

10 startups qui prennent soin de la santé mentale des salariés

Avec la pandémie de Covid-19 et le télétravail imposé, les solutions pour prendre soin de la santé mentale des salariés en entreprise ont explosé. Maddyness a sélectionné 10 jeunes pousses qui promettent de contribuer au bien-être des collaborateurs et collaboratrices. Une liste non-exhaustive.

Temps de lecture : minute

29 septembre 2021

Mise à jour d'un article initialement publié le 20 juillet 2021

MonMartin mise sur la prévention

Créée en 2017, la startup MonMartin préfère faire dans la prévention plutôt que dans la réaction. L'entreprise propose aux entreprises un programme annuel pour maintenir la bonne santé de leurs équipes. Celui-ci s'appuie sur trois piliers : le nutritionnel, l'émotionnel et le corporel, déclinés en 50 sujets comme le sommeil, le petit-déjeuner ou encore la bonne posture à avoir au bureau. Chaque mois, un nouveau thème est exploré. Les parcours, qui comprennent des ateliers collectifs d'une heure et des vidéos e-learning, sont développés par des naturopathes, des ostéopathes et des sophrologues. En 2020, la jeune pousse affirmait avoir déjà suivi 130 000 salariés, appartenant à des groupes comme Crédit Agricole, Carrefour Market, BNP Paribas ou encore la SNCF.

Upfeel, une formation validée

scientifiquement

Née en temps de pandémie, Upfeel se propose, comme son nom l'indique, d'aider les salariés à se sentir mieux. La startup a mis en place une plateforme de développement émotionnel des collaborateurs et collaboratrices. Elle propose un programme de formation, validé scientifiquement, qui s'articule autour de trois briques. Upfeel Us développe des séances collectives pour recréer du lien entre les équipes. Upfeel Me se présente sous la forme d'une plateforme e-learning qui met à disposition des séries vidéos pour aider les salariés à développer leurs compétences émotionnelles. Enfin, Upfeel 1+1 est un accompagnement individuel à la carte, réalisé par des coachs et experts pour creuser et comprendre ce qui se joue derrière les émotions.

Moka.care, une app co-construite avec des thérapeutes

Lancée en 2020, la startup Moka.care a développé une solution en collaboration avec des psychologues, coachs et thérapeutes pour proposer un accompagnement confidentiel des employés de ses entreprises clientes. Parce qu'un salarié heureux est aussi un salarié productif, la jeune pousse propose aux entreprises de mettre leurs salariés en relation avec des psychologues ou des coachs s'ils en ressentent le besoin. Les premiers rendez-vous sont financés par l'entreprise en toute confidentialité, les noms des employés ne sont pas dévoilés. La société travaille déjà avec des sociétés comme Qonto, Spendesk ou Castalie.



À lire aussi

Santé mentale : le boom des solutions pour prendre soin des salariés

Teale, la tech au service de la santé mentale

Officiellement lancé en janvier 2021, et incubé à Station F, Teale entend mettre la technologie et la data au service de la thérapie pour permettre aux collaborateurs de prendre soin de leur santé mentale au quotidien. Sous forme d'application mobile, elle propose aux collaboratrices et collaborateurs de dresser un bilan de son état en répondant à un questionnaire. Ensuite, l'idée est d'agir en réaction à ces résultats, soit en suivant un programme de thérapie digitale, soit en rencontrant le thérapeute de son choix.

MindDay, des outils et contenus bons pour le moral

De son côté, MindDay, qui a vu le jour en 2021, affiche déjà volonté de proposer un accompagnement personnalisé ainsi que l'accès à des

ressources, outils et contenus pour prendre soin de son moral au quotidien. L'entreprise a développé une plateforme qui permet aux salariés qui le souhaitent de demander un coup de pouce pour relever des défis personnels ou professionnels avec un coach ou un psychologue. Le concept est simple : l'employé s'inscrit sur la plateforme, répond à un questionnaire qui permet à MindDay de trouver le professionnel qui l'aidera au mieux. En plus des échanges avec ce professionnel, il bénéficiera d'exercices à réaliser et d'outils à utiliser pour atteindre ses objectifs.

