

# MindDay renforce son capital pour lever le tabou de la santé mentale en entreprises

*La jeune pousse MindDay - acteur de la prévention et du bien-être en entreprise - annonce une levée en pré-seed de 2 millions d'euros. L'opération, réalisée auprès d'XAnge, via son fonds Mutuelles Impact et de business angels, vise à renforcer les effectifs de l'entreprise pour assurer son déploiement dès la rentrée.*

Temps de lecture : minute

---

9 juillet 2021

Rester confiné chez soi, limiter ses sorties à 10 km, télétravailler dans 15m<sup>2</sup>. La santé mentale des Français et des Françaises a été mise à rude épreuve cette année. Le baromètre réalisé par Diffusis France pour Upfeelo.io le confirme puisque 63% des salariés estiment que la crise a eu une incidence sur leur santé mentale. "*Pendant le confinement, les séances n'ont pas diminué, bien au contraire, d'anciens patients sont revenus et de nouveaux sont arrivés*" , constate également Hervé Montès, psychiatre et cofondateur de [MindDay](#). Et toujours selon la même étude, l'entreprise a un rôle déterminant à jouer pour assurer le bien-être de ses équipes pour 76% des répondants.

Parmi les solutions récemment lancées sur ce segment on trouve MindDay, une application créée par cinq entrepreneurs, psychiatre et coach - Jean-Baptiste Théard, Paul Vigneau, Hervé Montès, Frédérique Tofani et Boris Pourreau. La jeune pousse, lancée en avril 2021, vient de lever 2 millions d'euros auprès d'XAnge via son fonds Mutuelles Impact et de business angels, afin de renforcer ses effectifs et partir à la conquête

de son marché dès le mois de septembre. La solution sera proposée sous forme d'abonnement aux entreprises mais MindDay entend également s'appuyer sur les 45 mutuelles du fonds Mutuelles Impact pour pénétrer ce marché.

## Intervenir rapidement

Une fois passées la porte d'entrée de l'entreprise, on endosse le rôle de salarié. Mais changer de costume et mettre un masque ne suffit pas à faire disparaître les difficultés personnelles ou professionnelles que l'on peut rencontrer. Dans ces périodes de questionnement ou de doute, avoir un psychologue, un psychiatre ou un coach à ses côtés se révèle parfois pratique et même déterminant. C'est ce que propose MindDay avec son application qui connecte des salariés à ces professionnels en fonction de leurs besoins.



À lire aussi

## Ces startups qui vous aident à vous sentir mieux au travail

L'utilisation de l'application est gratuite et entièrement anonyme. Une fois son attente exprimée, un Minder (psychologue, psychiatre ou coach) est désigné pour suivre le salarié tout le long de son parcours. Aujourd'hui, le pool d'experts compte une quarantaine de professionnels et thérapeutes triés sur le volet par les fondateurs. Mais si un besoin particulier et ponctuel se fait sentir, un expert externe - coach sportif ou nutritionniste, par exemple - peut aussi être associé au travail.

En complément de cet accompagnement, des exercices et des outils sont proposés aux utilisateurs. *"Nous avons identifié 80 problématiques et développé des parcours particuliers pour chacune d'elles qui se divisent en trois items : comprendre, agir, mettre en action"* , résume Boris Pourreau. Ce qui permet aux salariés de renforcer le travail effectué avec les professionnels entre deux échanges.

## La tech pourrait faire tomber des barrières

*"Dire qu'on va voir un psy possède encore une connotation négative"* , reconnaît Boris Pourreau. Mais au sein des quelques entreprises où la solution est en test, les premiers résultats sont plutôt encourageants. *"Pour l'instant, nous avons déployé notre solution dans quelques sociétés seulement mais nous notons déjà que 60% des salariés l'utilisent et que 90% des utilisateurs n'avaient jamais consulté auparavant"* , se réjouit Boris Pourreau.

La tech serait-il aussi une manière de rendre l'accompagnement plus accessible ? *"C'est sans doute plus confortable d'être dans un lieu rassurant, sur son canapé quand on consulte. Il y a aussi cette idée que c'est moins engageant car on ne se rend pas chez quelqu'un"* , analyse Boris Pourreau. *"C'est aussi un moyen de démocratiser l'accès à un coach"*

*ou un psy, en raison du prix qui est payé par l'employeur mais aussi de la distance. J'ai des patients qui font plusieurs dizaines de kilomètres pour venir me voir. La visio permet de gagner du temps" , rapporte Hervé Montès, sans que cela n'altère la qualité des soins. "Nous avons testé la visio pendant le confinement et contrairement à mes a priori, cela fonctionne très bien. C'est aussi un challenge pour les professionnels, psychiatres ou coachs, d'imaginer des choses pour développer encore les expériences à distance" .*

## Prévenir plutôt que guérir

La pandémie a joué un rôle d'accélérateur de tendance et de catalyseur sur des sujets parfois dans l'ombre. *"La pandémie a permis de lever un tabou. Les managers commencent à comprendre qu'un salarié doit posséder des compétences techniques mais aussi émotionnelles. S'il panique à l'idée de prendre une décision ou faire une erreur, ça ne marchera pas , prend comme exemple Hervé Montès. Il faut accompagner les salariés pour les aider à améliorer leurs compétences psychosociales."* Car ce sont des points essentiels pour résister aux changements.



À lire aussi

QVT : les startups, en panne de flexibilité ?

Cette approche rejoint le courant de la psychologie positive qui consiste à *"entretenir un état de bien-être"* plutôt que d'attendre un problème pour aller voir un psy. Le coach devient alors un accompagnateur momentanée qui facilite le passage d'étapes particulières. *"C'est un accompagnement qui se réalise pendant un temps donné. On apprend à planifier des actions, à accepter son anxiété, à gérer sa charge mentale, etc."* , explique Hervé Montès. *"Il n'y a pas de petit sujet, on peut vraiment venir parler de tout. Au contraire même, un petit sujet est idéal car cela permet de le traiter le plus tôt possible"* , ajoute Boris Pourreau.

MindDay finalise actuellement son produit et s'apprête à recruter une quinzaine de personnes afin de le déployer à la rentrée dans la société.

---

Article écrit par Anne Taffin