

# LA JAUNE & LA ROUGE

Février 2026 - N° 812 8€



DOSSIER

## SANTÉ MENTALE

DÉSTIGMATISER ET AGIR

PAGE 40



DOSSIER DU MOIS

# SANTÉ MENTALE

À RETROUVER PAGE 40





LE MOT DU PRÉSIDENT  
par Loïc Rocard (X91)  
PAGE 5



## DOSSIER

### SANTÉ MENTALE

Dossier coordonné  
par Guillaume Couillard (X99)

PAGE 40

PAGE 41 / Santé mentale : une prise de conscience  
par Guillaume Couillard (X99)

PAGE 42 / La santé mentale en France en 2025 :  
sortons des idées reçues !  
par Bruno Falissard (X82)

PAGE 45 / Burn-out : apprendre à tomber  
pour mieux se relever  
entretien avec Fanny Mikol (X99)  
par Guillaume Couillard (X99)

PAGE 48 / « Le plus dur, c'est le sentiment  
de ne pas mériter de vivre. »  
Rencontre avec un camarade bipolaire  
interview de Philippe Grand (X75)  
par Alix Verdet



## VIE DE L'ASSOCIATION

PAGE 6 /  
**AX CARRIÈRES**  
Parcours métier :  
la fonction bénévole  
de juge consulaire  
par Isabelle Tanchou (X80)

PAGE 8 /  
Nouvelles de l'association

PAGE 10 /  
**APPEL  
À CANDIDATURES**  
pour le conseil d'administration  
de l'AX  
par Camille Laborie

PAGE 96 /  
Carnet professionnel  
et carnet polytechnicien

## NOUVELLES DU PLATÂL

PAGE 11 /  
ASK, accueil des EIX  
non francophones et JSP :  
**SOLIDARITÉ  
ET SPORT À L'X**  
par Yahya El Karkouri (X24)

PAGE 12 /  
**RENOV'X**  
Restructurer pour innover :  
l'École polytechnique à la croisée  
des sciences et des cultures  
par Laura Chaubard (X99)

PAGE 14 /  
**RENOV'X**  
De la montagne Sainte-Geneviève  
au plateau de Saclay

PAGE 16 /  
**RENOV'X**  
Henry Pottier, l'architecte  
du campus de Polytechnique  
à Palaiseau

PAGE 17 /  
**RENOV'X**  
Les principes du projet  
de transformation

PAGE 22 /  
**RENOV'X**  
Quand le cœur de l'École  
se transforme  
par Julie Chabroux (X01)

PAGE 24 /  
**RENOV'X**  
Le campus de l'École polytechnique :  
un nouvel élan vers l'excellence  
par Thierry Martin

PAGE 26 /  
**XOTA**  
Micro-STEP : une solution  
pour accompagner la décarbonation  
de la planète ?  
par Olivier de Broucker (E21)

PAGE 27 /  
**XOTA**  
Capture directe du CO<sub>2</sub>  
atmosphérique (DAC) :  
nouvelle frontière technologique  
pour la neutralité carbone  
par Wesley Brown de Colstoun (E24)

PAGE 28 /  
**INCUBATEUR X-UP**  
Paolo Mattiuzza, fondateur  
de Brine ACT qui traite  
les déchets liquides industriels

## TRAJECTOIRES

PAGE 30 /  
**10 QUESTIONS À UN  
X ENTREPRENEUR**  
Calmedica : la puissance du SMS  
pour le télé-suivi des patients  
interview d'Alexis Hernot (X91)  
par Géraldine Naja (X82)

PAGE 34 /  
**PORTRAIT**  
Thomas Mulliez (X97),  
l'X qui fait des bulles  
par Jérôme Bastianelli (X90)

PAGE 36 /  
**RENCONTRE**  
Caisse de solidarité de l'AX : une  
tradition d'entraide unique parmi  
les grandes écoles  
interview d'Yves Stierlé (X65)  
et de Dominique Rousselet  
par Alix Verdet

**DIRECTEUR DE LA PUBLICATION:**  
Loïc ROCARD (X91)

**RÉDACTEURS EN CHEF:**  
Alix VERDET  
Pierre SÉGUIN (X73)

**MAQUETTE:**  
Anne BOUVIER

**CORRECTRICE:**  
Catherine AUGÉ

**ÉDITEUR:**  
Association des anciens élèves  
et diplômés de l'École polytechnique  
12, rue de Poitiers, 75007 Paris  
info@ax.polytechnique.org

