

JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE : 10.10.2026

Ensemble pour la santé mentale

Une initiative portée par



WeWard



BackMarket



foodvisor

En  
partenariat  
avec



GOVERNEMENT

Liberté  
Égalité  
Fraternité

Parlons  
santé  
mentale!  
GRANDE CAUSE NATIONALE

#### COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Paris, le 2 octobre 2026.

**À l'occasion de la Journée mondiale de la santé mentale, avec le soutien du Gouvernement, WeWard réunit Back Market et Foodvisor afin de soutenir la Grande cause nationale.**

A l'occasion de la journée mondiale de la santé mentale le 10 octobre, WeWard lance avec le soutien du Gouvernement, une mobilisation collective inédite dans le cadre de la Grande cause nationale 2026 « **Parlons santé mentale !** ». Elle rassemble plusieurs acteurs de la French Tech et du numérique, comme Back Market et Foodvisor autour d'une ambition commune mettre leurs services et leurs communautés au service de gestes du quotidien susceptibles de contribuer au bien-être et au maintien du lien social.

La prévention en santé mentale constitue aujourd'hui un enjeu majeur de santé publique. En 2024, près d'un adulte sur six a vécu un épisode dépressif caractérisé au cours des douze derniers mois, selon Santé publique France. Face à ce constat, la Grande cause nationale encourage la prévention, le repérage du mal-être, la libération de la parole et l'accès à l'aide. Les initiatives présentées ici s'inscrivent dans cette démarche, sans se substituer à un accompagnement ou à des soins lorsque ceux-ci sont nécessaires.

« Avec la Grande cause nationale "Parlons santé mentale !", notre responsabilité est de rendre le sujet visible, de lutter contre les idées reçues et de permettre à chacun de connaître les ressources d'aide. Cette ambition prend aussi corps dans la vie quotidienne. En mobilisant leurs services et leurs communautés, les acteurs du numérique peuvent encourager l'activité physique, le lien social et une relation plus équilibrée aux écrans. C'est tout le sens du soutien que nous apportons à cette initiative », déclare Michaël Nathan, directeur du Service d'information du Gouvernement.

**1 sur 6**

adultes a vécu un **épisode dépressif** en 2024 (Santé publique France)

**+10 %**

de pas grâce au **Walking Mode**, qui bloque des applications pendant la marche pour **favoriser l'activité physique, la déconnexion et le bien-être mental.**

**-33 %**

de **risque de dépression** avec une **alimentation méditerranéenne** (Inserm)

**x2,5**

de répondantes **sous 2h d'écran par jour** après le challenge « Slow back to school » Back Market

#### **WEWARD : MARCHER POUR SE DÉCONNECTER DES ÉCRANS ET SE RECONNECTER AU RÉEL**

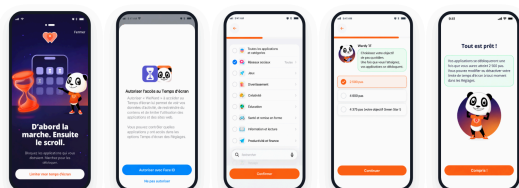
WeWard, qui compte plus de 30 millions d'utilisateurs dans 29 pays dont 15 millions en France, développe des fonctionnalités pour encourager l'activité physique et à réduire le temps passé sur certaines applications.

« Nous avons longtemps demandé à la technologie comment capter davantage notre attention. Nous devons aujourd'hui lui demander comment nous aider à la reprendre. Chez WeWard, nous sommes convaincus qu'une application remplit sa mission précisément lorsqu'elle réussit à encourager des comportements vertueux, fournir du temps d'écran utile et améliorer le bien-être de nos utilisateurs. », déclare Yves Benchimol, cofondateur et CEO de WeWard.

#### WEWARD - WALKING MODE

##### D'abord la marche, ensuite le scroll

Le Walking Mode bloque les applications qui vous distraient jusqu'à ce que vous ayez marché. Directement dans l'application WeWard.



