fondation -fondamental.org
Innover pour vaincre les maladies mentales

Communiqué de presse
Paris, le 7 avril 2026

La Fondation FondaMental lance *Before Anyone Else* (BAE), une application mobile gratuite de prévention du suicide pour les jeunes

Le 7 avril 2026, à l'occasion de la Journée mondiale de la santé, la Fondation FondaMental annonce le lancement de BAE, une application mobile gratuite destinée aux jeunes de 12 à 17 ans confrontés à des idées ou comportements suicidaires.

Développée par la Fondation FondaMental avec le CHU de Montpellier (Pr. Philippe Courtet), l'INSERM (Dr. Margot Morgiève), le CHU Robert Debré (Dr. Vincent Trebossen), avec le soutien de l'association ASMA (Dr. David Soffer) et de la Région Île-de-France dans le cadre d'une Question d'Intérêt Majeur sur la santé mentale des jeunes, l'application permet aux adolescents de suivre leur état émotionnel et de construire, avec leurs proches, un plan d'action concret pour mieux gérer les moments difficiles.

Depuis la pandémie, la Fondation FondaMental alerte sur la **détérioration persistante de la santé mentale des jeunes**, marquée par des niveaux élevés d'anxiété, de dépression et de pensées suicidaires. Grâce au **soutien de la Région Île-de-France**, elle a développé, dans le cadre d'une Question d'Intérêt Majeur, un **ensemble d'outils concrets pour aider les jeunes Franciliens** confrontés à ces difficultés, comme MyMood ou la plateforme LENA.

Une application conçue par des experts, avec et pour les jeunes

Avec **BAE**, la Fondation franchit une nouvelle étape en proposant une **application gratuite pour aider les adolescents confrontés à des idées suicidaires** à mieux comprendre leur état émotionnel, à identifier les signes d'alerte et à mobiliser rapidement leurs proches ou leurs soignants en cas de crise. L'application **complète l'accompagnement médical et psychologique existant,** offrant un **soutien concret et accessible au quotidien**.

BAE a été développée par une **équipe pluridisciplinaire composée de psychiatres, psychologues, sociologues, en collaboration avec des jeunes ayant vécu des idées ou comportements suicidaires,** et sous l'impulsion de **Philippe Courtet,** professeur de psychiatrie à l'Université de Montpellier et chercheur à la Fondation FondaMental.

Un dispositif sécurisé pour renforcer le lien adolescent–parents–soignants

BAE permet à l'adolescent de **suivre son état au quotidien** et de **constituer un plan de vigilance** en collaboration avec ses parents et son médecin.

L'application repose sur une triade de profils connectés : **l'adolescent, le parent et, si nécessaire, le professionnel de santé**. Chaque utilisateur peut suivre et partager des informations de manière contrôlée et sécurisée, **renforçant ainsi le dialogue et le**

soutien familial et médical. L'adolescent peut **décider, à chaque étape, ce qu'il souhaite partager** avec son entourage de confiance.

Un plan d'action sur-mesure pour affronter les moments difficiles

Lors de son inscription, l'adolescent est invité à remplir son espace personnel pour **identifier ses signaux d'alerte** (déclencheurs, pensées ou émotions à risque…), choisir ses **personnes de confiance**, et organiser un **plan d'action en lien avec ses parents et son médecin** incluant stratégies de régulation émotionnelle, traitements, mais aussi des films, musiques ou lieux rassurants pour lui.

