmes psychologiques sont moins à même de solliciter l'aide de professionnels que leurs homologues européens, peut-être pour des

raisons financières: 31 % des Belges déclarent ne pas pouvoir payer de traitements.

La plupart des personnes interrogées a eu le sentiment de bien gérer la crise, et déclarent, grâce à la Covid 19, mieux accepter les personnes sollicitant l'aide de professionnels pour traiter les maladies mentales.



AXA Belgium : U gezondheid is belangrijk voor ons



France

- 1/ **45% des personnes interrogées en France ont décrit leur état psychologique comme « bon » pendant le confinement**
- 2/ **17% déclarent avoir déjà connu des problèmes (légers) de santé mentale avant la pandémie**
- 3/ **40% des Français interrogés ont avoué ne pas pouvoir payer l'aide de professionnels en cas de maladie mentale**

Alors que la France s'en est mieux sortie que d'autres pays européens, le confinement a affecté une grande partie de la population, ce qui a conduit à une augmentation des problèmes de santé mentale.

Les psychothérapeutes ne sont pas remboursés par la Sécurité sociale (et très peu par certains assureurs). Cela peut expliquer la raison pour laquelle seulement 6% des Français déclarent avoir sollicité l'aide de professionnels pour des questions de santé mentale.



AXA France : AXA Prévention, MyEasySanté



Allemagne

- 1/ **Pendant la pandémie, 33% des Allemands ont vu leur santé mentale se détériorer**
- 2/ **32% se préoccupent désormais plus de leur santé mentale à la suite de la pandémie - jusqu'à 45% parmi les 18-24 ans**
- 3/ **Seul 5% déclarent avoir déjà fait usage de services pour s'occuper de problèmes de santé mentale**

En raison de la pandémie (et des mesures de confinement en découlant), l'Allemagne – comme d'autres pays – s'attend à une potentielle troisième vague de problèmes de santé mentale.

Ceux-ci pourraient plus particulièrement affecter certains groupes sociaux que d'autres – particulièrement des personnes ayant déjà des problèmes sociaux ou encore ayant une

prédisposition aux maladies mentales. Notre étude montre que, même si l'Allemagne a moins été affectée par la Covid-19 que d'autres pays, les gens se préoccupent désormais plus de leur santé mentale qu'avant la pandémie. L'utilisation de technologies digitales a augmenté pendant le confinement – même si les services de santé mentale en ligne restent encore peu utilisés.



AXA Germany : Hilfe für die Seele!



Italie

- 1/ **Pendant la Covid-19, le bien-être mental des Italiens a beaucoup diminué - plus que dans d'autres pays**
- 2/ **Les plus jeunes ont été le plus affectés - les moins de 34 ans enregistrent la plus forte baisse de leur état de santé mentale**
- 3/ **Les campagnes de sensibilisation autour de la santé mentale continuent et 81% des Italiens déclarent mieux accepter ceux sollicitant l'aide de professionnels en santé mental**

Le nombre d'Italiens décrivant leur santé mentale comme « bonne » a diminué de moitié pendant la pandémie. Les Italiens ont vu leur stress au travail augmenter, et la sécurité de l'emploi baisser, particulièrement les femmes et les plus jeunes. En parallèle, la Covid-19 a aidé les Italiens à plus se préoccuper de leur état de santé mentale.

Par conséquent, plus d'Italiens sollicitent désormais l'aide de professionnels face aux maladies mentales. Le traitement de celles-ci devient une priorité pour l'Italie, ceci afin d'éviter une dégradation, en particulier pour ceux souffrant déjà de problèmes psychologiques.



AXA Italy: Proteggi te e la tua famiglia



Espagne

- 1/ **L'Espagne a constaté un fort déclin de la santé mentale à la suite de la pandémie**
- 2/ **86% des Espagnols interrogés déclarent que c'est le contact des autres en dehors de leur famille nucléaire qui leur a manqué**
- 3/ **Pendant la crise, 8 personnes sur 10 déclarent avoir songé à solliciter l'aide de professionnels pour leurs problèmes psychologiques**

