



PROJETS 2026 - APPEL À PROJETS 2026 - APPEL À PROJETS 2026

NOS FORCES

« SANTÉ MENTALE DANS UN MONDE EN ACCÉLÉRATION : VULNÉRABILITÉS ET RÉSILIENCES »



PROGRAMME DE SOUTIEN AUX ACTIONS EN FAVEUR DE LA SANTÉ MENTALE

LA SANTÉ MENTALE, GRANDE CAUSE NATIONALE 2025 ET 2026, CONSTITUE UN ENJEU MAJEUR QUI IMPACTE À LA FOIS LES INDIVIDUS ET NOTRE SOCIÉTÉ DANS SON ENSEMBLE.

Conscients de l'importance de cette question, plusieurs acteurs de la philanthropie locale, de l'engagement sociétal et d'entreprises engagées – le Fonds de dotation Heintz, le Fonds de dotation Moselle Mécènes Solidaires, le Fonds de dotation Mercy, la Fondation ID+ Lorraine, Malakoff Humanis et la Caisse d'Épargne – ont décidé d'unir leurs forces afin de renforcer l'impact de leurs actions.



1. CONTEXTE : UN MONDE EN MUTATION PERMANENTE

1.1 LA SANTÉ MENTALE SELON L'OMS : UNE DÉFINITION À RÉINTERROGER

L'Organisation Mondiale de la Santé définit la santé mentale comme « un état de bien-être dans lequel **une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et fructueux et contribuer à la vie de sa communauté** ».

Cette définition, formulée en 2001 et actualisée en 2018, présuppose un monde stable où les « tensions normales » sont identifiables et surmontables. Or, nous vivons désormais dans ce que le sociologue Zygmunt Bauman a nommé une « modernité liquide », où les structures sociales se dissolvent avant même d'avoir le temps de se solidifier. Hartmut Rosa, prolongeant cette analyse, décrit une « accélération sociale » qui transforme notre rapport au temps, à l'espace et à nous-mêmes.

Dans ce contexte, la notion même de « tensions normales » devient problématique : **comment définir la normalité dans un monde où le changement perpétuel est devenu la seule constante ?**

1.2 L'ACCÉLÉRATION SOCIALE ET SES IMPACTS SUR LA SANTÉ MENTALE

L'ACCÉLÉRATION DÉCRITE PAR ROSA OPÈRE À TROIS NIVEAUX QUI IMPACTENT DIRECTEMENT NOTRE BIEN-ÊTRE PSYCHIQUE :

- **L'accélération technique** nous submerge d'informations et de sollicitations. Les notifications incessantes, la pression de la réactivité immédiate, l'obsolescence rapide des compétences créent un état d'hypervigilance permanent. Le cerveau humain, façonné par des millénaires d'évolution lente, peine à s'adapter à cette surcharge cognitive constante.
- **L'accélération du changement social** bouleverse nos repères. Les structures familiales, professionnelles, communautaires qui offraient jadis stabilité et sens sont en mutation permanente. Les parcours de vie linéaires disparaissent au profit de trajectoires fragmentées, marquées par la précarité et l'incertitude.
- **L'accélération du rythme de vie** génère un paradoxe cruel : malgré les gains de temps promis par la technologie, nous nous sentons toujours plus pressés, toujours en retard. Cette « famine temporelle » érode notre capacité à la présence, à la réflexion, au repos réparateur.