Supermood mesure la satisfaction des collaborateurs

Lancée en 2015, Supermood est une solution SaaS de monitoring de la qualité de vie au travail à destination des départements RH et du management. Elle se présente comme une "*solution d'enquêtes intelligentes adaptées à vos transformations*", grâce à des "*algorithmes qui transforment les avis (...) de vos employés en levier d'innovation et de compétitivité*". La plateforme permet de suivre l'engagement des collaborateurs et collaboratrices, de créer une culture du feedback et de booster la reconnaissance au sein des équipes. De quoi changer les choses en profondeur dans sa culture d'entreprise.

WittyFit, le relai des mécontentements et des solutions

Élaborée en 2015, Wittyfit est une solution de mesure de la qualité de vie au travail créée par Thomas Cornet et Samuel Dewavrin, en partenariat avec le CHU de Clermont Ferrand, et le professeur Frédéric Dutheil, Chef de service Médecine du Travail au même CHU et chercheur au CNRS. Concrètement, l'idée de la plateforme est d'agir en intermédiaire pour faire remonter les mécontentements et envies de salariés d'une

entreprise - de manière anonyme -, de récolter des propositions d'amélioration adaptées à chaque situation et d'en mesurer les effets concrets une fois appliquées. La jeune pousse revendique 60 sociétés clientes et 100 000 utilisateurs et utilisatrices.



À lire aussi

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

Moodwork mise sur un accompagnement personnalisé

Créée par deux anciens étudiants de l'EM Lyon, Léopold Denis et Benjamin Brion, la startup MoodWork offre une solution spécialisée dans la qualité de vie au travail et la prévention des risques psycho-sociaux (RPS). Comme pour Teale et MindDay, l'idée est de proposer aux salariés d'auto-évaluer leur état mental en répondant à un questionnaire, validé par un comité scientifique. Et si le service propose des outils en ligne comme des fiches conseils, conférences et programme d'e-learning, elle peut aussi mettre en place un accompagnement personnalisé pour les

salariés qui en ont besoin.

La startup a mis sa solution à disposition des soignants gratuitement pendant la période crise sanitaire. Cela a fait exploser la demande - 15 000 nouveaux adhérents -. Les cofondateurs ont donc décidé de doubler leurs équipes de psychologues (de 10 à 20), précise [un article de Capital](#). La startup cherche aujourd'hui à renforcer son équipe de docteurs en psychologie pour améliorer sa solution et veut mettre le cap à l'international.

Ipesland, la réalité virtuelle qui vient en aide aux salariés

Pour aider les salariés à gérer le stress et les contraintes au travail, [Ipesland](#) développe un programme de prévention réalisé grâce à une application en réalité virtuelle et supervisé par un coach certifié. Cette formation hybride de deux mois se donne pour objectif de développer la pleine conscience pour changer les comportements en anticipant mieux le stress.

L'application permet au salarié d'effectuer des exercices pour mieux appréhender les situations stressantes. Le coach analyse les comportements de ce dernier et le conseille de manière personnalisée. Cette formation est ponctuée de questionnaires qui visent à "éveiller" l'employé sur la gestion de son énergie.

Prevana cartographie les risques pour mieux les anticiper

Développée par Anamnèse, une plateforme de e-santé créée à Polytechnique, [Prevana](#) se présente comme une plateforme collaborative de prévention santé en entreprise. L'idée est d'interroger les employés,

dans le respect du secret médical, pour faire remonter en temps réel aux entreprises les alertes ou évaluer sur le long terme l'impact des politiques de prévention des risques psychosociaux (stress, autonomie, burn-out...).

Le questionnaire utilisé est basé sur le COPSQ (Copenhagen Psychosocial Questionnaire) -un outil validé scientifiquement dans plus de 40 pays. Il permet d'établir une cartographie des entreprises, que ce soit au global, par service, par tranche d'âge ou type de poste, selon six échelles : santé et Bien-être, vécu professionnel, contraintes quantitatives, organisations et leadership, relations horizontales et autonomie.

Cet article fait partie d'un dossier consacré à la santé mentale. Détresse psychologique, chief happiness officer et solutions innovantes : Maddyness dresse l'état des lieux d'un sujet qui a longtemps été tabou au sein des entreprises, mais qui a resurgi avec la pandémie, les confinements et le télétravail obligatoire.

Retrouvez les autres articles de la série :

1. [Chief happiness officer, un métier raillé qui continue de se chercher](#)
2. [Santé mentale : le boom des solutions pour prendre soin des salariés](#)
3. [" La pandémie a libéré la parole sur la santé mentale dans l'entreprise "](#)
_

Article écrit par Heloïse Pons