Pendant la Covid-19, le nombre de personnes sujettes à une mauvaise santé mentale a triplé ; 78 % des personnes sondées ont senti que leur niveau de stress a augmenté du fait de la pandémie. Huit personnes sur dix déclarent avoir pensé à faire appel à un professionnel de santé pour traiter leurs problèmes psychologiques. Un signe clair que le sujet de la santé mentale n'est plus tabou. En parallèle, les résultats du sondage montrent un manque de confiance

profond dans le gouvernement: beaucoup d'Espagnols se sentent lésés dans la gestion de la Covid-19 par les organismes officiels. À contrario, la plupart ont le sentiment que leur système de santé a bien géré la crise. Il est à craindre que la santé mentale ne continue à se détériorer, étant donné que la situation économique continue de se dégrader en Espagne, sans oublier la possibilité de voir arriver de nouvelles vagues d'infections.



AXA in Spain: Mi Salud y Bienestar



Suisse

- 1/ Les Suisses interrogés ont bien vécu la crise en comparaison des autres pays européens
- 2/ Les jeunes semblent avoir été plus affectés que les personnes âgées
- 3/ 36% des Suisses interrogés déclarent avoir déjà eu des antécédents de problèmes de santé mentale avant la pandémie

En Suisse, la plupart des personnes interrogées ont eu le sentiment de bien vivre pendant la crise de la Covid-19.

Contrairement à l'Espagne, l'Italie ou la France, la Suisse a choisi de ne pas imposer de confinement strict: les Suisses interrogés ont également rapporté avoir une plus grande confiance en leurs politiciens, leur système de

santé et leurs forces de sécurité que leurs voisins européens. Les plus jeunes ont connu plus de problèmes de santé mentale – probablement en raison à la fois des pertes d'emplois qu'ils ont subi, le recours aux CDD de quelques mois ou encore les difficultés à se rendre à l'école ou l'université sans parler du défi de devoir jongler entre le travail et la gestion des enfants.



AXA Switzerland : Alles für Ihre Gesundheit



Royaume-Uni

- 1/ Les jeunes font partis des plus affectés par la pandémie
- 2/ 63% des 25-34 ans ont eu l'impression de ne plus avoir le contrôle de leur vie à la suite des restrictions liées au confinement
- 3/ Les jeunes restent optimistes pour l'avenir – ce sont ceux qui considèrent le plus que la pandémie les a aidés à déterminer ce qu'ils voulaient dans la vie

Dans notre étude, les plus jeunes ont eu les plus grosses baisses de moral pendant la pandémie; beaucoup ont rapporté avoir eu l'impression de ne plus avoir le contrôle de leur vie. Malgré cela, ils sont toujours restés optimistes pour l'avenir. Pour beaucoup, la Covid-19 s'est

révélée une opportunité de définir ses ambitions et ses priorités. AXA UK s'est particulièrement intéressé aux jeunes générations dans son approche de la santé mentale. (cf. l'édito de Chris Tomkins ci-après)

« Nous devons voir la santé mentale différemment. Regardez notre expérience avec les maladies cardiaques. Il y a de nombreuses années, une crise cardiaque arrivait sans crier gare mais aujourd'hui, nous regardons le taux de cholestérol, la tension sanguine, le poids et les habitudes d'activité physique pour comprendre les risques individuels et les anticiper.

Chez AXA, nous pensons que nous pouvons faire la même chose avec la santé mentale; alors, en comprenant mieux le bien-être d'un individu, nous pouvons l'aider à s'améliorer et éviter de futurs problèmes psychologiques. La Covid-19 et le confinement ont constitué un défi collectif pour la santé mentale de chacun. AXA s'intéresse à la science en rapport avec le bien-être mental ce qui permet d'investiguer en priorité autour de deux questions clés: quels sont les facteurs indiquant qu'une personne peut être plus ou moins résiliente et comment pouvons nous l'aider à s'améliorer sur ces points? De cette manière, nous pouvons contribuer à ce qu'un maximum de personnes puissent être mieux préparées aux défis futurs.»

Dr Chris Tomkins, Head of Well-Being, AXA Health UK



AXA Health UK : Mental Health and Wellbeing



2. Note sur la méthodologie

Pour ce Rapport sur la Santé Mentale et le Bien-être, AXA a mandaté le prestataire InSites Consulting pour mener un sondage en ligne sur 5800 personnes en Belgique, en France, en Allemagne, en Italie, en Espagne, en Suisse et au Royaume-Uni. Le but du sondage – réalisé en juin 2020 – était de sensibiliser aux maladies mentales et d’avoir une meilleure compréhension de l’impact de la Covid-19 sur la santé mentale en Europe.