- 1 J'active le Walking Mode  
Depuis WeWard je choisis de limiter mon temps d'écran.
- 2 J'autorise l'accès au Temps d'écran  
Une autorisation iOS, validée avec l'axe ID.
- 3 Je choisis les applis à bloquer  
Réseaux sociaux, jeux, divertissement... je sélectionne.
- 4 Je fixe mon objectif de pas  
2500 pas, 4 000 pas ou mon objectif habituel.
- 5 Je marche, mes applis se débloquent  
Objectif atteint, mes applications sont à nouveau accessibles.

Avec sa **nouvelle fonctionnalité le Mode Marche**, WeWard permet de bloquer temporairement les applications de son choix (réseaux sociaux, jeux, vidéo...) jusqu'à l'atteinte d'un objectif de marche. **Les utilisateurs qui l'ont activé font** en moyenne 10 % de pas de plus que les autres. Selon une étude faite sur les utilisateurs WeWard en Août 2026.

Le 5 octobre, WeWard lancera une **campagne solidaire aux côtés de Santé mentale France**, permettant à sa communauté de **soutenir la santé mentale simplement en marchant**. Avec

un objectif de **10 000 € collectés**, cette mobilisation permettra de financer **plus de 40 places au sein des formations PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale)** dispensées par Santé mentale France.

## FOODVISOR : L'ASSIETTE, ANGLE MORT DE LA SANTÉ MENTALE

On parle souvent de sommeil, d'activité physique, ou encore de lien social en matière de santé mentale, plus rarement de ce qu'il y a dans l'assiette. Une [méta-analyse Inserm](#) menée auprès de 36 556 adultes associe une alimentation de type méditerranéenne à une réduction de 33 % du risque de dépression.

Avec 15 millions de téléchargements dans plus de 30 pays, Foodvisor est l'application leader de la nutrition personnalisée. À partir du 10 octobre, elle proposera **un point d'humeur quotidien** en complément de l'enregistrement des repas pour rendre visible le lien entre alimentation et bien-être psychologique. Pendant la Semaine de la santé mentale, des experts décrypteront cette relation sur ses réseaux sociaux.

« Quand on va mal, on peut avoir tendance à sauter des repas ou à manger n'importe quoi, et cela n'arrange rien. La nutrition n'est pas un remède à la dépression, mais c'est un levier que chacun a entre les mains, trois fois par jour », déclare Aurore Tran, Directrice Marketing de Foodvisor.

## BACK MARKET : RALENTIR POUR MIEUX SE RECONNECTER

Smartphone renouvelé trop vite, notifications incessantes, scroll sans fin : la « fast tech » ne pèse pas seulement sur la planète, elle pèse aussi sur notre attention et notre bien-être.



Back Market s'engage depuis plusieurs années sur la santé mentale aux côtés de Louis Derrien à l'origine de « Courir pour toi » sur les réseaux sociaux, (@louis\_derrien\_ et @courirpourtoi) : un tour de France en courant pour sensibiliser aux troubles psychiques.

*Louis Derrien, Courir pour toi.*

À la rentrée, Back Market s'est associée à Voxe, newsletter suivie par 120 000 jeunes actives, pour **lancer le challenge « Slow back to school »** : trois semaines de défis pour réduire son temps d'écran (trier ses applications, sortir son téléphone de la chambre...), relevés par 2 736 participantes. Parmi les répondantes, la part passant moins de deux heures par jour sur écran est passée de 21,6 % à 54,6 %, et 68 % décrivent un progrès concret.

« Je dors beaucoup mieux depuis que j'ai décidé de laisser mon téléphone hors de ma chambre. Un petit changement qui a eu un véritable impact sur mon quotidien. » déclare une participante du challenge.