1.3 VULNÉRABILITÉS NOUVELLES DANS UN MONDE INCERTAIN

CETTE ACCÉLÉRATION CRÉE DE NOUVELLES FORMES DE VULNÉRABILITÉ PSYCHIQUE :

- **L'épuisement adaptatif** : Dans un monde qui exige une adaptation permanente, sans période de stabilisation, nos ressources psychiques s'épuisent. Le burn-out n'est plus seulement professionnel mais existentiel, touchant toutes les sphères de la vie.
- **L'anxiété anticipatoire généralisée** : Face à l'incertitude radicale - crise climatique, mutations géopolitiques, révolution de l'IA - l'anxiété devient un mode d'être au monde. Comment se projeter quand l'avenir même de l'humanité semble incertain ?
- **La dissolution des frontières** : Le télétravail, les smartphones, les réseaux sociaux ont dissous les limites entre vie professionnelle et personnelle, entre espace public et intime. Cette porosité généralisée prive l'individu de refuges psychiques essentiels à son équilibre.
- **L'isolement paradoxal** : Hyperconnectés mais profondément seuls, nous vivons une épidémie de solitude. Les liens sociaux, devenus liquides eux aussi, peinent à offrir le soutien et la reconnaissance dont nous avons besoin.

1.4 VERS UNE APPROCHE INTÉGRÉE DE LA SANTÉ

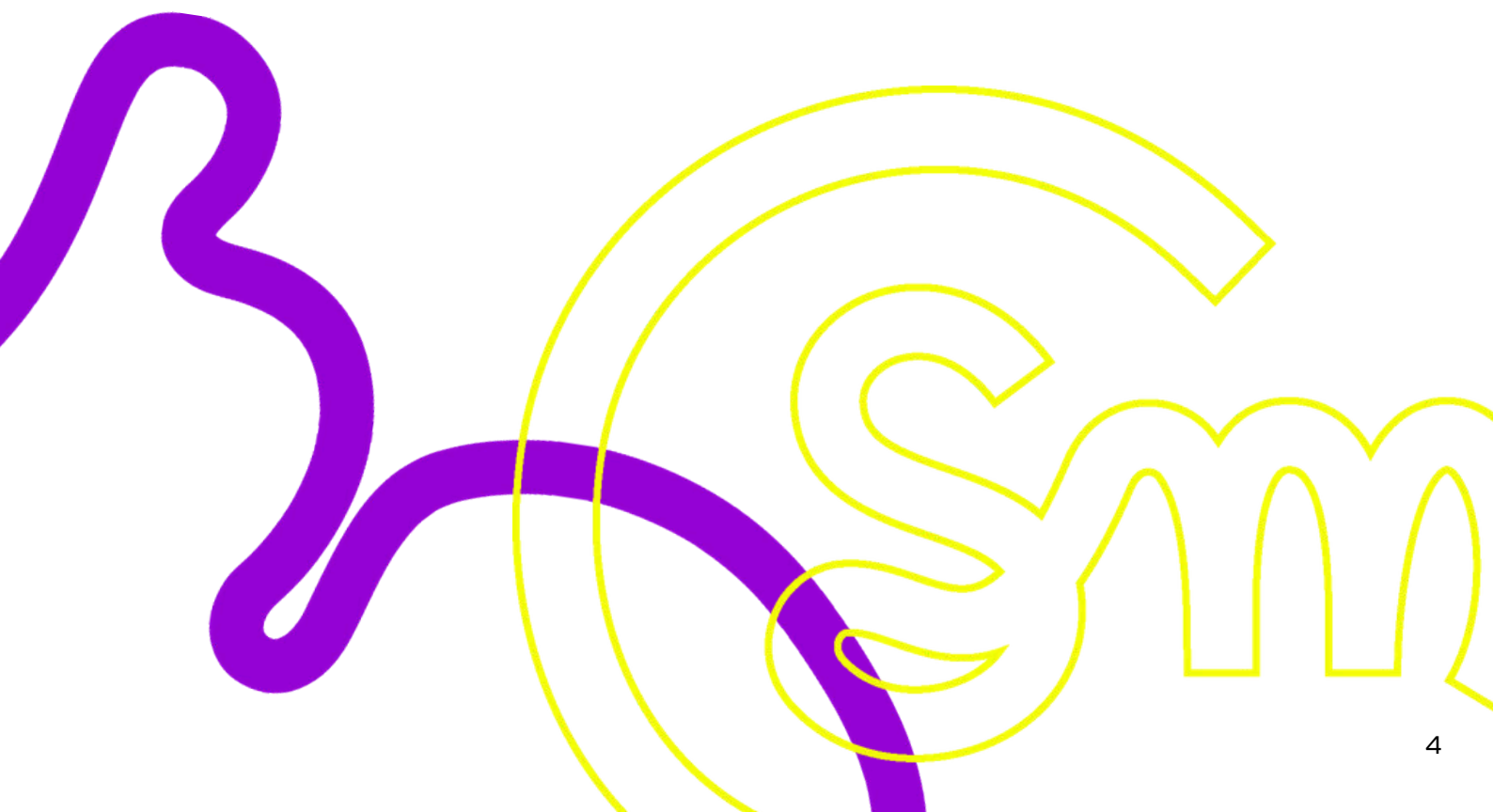
Dans ce contexte, il devient crucial de repenser la santé mentale non comme une dimension isolée mais comme indissociable de la santé physique et sociale. Les neurosciences confirment ce que les approches holistiques pressentaient : corps et esprit forment un système intégré. Le stress chronique affecte le système immunitaire, l'inflammation influence l'humeur, l'activité physique module les neurotransmetteurs.