AXA avait initialement décidé de commander cette étude en janvier 2020 : étude repoussée en juin en raison de la pandémie.

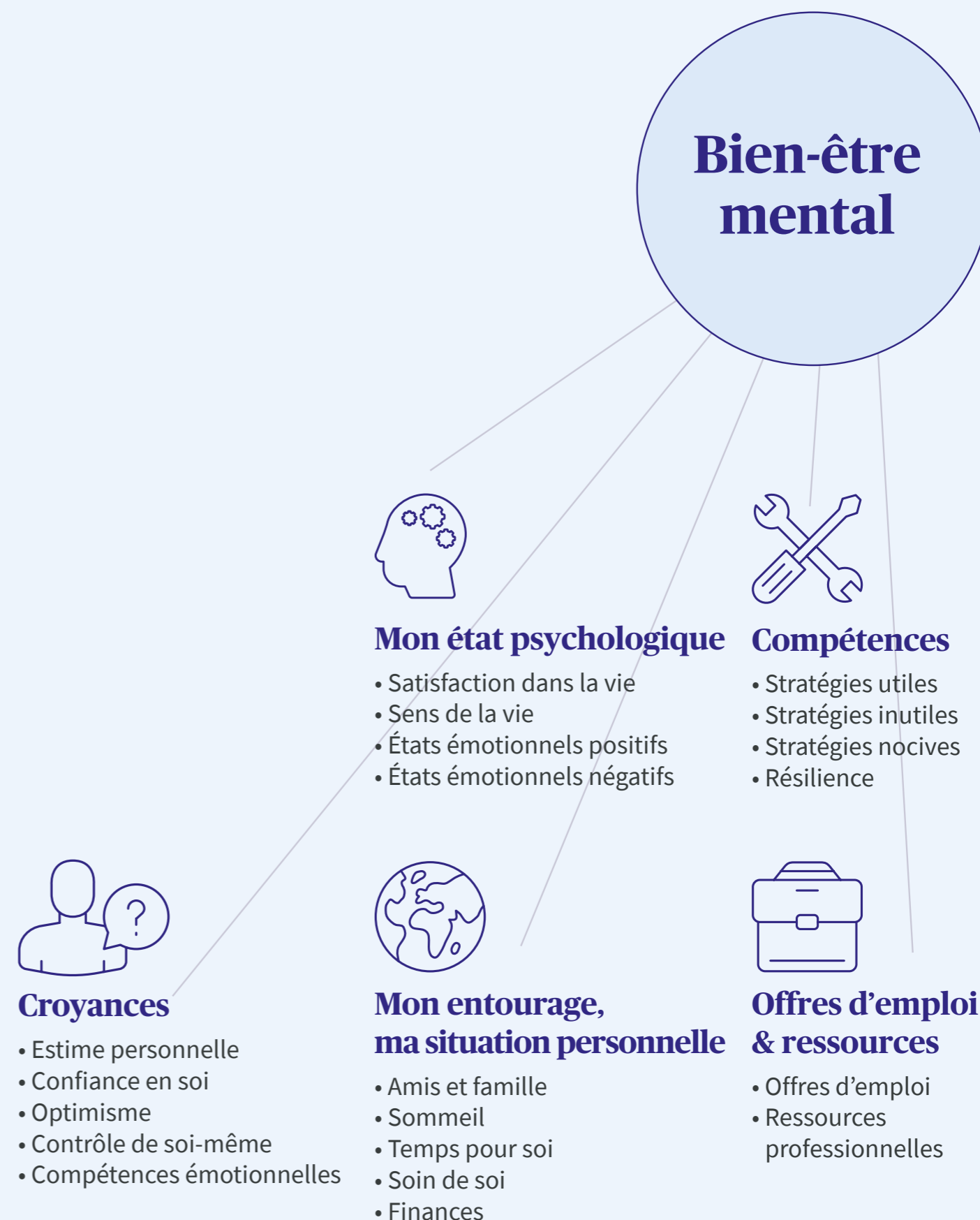
Processus

Avant le sondage, nous avons fait une première révision des études académiques et d’experts en santé mentale et bien-être. Cela nous a permis d’identifier des facteurs clés impactant la santé mentale (notamment la famille, l’argent, la place du digital, la santé physique, la vie citadine...) Parmi ceux-là, nous avons distillé 2-3 changements culturels et sociaux affectant la santé mentale dans chaque pays couvert par le sondage.