## FAIRE DU NUMÉRIQUE UN ALLIÉ DE LA SANTÉ PUBLIQUE

Au-delà des initiatives de chaque partenaire, cette coalition porte une ambition commune : montrer que se déconnecter ne signifie pas renoncer à la technologie, mais mieux la concevoir et mieux l'utiliser, pour qu'elle aide chacun à bouger davantage, à garder du lien et à mieux maîtriser son attention. WeWard, aux côtés du Gouvernement, de Foodvisor et de Back Market, entend ainsi démontrer que les acteurs du numérique peuvent prendre leur part dans cet enjeu de santé publique.

L'initiative menée par WeWard et le SIG bénéficie aussi du soutien de Doctolib, qui mènera des actions de sensibilisation à la santé mentale auprès de ses utilisateurs.

### Besoin d'en parler ?

Ressources et numéros utiles sur le site de la Grande cause nationale :  
[info.gouv.fr/parlons-sante-mentale](https://info.gouv.fr/parlons-sante-mentale)

### CONTACTS PRESSE

**WeWard** – Solenn Petitjean – 06 85 03 05 29 – [solenn.p@labelrp.com](mailto:solenn.p@labelrp.com)

**Back Market** – Marine Libaud – [marine.libaud@backmarket.com](mailto:marine.libaud@backmarket.com)

**Foodvisor** – Aurore Tran – 06 99 85 60 88 – [aurore@foodvisor.io](mailto:aurore@foodvisor.io)

**Service d'information du Gouvernement** – [presse-sig@pm.gouv.fr](mailto:presse-sig@pm.gouv.fr)

### À PROPOS

#### WeWard

Fondée à Paris en 2019 par Yves Benchimol et Tanguy de la Villegeorges, WeWard est une application française gratuite qui encourage la marche pour lutter contre la sédentarité et promouvoir la mobilité douce. Inspirée du gaming et des sciences comportementales, elle repose sur un système de défis et de récompenses qui augmente le temps de marche de ses utilisateurs de 25 % en moyenne. Présente dans 29 pays, WeWard compte plus de 30 millions d'utilisateurs dans le monde.  
[www.wewardapp.com/fr](https://www.wewardapp.com/fr)

#### Back Market

Back Market est la première place de marché permettant au grand public d'acheter des produits électroniques reconditionnés par des professionnels vérifiés, à des prix plus accessibles et avec un impact environnemental réduit par rapport au neuf. Fondée en 2014 par Thibaud Hug de Larauze, Vianney Vaute et Quentin Le Brouster, Back Market a dépassé les 3 milliards d'euros de GMV en 2025, avec la France pour marché de référence. Certifiée B Corp depuis avril 2023, l'entreprise est présente dans 17 pays et compte 700 salariés répartis dans 7 bureaux : Paris, Bordeaux, New York, Berlin, Barcelone, Londres et Tokyo.  
<https://www.backmarket.fr>

#### Foodvisor

Créée en 2015, Foodvisor est une startup française spécialisée dans les solutions de nutrition basées sur la technologie, l'IA et l'accompagnement humain. Sa mission : rendre accessible à tous un accompagnement vers une vie plus saine. L'application est disponible dans le monde entier sur iOS et Android. [www.foodvisor.io](https://www.foodvisor.io)

#### Service d'information du Gouvernement (SIG)

Placé sous l'autorité du Premier ministre, le Service d'Information du Gouvernement (SIG) travaille à la mise en cohérence de la communication de l'État au service d'une meilleure information pour les usagers et d'une organisation plus efficace pour l'État.

Pour ce faire, le SIG remplit ses missions selon plusieurs axes :

- Il analyse l'évolution de l'opinion publique et le traitement médiatique de l'action gouvernementale ;
- Il informe le grand public de l'action du Premier ministre et du Gouvernement ;
- Il pilote et coordonne au niveau interministériel la communication de l'État sur le plan national et, en liaison avec les préfets et les ambassadeurs, la déploie dans le cadre des services déconcentrés de l'État ;
- Il définit et développe les standards en matière de communication (marque État, accessibilité, design système de l'État, éco-communication, etc.).