



Lancement de l'ASSMT – Une révolution pour la santé mentale au travail en Suisse

Bogis-Bossey, le 5 décembre 2024 – L'Association Suisse pour la Santé Mentale au Travail (ASSMT) se donne pour mission d'offrir un soutien rapide, accessible et indépendant aux personnes en souffrance au travail en Suisse. Cette initiative unique, totalement indépendante des employeurs, s'adresse à toutes les personnes actives : salariés, indépendants, sportifs de haut niveau, chômeurs, artistes, et bien d'autres.

« Nous savions que la souffrance au travail est une réalité en Suisse, et le rapport publié en mai dernier par l'OFS en a révélé des dimensions particulièrement inquiétantes. Par exemple, plus de la moitié des personnes actives en Suisse sont confrontées à au moins trois facteurs de risques psychosociaux sur leur lieu de travail, comme une cadence élevée, un niveau de stress important et de la violence verbale. C'est vertigineux ! Il reste encore beaucoup à faire en matière de prévention, mais aussi pour accompagner les personnes en souffrance. Dans ce contexte, démocratiser l'accès à des consultations spécialisées en santé mentale au travail est une urgence de santé publique, et c'est l'objectif de l'ASSMT. Nous devons agir vite ! Trop de gens souffrent, et cela coûte très cher, tant aux entreprises qu'à la société toute entière », déclare Jeanne Habashi, psychologue FSP, co-fondatrice et présidente de l'ASSMT.

Un soutien accessible et indépendant

L'ASSMT se démarque par son modèle innovant et inclusif, conçu pour répondre aux besoins réels des professionnels en souffrance :

- **Une prise en charge** rapide, sérieuse, confidentielle et entièrement en ligne, offrant flexibilité et discrétion, sans les contraintes des déplacements ou des démarches administratives.
- **Un réseau d'intervenants spécialisés** en santé mentale au travail, composé de psychologues du travail accrédités FSP et de coachs certifiés ICF, totalement indépendants des employeurs. Ils garantissent un accompagnement neutre, bienveillant et hautement professionnel.
- **Un tarif adapté à chacun** : avec des consultations accessibles à partir de 25 CHF, l'ASSMT s'assure que personne ne renonce à demander de l'aide pour des raisons financières.

« ASSMT s'adresse à toutes les réalités professionnelles », explique Dorothée Berg, coach ICF et co-fondatrice. « *Salarié, entrepreneur, artiste ou sportif, chacun trouve ici un soutien adapté à ses défis.* »

Un modèle innovant et non lucratif

En tant qu'association à but non lucratif, l'ASSMT est financée par des cotisations et des dons. Chaque contribution permet de financer des consultations de qualité.

Les particuliers comme les entreprises peuvent démontrer leur engagement sociétal grâce à des cotisations adaptées selon un barème allant de :

- **Minimum 45 CHF** pour les étudiants, AVS et chômeurs (finançant 15 minutes de consultation).
- **Maximum 2 340 CHF** pour les entreprises de plus de 1 000 salariés (finançant 13 consultations pour leurs salariés ou d'autres actifs).

Ce modèle crée une chaîne de solidarité concrète où chaque contribution a un impact tangible.

Un appel à l'action : Ensemble, permettons à chacun de "bien être" au travail

L'ASSMT invite tous les acteurs – médias, entreprises et particuliers – à la rejoindre pour bâtir un avenir où le travail est source d'épanouissement.

« *Le travail nourrit les âmes nobles* », rappelle Dorothée Berg, citant Sénèque.

Un kit de secours pour agir vite et bien

Pour accompagner cette mission, l'ASSMT publie un guide pratique : "**Risques Psychosociaux : le kit de secours**", co-écrit par ses fondatrices. Cet ouvrage, basé sur la réalité de la souffrance au travail en Suisse, propose des outils et des stratégies pour gérer les défis psychosociaux au travail. Disponible sur Amazon.fr, il s'adresse autant aux individus en souffrance qu'à l'encadrement (managers, responsables des ressources humaines, dirigeants...).

À propos de l'ASSMT

L'Association Suisse de Santé Mentale au Travail est une association à but non lucratif dédiée à démocratiser l'accès aux consultations en santé mentale au travail en Suisse. En s'appuyant sur un réseau de professionnels certifiés et un modèle solidaire, l'ASSMT propose un accompagnement accessible, indépendant et adapté à tous.

Pour toute demande d'interview ou de soutien :

Jeanne Habashi – 078 441 40 81

Dorothée Berg – 079 93 24 59 80

contact@assmt.ch

www.assmt.ch

Ensemble, faisons de la santé mentale au travail une priorité en Suisse.