Sondage

Lorsque nous avons compilé le sondage, nous avons également beaucoup utilisé la grille de recherche exclusive d’AXA Santé, **Déterminer la force de l’esprit** (ce cadre est utilisé pour évaluer l’état d’esprit des individus, leurs compétences, leurs croyances, leurs comportements et les ressources par rapport à la santé mentale).

Nous avons utilisé cette grille pour améliorer notre compréhension des facteurs principaux de bonne santé mentale. Cette grille a été développée par un processus itératif à l’origine, fondé sur l’analyse statistique et une relecture de la littérature dans ce domaine (en particulier au sujet de la psychologie positive). Cette approche a permis une certaine flexibilité, mais a également préservé la forte base scientifique du sondage, par rapport à la littérature existante et les dernières des théories en psychologie. Avant de publier notre sondage, nous avons également été conseillés par des experts pour mieux comprendre les conséquences potentielles de la Covid-19 sur la santé mentale.



Dans ce sondage, les personnes du panel ont été interrogées sur les domaines suivants :



L'étude - fondée sur des tests frontaux - inclut également des analyses supplémentaires et des questions de profilage. Un panel représentatif de la population a été interrogé, de différents genres, âges et activité, incluant un échantillon représentatif des sept pays dans le sondage.

Répondants



Âge

18-24 522	25-34 940	35-44 1264
45-54 1239	55-64 1018	65-79 817

Activité professionnelle

45% Temps plein	13% Mi-temps	1% Travailleur saisonnier	5% Profession libérale
10% Sans emploi	3% Sans emploi pour raison médicale	18% Retraité	6% Étudiant

Vérification des données

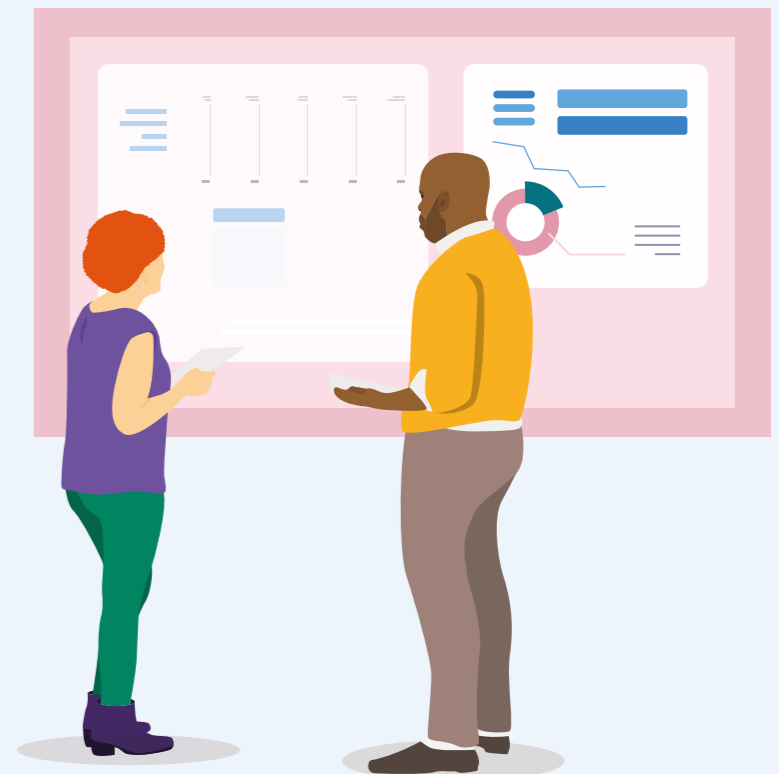
Des vérifications ont été menées sur la qualité des processus avant, pendant, et après le travail sur le terrain, incluant des contrôles de traduction, des copies numériques et de l'épuration des données.