**COMITÉ ÉDITORIAL:**  
Michel BERRY (X63), président,  
Christian MARBACH (X56),  
président d'honneur,  
René d'AMBRIÈRES (X70),  
Gérard BLANC (X68),  
Philippine BURDEAU (X17),  
Gérard COHEN (X70),  
Hélène CONDAT (X06),  
Pierre COUVEINHES (X70),  
Jérôme de DINECHIN (X84),  
Yahya EL KARKOURI (X24), IKman,  
Hubert JACQUET (X64),  
Marc JOANNY (E.P.),  
Pierre LASZLO,  
Philippe LAURIER (E.P.),  
Guillaume MAGNIEN (X12),  
François Xavier MARTIN (X63),  
Olivier MELLINA-GOTTARDO (X96),  
Géraldine NAJA (X82),  
Olivier PASCAL (X72),  
Sandra PATIÑO (X96),  
Valentin PERROUX (X16),  
Charles-Henri PIN (X56),  
Lia ROCHAT (E23).

**RÉDACTION DE LA JAUNE ET LA ROUGE:**  
12, rue de Poitiers, 75007 Paris  
jaune-rouge@ax.polytechnique.org

**WEBMESTRE:** Anne BOUVIER  
webmestre@lajauneetlarouge.com

**CHARGÉE DE COMMUNICATION  
DIGITALE:** Yasmine AYARI

**ABONNEMENTS, ANNUAIRE,  
COTISATIONS:**  
annuaire@ax.polytechnique.org

**AX CARRIÈRES:**  
Tél. : 06 43 11 91 08  
carrieres@polytechniciens.com

**TARIFS 2026:**  
Prix du numéro : 8 euros  
Abonnement (10 numéros par an) :  
voir bulletin en page 4

**PUBLICITÉ:** FFE – revue-polytechnique.fr  
15, rue des Sablons – 75116 Paris  
Tél. : 01 53 36 20 40

**CONCEPTION:** Philippe ARNO-PONS

**IMPRESSION:** Imprimerie CHIRAT  
744, rue de Sainte-Colombe  
42540 Saint-Just-la-Pendue  
Impression avec des encres végétales

COMMISSION PARITAIRE  
n° 0129 G 84221 – ISSN n° 0021-5554  
TIRAGE : 5 400 exemplaires  
N° 812 – Février 2026

COUVERTURE : © ruangrit19 – Adobe Stock

**PAGE 53** / Santé mentale et outils numériques :  
l'exemple de Singapour  
par *Quitterie Marque (X97)*

**PAGE 57** / Écrans et santé mentale :  
amis ou ennemis ?  
par *Maria Melchior*

**PAGE 60** / Une charte pour la santé mentale  
au travail  
par *Angèle Malâtre-Lansac*

**PAGE 63** / Démarche santé mentale chez Veolia :  
sensibiliser, former et accompagner  
par *Laure Girodet*

**PAGE 64** / Santé mentale à l'X :  
accompagner « des jeunes ordinaires  
aux parcours extraordinaires »  
par *Jennifer Brohan*

**PAGE 67** / Les bonnes pratiques pour garder  
sa santé mentale  
par *Michel Lejoyeux*

**PAGE 70** / ÉtymologiX :  
À propos de la santé mentale  
par *Pierre Avenas (X65)*



## VIE DES ENTREPRISES

**PAGE 71** /  
**LA SANTÉ MENTALE**

*Cahier réalisé par FFE pour le service  
commercial de La Jaune et la Rouge*

**Rendez-vous  
sur le site de  
La Jaune et la Rouge**  
pour accéder aux informations  
complémentaires, réagir  
aux articles et consulter  
les numéros déjà parus.

<http://www.lajauneetlarouge.com>  
webmestre@lajauneetlarouge.com

📧 lajaune\_et\_larouge

📺 la-jaune-et-la-rouge

## EXPRESSIONS

**PAGE 76** /  
**POINT DE VUE**  
L'intelligence artificielle  
en finance d'entreprise :  
gain d'efficacité ou épreuve  
de lucidité ?  
par *Benjamin Forestier*  
et *Olivier Meier*

**PAGE 80** /  
**POINT DE VUE**  
Échanger, témoigner, inspirer :  
la promo 1978 prend la plume  
par le comité éditorial d'Histoires  
d'X78

## ARTS, LETTRES ET SCIENCES

**PAGE 83** /  
Jeux

**PAGE 84** /  
**HISTORIX**  
Aristide Denfert-Rochereau  
(X1842), l'homme de Belfort  
par *Jacques André Lesnard*

**PAGE 88** /  
Musique en images  
par *Marc Darmon (X83)*

**PAGE 89** /  
Discographie  
par *Jean Salmona (X56)*

**PAGE 90** /  
Cinéma  
par *Christian Jeanbrau (X63)*

**PAGE 92** /  
Livres

**PAGE 95** /  
Les petits papiers  
par *Hubert Lévy-Lambert (X53)*