

En 2026

# Trois nouveaux experts rejoignent les réseaux sociaux de **PSYCHOLOGIES**



**Christophe André**, psychiatre, **Delphine Py**, psychologue et **Claire Petin**, psychologue, incarnent leurs chroniques sur les réseaux sociaux.

## La santé mentale, désignée Grande Cause nationale 2025, est prolongée en 2026 !

Comme tous les ans, 2026 sera pour la marque Psychologies l'année de la santé mentale. Au cœur de son ADN éditorial, elle l'aborde de manière pratique, pédagogique et inspirante, que ce soit dans le magazine, sur son site web ou via ses réseaux sociaux. La marque **Psychologies** accompagne ainsi ses lectrices afin d'éclairer les enjeux de la santé mentale et de favoriser une meilleure connaissance de soi pour mieux vivre. Dans ce contexte, Psychologies renforce ses prises de parole autour de la santé mentale, notamment sur le digital, et s'associe avec Hellocare pour développer MonPsy, une plateforme 100% dédiée à la santé mentale. **MonPsy** facilite l'accès aux soins psychologiques tout en permettant aux professionnels de gérer leur activité.

## Nouveaux formats et experts sur les réseaux sociaux

En 2026, Psychologies innove sur les réseaux sociaux avec de nouveaux formats incarnés par des experts :

**La chronique de Christophe André** propose un rendez-vous tous les 15 jours avec le psychiatre, auteur d'ouvrages\* et chroniqueur du magazine. La première vidéo est consacrée au trouble de l'attention à autrui (TAA) et la prochaine sera diffusée le 21 janvier.

**La parole des psychologues** se poursuit avec **Delphine Py**, psychologue, autrice d'ouvrages et chroniqueuse dans le magazine\*\*, et **Claire Petin**, psychologue clinicienne, psychothérapeute et chroniqueuse sur Psychologies.com, qui interviennent également sur les réseaux sociaux pour partager leur expertise et analyser les sujets d'actualité liés à la santé mentale.

19  
JANVIER

À l'occasion du **Blue Monday**, la journée du 19 janvier, considérée comme la plus déprimante de l'année, le site Psychologies.com et ses réseaux sociaux proposent **un contenu éditorial dédié** pour mieux comprendre, relativiser et agir.

La rédaction décrypte ce phénomène et s'interroge avec l'appui d'experts : « Comment savoir si vous êtes en dépression ou s'il s'agit simplement du Blue Monday ? Cette journée est-elle un mythe ou une réalité scientifique ? » Elle apporte aussi les clés pour découvrir des pratiques thérapeutiques reconnues pour faire face à la déprime hivernale et trouver un psychologue adapté à ses besoins.

Au programme : articles, stories et posts pour se sentir bien en ce Blue Monday... et tout au long de l'année !



\* S'aimer et s'oublier (Odile Jacob, 2024) et Vivre avec, vivre après (avec Clotilde Brami et Violaine Forissier, L'Iconoclaste, Prix de la rédaction 2025), chronique « Le regard de Christophe André » dans le magazine Psychologies.

\*\* Autrice du Guide de la santé mentale (Marabout), chronique « Dans la tête des ados » dans le magazine Psychologies.

Psychologies, la marque qui aide les lectrices à trouver leur chemin vers leur bonheur. Une marque « féminine premium » référente dans le domaine du bien-être qui regroupe chaque mois à travers l'ensemble de ses supports, print et digitaux, 2,2 millions\* de Français et notamment 771 K lectrices exclusives.