Cette vision intégrée nous invite à explorer de nouvelles pistes : le rôle de la nature dans la régulation émotionnelle, l'impact de l'activité physique sur la résilience psychique, l'importance des rythmes biologiques dans un monde qui ne dort jamais.

2. OBJECTIFS DE L'APPEL : COMPRENDRE ET AGIR

FACE À CES ENJEUX, CET APPEL À PROJETS VISE À SOUTENIR DES INITIATIVES (PROJETS, ACTIONS, INTERVENTIONS) :

- » **Explorent** les nouvelles formes de souffrance psychique liées aux mutations contemporaines
- » **Expérimentent** des dispositifs innovants de prévention et d'accompagnement
- » **Évaluent** l'efficacité d'approches intégrées santé mentale/santé physique
- » **Développent** des outils concrets pour renforcer la résilience individuelle et collective
- » **Questionnent** nos modèles de santé mentale à l'aune des transformations sociétales



3. THÉMATIQUES PRIORITAIRES

LES CANDIDATS PEUVENT S'INSCRIRE DANS UNE OU PLUSIEURS THÉMATIQUES PRÉSENTÉES CI-DESSOUS.

THÈME 1 : SANTÉ MENTALE ET MUTATIONS DU TRAVAIL

- › Impact du télétravail sur l'équilibre psychique
- › Burn-out et bore-out dans les nouvelles organisations
- › Santé mentale des travailleurs précaires et indépendants
- › Santé des dirigeants (Indépendants/freelance)
- › Reconversion professionnelle et identité
- › Chômage et estime de soi dans une société de performance
- › Considération des vulnérabilités dans le monde professionnel (handicap invisible, Troubles du Neuro Développement, ...)

THÈME 2 : FRONTIÈRES VIE PROFESSIONNELLE/VIE PERSONNELLE

- › Droit à la déconnexion et hygiène numérique
- › Charge mentale et répartition des tâches domestiques
- › Parentalité et carrière : nouveaux équilibres
- › Espaces de respiration dans un monde hyperconnecté

THÈME 3 : SANTÉ MENTALE DES FEMMES

- › Charge mentale genrée et épuisement
- › Violences et traumatismes : approches innovantes
- › Santé mentale périnatale et parentalité
- › Pathologie féminine (endométriose...), ménopause, et transitions de vie
- › Intersectionnalité et cumul des vulnérabilités

THÈME 4 : SANTÉ MENTALE ET ACTIVITÉ PHYSIQUE

- › Sport comme outil de régulation émotionnelle
- › Approches corporelles en santé mentale
- › Activité physique adaptée et troubles psychiques
- › Méditation en mouvement (yoga, tai chi, marche consciente)

THÈME 5 : SANTÉ MENTALE ET NATURE

- › Écothérapie et bains de forêt
- › Jardins thérapeutiques en milieu urbain
- › Éco-anxiété et reconnexion au vivant
- › Rythmes naturels et régulation psychique