Cela nous a permis d'assurer la confidentialité de toutes les données recueillies.

InSites Consulting est certifié ISO-27001 ; toutes les données sont vérifiées d'après les standards internationaux.

Rapport

Ce rapport donne les résultats du sondage, partage notre analyse et conclusions, et mentionne des approches de politique possibles. Plus de détails sur les résultats individuels des pays sont fournis, ainsi que des liens vers leurs rapports ou sites internet respectifs.



3. Remerciements

Experts en santé mentale

Ayant apporté leur expertise et leurs directions

Dr Niklas Baer, Coordinateur des Relations Internationales au Conseil Général de Psychologie

Dr Temes Manuel Berdullas, Chef des Relations Externes du Conseil Général des Universités officielles de Psychologues

Dr Stephen Bevan, Conseiller aux départements britanniques d'Etudes de l'Emploi, membre du comité britannique du Cercle de Direction des Ressources Humaines européennes et membre du groupe de conseil d'experts Britain's Healthiest Company

Dr Fazeelat Duran, chercheur postdoctoral à l'École de Psychologie, Université de Birmingham, soutenu par le Fond de Recherche AXA

Pr Daniel Freeman, Psychologue Clinicien Consultant et Professeur de Psychologie Clinique à l'Université d'Oxford, Fondateur d'Oxford VR, et chercheur mondialement connu en santé mentale

Pr Lode Godderis, Professeur titulaire de Médecine du Travail et Directeur de Recherche & Développement

Dr Thomas Ihde-Scholl, Président de Stiftung Pro Mente Sana, Psychiatre et Psychothérapeute en Suisse

Dr Ali Khan, Fondateur et Mandataire de l'entreprise de la société de conseil ARK Re

Dr John Lang, Fondateur de John Lang et Associés, Doctorat de l'Université Monash de la Faculté de Médecine de Melbourne, Australie

Dr Markus Müschenich, MPH - Managing Partner Eternity Health - Expert Partner Heal Capital

Dr Matthew Patrick, Conseiller en Bien-être Mental à la NHS, Conseil de Direction et Stratégie en Santé et Soins de Cornwall, Angleterre, Royaume-Uni

Dr Marion Rouault, Postdoctorat du Département d'Études Cognitives à l'École Normale Supérieure de Paris, soutenue par la Recherche AXA

Dr Chris Tomkins, Chef du Bien-être AXA Santé Royaume-Uni

Kai Marcus Wilke, Management IT de l'Assurance Santé AXA Allemagne

Dr Mark Winwood, Chef Clinique des Services de Santé Mentale

Research

Insites Consultancy

Management senior AXA

Antimo Perretta, PDG AXA Europe

Somesh Chandra, Officier en Chef Santé des Marchés européens

Ulrike Decoene, Chef de la Communication du Groupe, Responsabilité d'Entreprise et de la marque

Tracy Garrad, PDG AXA Santé

Giacomo Gigantiello, Officier en Chef du développement Stratégique des Marchés européens

Thilo Schumacher, Officier en Chef de la Vie et de la Santé, AXA Allemagne

Christine Theodorovics, Officier en Chef du Développement Stratégique des Marchés

Alexander Vollert, PDG AXA Allemagne



4. Références

Harvard Health Publishing | Harvard Medical School. (n.d.). Mental Health

Mental Health Europe. (2019). Our Mission

Mental Health Foundation. (2020). Mental health statistics: UK and worldwide

OECD/European Union (2018), Health at a Glance: Europe 2018: State of Health in the EU Cycle, OECD Publishing, Paris/ European Union, Brussels

Robert Koch Institut. (2011). Körperliche Aktivität und psychische Gesundheit. Bonn: Bundesministerium für Ernährung Landwirtschaft und Verbraucherschutz

World Health Organization Regional Office for Europe. (2015). The European Mental Health Action Plan 2013-2020. Copenhagen Denmark: WHO Regional Office for Europe

World Health Organization Regional Office for Europe. (2020). Depression in Europe: facts and figures

Moffitt TE; Klaus-Grawe (2012) Think Tank. Childhood exposure to violence and lifelong health: clinical intervention science and stress-biology research join forces