L'application offre plusieurs fonctionnalités :

- **Des auto-évaluations quotidiennes et spontanées** permettant de mesurer l'état émotionnel de l'utilisateur et de détecter des signes de détresse.
- **Une liste de projets personnels** pour noter ses projets motivants et garder une trace de ses activités positives.
- **Un plan d'action personnalisé** avec six modules interactifs : contacter un proche, exercices de relaxation, souvenirs positifs, lieux rassurants, musique et films/séries favoris.
- **Un accès rapide à l'aide** : un bouton « J'ai besoin d'aide » permet de contacter rapidement ses proches ou les services d'urgence (3114 ou SAMU).
- **Un journal** pour permettre à l'utilisateur d'écrire librement ses pensées, émotions et expériences quotidiennes

Important : **BAE ne remplace pas un suivi médical ou psychologique**. Les réponses de l'application ne sont pas analysées en temps réel par un professionnel de santé. En cas de détresse, il est recommandé de **contacter immédiatement le 3114.**

Télécharger BAE sur iOS

Télécharger BAE sur Android



« Avec BAE, nous voulons rappeler à chaque jeune qu'il n'est jamais seul face à ses difficultés. L'application a été pensée avec eux, pour leur donner des repères simples et immédiats, les aider à mobiliser leurs proches et leur offrir un soutien concret, au quotidien comme dans les moments de crise. »

Philippe Courtet, professeur de psychiatrie à l'Université de Montpellier, responsable du service Urgences et Post-urgences psychiatriques au CHU de Montpellier, Président de la section de suicidologie de l'European Psychiatric Association (EPA) et chercheur à la Fondation FondaMental



« La santé mentale des jeunes est un enjeu majeur pour notre société. Avec BAE, la Région Île-de-France soutient une solution concrète, innovante et accessible, qui permet d'accompagner les adolescents dans les moments de fragilité et de renforcer le lien avec leurs proches et les professionnels de santé. Fidèle à son engagement en faveur du bien-être des jeunes Franciliens, la Région agit pour faire émerger des outils utiles, construits avec les experts et adaptés aux besoins du terrain. »

Valérie Pécresse, Présidente de la Région Île-de-France



« Le lancement de BAE illustre pleinement notre engagement, aux côtés de la Région Île-de-France, à proposer des solutions concrètes et innovantes pour répondre aux enjeux de la santé mentale des jeunes. »

Marion Leboyer, Professeure de psychiatrie à l'Université Paris Est Créteil, Directeur adjoint du Département de psychiatrie et addictologie des Hôpitaux universitaires Henri Mondor, Directrice du laboratoire INSERM de psychiatrie translationnelle (U955) et Directrice générale de la Fondation FondaMental

La Région Île-de-France et les jeunes

La Région Île-de-France agit de manière résolue en faveur des jeunes, en investissant dans leur santé, leur bien-être et leur avenir. Au-delà de son engagement pour la santé mentale, elle déploie des politiques ambitieuses en matière d'orientation, de logement, d'emploi, de transports et de lutte contre les inégalités. En accompagnant les jeunes Franciliens à chaque étape de leur parcours, la Région affirme sa volonté de construire avec eux un territoire plus solidaire, plus inclusif et plus innovant.

La Fondation FondaMental : innover pour vaincre les maladies mentales

Créée en 2007 à l'initiative du ministère de la Recherche, et dédiée à la coopération scientifique dans le domaine des maladies mentales sévères, la Fondation FondaMental a pour missions : de faire avancer la recherche de pointe, d'innover en matière de diagnostic et de suivi, de former les professionnels, d'informer le public et de fédérer les différents acteurs du secteur de la psychiatrie.

Elle concentre ses efforts sur la schizophrénie, les troubles bipolaires, la dépression résistante et les troubles du spectre de l'autisme pour proposer des réponses porteuses d'espoirs à la communauté scientifique et médicale, aux patients et à leurs proches.

La Fondation FondaMental s'appuie sur des financements à la fois publics et privés pour faire rayonner et partager l'état des connaissances françaises à l'international, parvenir rapidement à des résultats significatifs et vaincre les maladies.

Retrouvez nos résultats sur www.fondation-fondamental.org

Pour continuer à faire avancer la recherche en psychiatrie, faites un don à la Fondation FondaMental : Faire un don | Nous soutenir | Fondation FondaMental

Contact Presse :
Mathilde Couderc – mathilde.couderc@agence-constance.fr – 07 57 68 30 62