

JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE

PARLONS-EN !



Aujourd'hui est la journée mondiale de la SANTÉ MENTALE

- Selon l'OMS :
 - 1 Européen sur 4 est touché par des troubles psychiques au cours de sa vie.**
 - Il y a environ **9000 décès par suicide par an en France.**
 - Il y a environ **200 000 tentatives de suicide en France par an.**
 - 16 % de la population française est concernée par un syndrome anxieux ou dépressif.**
- Selon l'enquête de 2021 des syndicats des internes et des étudiant·tes en médecine interrogé·es :
 - 75%** montraient des **symptômes d'anxiété pathologique,**
 - 39%** montraient des **symptômes de dépression** et
 - 19%** des **pensées suicidaires** (sur les 7 derniers jours précédant leurs réponses au questionnaire).
- **VOTRE SANTÉ COMPTE !**

Avoir besoin d'aide est tout à fait normal, ce n'est pas une faiblesse. Des solutions existent. Notre métier nous met à rude épreuve. Le temps de travail non respecté, le harcèlement moral, les VSS, les difficultés organisationnelles dans le service, les responsabilités, la pression, le manque d'encadrement, etc.

En parler c'est important, cela peut être auprès de vos ami·es, familles, co-internes, collègues ou bien auprès de structures d'écoute, de professionnel·les, de syndicats locaux.

N'hésitez pas à faire remonter des problèmes à vos syndicats.

NE VOUS OUBLIEZ PAS ! NE RESTEZ PAS SEUL·E ! PRENEZ SOIN DE VOUS !