THÈME 6 : JEUNESSE ET INCERTITUDE

- › Anxiété climatique chez les jeunes
- › Réseaux sociaux et estime de soi
- › Orientation dans un monde imprévisible
- › Nouvelles formes d'engagement et sens

THÈME 7 : VIEILLISSEMENT ET ACCÉLÉRATION

- › Fracture numérique et isolement
- › Transmission intergénérationnelle en contexte de rupture
- › Fin de vie et accélération médicale
- › Sagesse et ralentissement comme ressources

THÈME 8 : INTELLIGENCE ARTIFICIELLE ET SANTÉ MENTALE

- › Outils d'IA pour le soutien psychologique
- › Impact de l'IA sur l'identité et l'emploi
- › Éthique de l'accompagnement algorithmique
- › Complémentarité humain/machine en santé mentale

MODALITÉS

CONDITIONS DE SOUTIEN

Territorialité :

- Les porteurs de projet portent une action pour le territoire de la Moselle. Une attention particulière sera apportée aux structures mosellanes.

Intérêt général :

- Les projets soutenus doivent être d'intérêt général.
- La structure qui porte les projets doit être hors du champs de la lucrativité et de la concurrence.
- La structure doit donc être capable d'émettre, elle aussi, des reçus fiscaux permettant une défiscalisation (loi Aillagon 2003).

Caractéristiques des projets éligibles

- L'appel à projet a pour objectif de ne soutenir que des projets et non du fonctionnement des structures qui les portent.
- Le collectif ne soutiendra que :
 - L'amorçage de projets innovants
 - Et/ou l'essaimage et le changement d'échelle.
 - En aucun cas, une aide pourra être reconductible chaque année
- Les projets doivent avoir un modèle économique viable, touchant un nombre de bénéficiaires significatifs
- Les projets doivent être démarrés en 2026
- Chaque projet aidé devra pouvoir mettre en place des indicateurs afin de mesurer l'impact social et/ou environnemental.

Une attention particulière sera portée aux projets qui :

- Adopteront une **approche systémique** intégrant dimensions individuelles, sociales et environnementales
- Intégreront une **dimension éthique** forte, particulièrement sur les questions de consentement et de vulnérabilité

CRITÈRES DE SÉLECTION

PERTINENCE INNOVATION FAISABILITÉ IMPACT

Enveloppe financière

Le soutien financier accordé pourra aller jusqu'à 30 000 € maximum par projet, en fonction de la nature du projet, de son ambition, de son niveau de maturité et des cofinancements mobilisés.

Le nombre de projets soutenus dépendra des montants attribués et de la qualité des candidatures reçues.

ACCOMPAGNEMENT DES LAURÉATS

Au-delà du financement, les projets sélectionnés bénéficieront de :

- De séminaires de co-développement
- Accompagnement méthodologique personnalisé
- Mise en réseau avec des experts et praticiens
- Pair-aidance

CALENDRIER

Lancement : **9 mars 2026**

Date limite de candidature : **15 mai 2026 à 12h**

Audition devant jury : **11 juin 2026**

Annonce des résultats : **30 juin 2026**

Séminaire de lancement : **octobre 2026**

CONTACT ET ENVOI DES CANDIDATURES

Email : **admin@moselle-mecenes-solidaires.fr**

Téléphone : **07 44 72 82 58**

POUR CANDIDATER

Dossier de candidature à retrouver ICI !

Critères de recevabilité :

- Respect de la date limite
- Complétude du dossier
- Respect du format demandé
- Signatures des partenaires



**"DANS UN MONDE QUI CHANGE, IL FAUT PARFOIS COURIR
DE TOUTES SES FORCES POUR RESTER À LA MÊME PLACE.
MAIS PARFOIS AUSSI, IL FAUT SAVOIR S'ARRÊTER POUR
RETROUVER SA PLACE DANS LE MONDE."**