



## Les « Instants santé jeunes », le coaching de la MSA pour accompagner l'autonomie des jeunes

Communiqué de presse  
16/04/2025

L'entrée dans l'âge adulte marque une étape clé, synonyme d'autonomie, de changements profonds et parfois de questionnements, notamment en matière de santé et de bien-être. Consciente des besoins spécifiques de ses jeunes adhérents dans cette période charnière, la MSA s'engage à leurs côtés en portant un dispositif gratuit et innovant : les « Instants santé jeunes ».

Ouverts à l'ensemble des adhérents MSA de 16 à 24 ans, ces rendez-vous ont pour objectif d'accompagner les jeunes afin de les aider à devenir acteurs de leur santé, en leur offrant conseils, écoute et repères adaptés à cette nouvelle étape de vie.

➔ Rendez-vous dès à présent sur <https://isjeunes.msa.fr/> pour profiter des « Instants santé jeunes » de la MSA.

**Le concept ?** Les jeunes répondent à un auto-questionnaire, puis réalisent un entretien personnalisé de 30 minutes à distance, avec un coach santé (un infirmier, une diététicienne, une sage-femme... formés en santé publique et prévention) pour faire le plein de conseils. A l'issue de l'entretien, chaque jeune se voit remettre un chèque sport de 30 euros.



**94,5 % des participants déclarent avoir l'intention de mettre en application les conseils et recommandations discutés en entretien.**

Les « Instants santé jeunes » représentent un soutien et un repère de confiance. Le point fort du dispositif ? Son utilité concrète : 90 % des participants déclarent avoir appris de nouvelles informations sur leur santé au cours de l'entretien, 95 % des assurés déclarent avoir l'intention de mettre en application les conseils et recommandations discutés en entretien et 91 % des assurés déclarent que leur motivation pour prendre en charge leur santé a été renforcée.

### Un projet labélisé « Grande cause nationale, Parlons santé mentale ! »

Les Instants santé jeunes de la MSA sont l'occasion d'aborder des thématiques diverses, qui ont toutes un impact sur la santé mentale : **vie affective et sexuelle, addictions, sommeil, activité physique, gestion du stress, image de soi, rapport aux écrans, alimentation...** Le dispositif est ainsi labélisé « Grande cause nationale : Parlons santé mentale » par le gouvernement.

### A propos de la MSA :

Avec 32,5 milliards de prestations versées à 5,1 millions de bénéficiaires, la MSA, deuxième régime de protection sociale en France. Elle assure la couverture sociale de l'ensemble de la population agricole - exploitants, salariés (d'exploitations, entreprises, coopératives et organismes professionnels agricoles), employeurs de main-d'œuvre - et des ayants droit. Grâce à son organisation en guichet unique, la MSA accompagne ses ressortissants tout au long de leur vie et leur offre une protection sociale globale en versant toutes les prestations auxquelles ils peuvent prétendre en matière de santé, famille, retraite, accident du travail et maladie professionnelle. Particulièrement engagée sur les territoires, la MSA développe de nombreuses actions complémentaires à ses missions de service public, au plus près des populations rurales. Toute l'année, les 12 978 élus-bénévoles et les 14 700 salariés de la MSA contribuent ainsi par leurs efforts au développement de la solidarité, du dynamisme et de l'attractivité des territoires ruraux.

**MSA Caisse Centrale / Direction de la communication et des affaires publiques / Relations Presse**

Géraldine Vieuille | Elora Bayon

@msa\_actu

19 Rue de Paris – CS50070

[presse@ccmsa.msa.fr](mailto:presse@ccmsa.msa.fr)

93013 Bobigny Cedex