



each  
is  
of  
solution

of us  
part  
the

**Each of us**

is part of the solution

Let's end mental health stigma together



# [www.eachofus.eu](http://www.eachofus.eu)

## #EACHOFUS

### Qu'est-ce que Each of Us ?

**Each of us** est une campagne contre la stigmatisation et la discrimination organisée par [Mental Health Europe](#). L'objectif principal de cette campagne est de sensibiliser aux questions de santé mentale. Each of Us veut montrer que les problèmes de santé mentale sont plus répandus qu'on ne le croit et que chacun d'entre nous (each of us) peut aider à trouver une solution pour changer les mentalités et mettre fin à la stigmatisation et à la discrimination dont souffrent les personnes ayant des problèmes de santé mentale.

- **Une personne sur quatre** connaîtra un problème de santé mentale au cours de sa vie.
- **Un adolescent sur cinq** en Europe rencontre au moins un problème psychologique chaque année.
- **Les trois quarts** des entreprises européennes signalent la présence d'au moins un risque psychosocial sur le lieu de travail.

Les chiffres parlent d'eux-mêmes : la santé mentale est un problème de santé publique et un enjeu économique et social majeur, qui concerne des millions d'Européens aujourd'hui et tout au long de leur vie.

### Pourquoi une campagne contre la stigmatisation ?

Bien que la sensibilisation aux questions de santé mentale ait progressé durant la dernière décennie, les personnes souffrant de problèmes de santé mentale continuent à subir une stigmatisation et une discrimination inacceptables. Cela est dû surtout à la perception sociale de ces problèmes et aux stéréotypes négatifs dominants. Les idées fausses sur les personnes ayant des problèmes de santé mentale continuent à prévaloir, non seulement dans les médias mais aussi à la télévision, dans les milieux professionnels et scolaires ainsi que dans le secteur de la santé, principalement par manque de connaissance et de sensibilisation.

Les campagnes contre la stigmatisation ciblant des groupes spécifiques et menées au niveau local, régional et national aident à sensibiliser et à combattre les idées fausses et les stéréotypes. Il faut faire cesser la stigmatisation et la discrimination, parce que ceux qui souffrent de problèmes de santé mentale sont discriminés dans leur vie quotidienne, n'ont pas accès à certains biens et services ou sont traités de manière injuste, mais aussi parce que la stigmatisation peut réduire la volonté des décideurs d'investir dans la santé mentale.

### A qui s'adresse-t-elle ?

Cette campagne vise les décideurs, les jeunes, les employés et le grand public et a pour but de les sensibiliser et de mettre fin à la stigmatisation des problèmes de santé mentale.