

Semaines d'information SUR la santé mentale

en Grand Libournais

Du vendredi 8 au vendredi 29 octobre 2021

"Discrimination et santé mentale, et si on en parlait ?"

6 MANIFESTATIONS GRATUITES

Accès dans la limite des places disponibles

Pass sanitaire obligatoire

Une action du Conseil Local de Santé Mentale



En partenariat avec :



Pour tout renseignement sur la programmation : cls@grandlibournais.eu

CONTEXTE : DE QUOI PARLONS-NOUS ?

Nous avons tous une santé mentale au même titre qu'une santé physique. **L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit la santé mentale comme « un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. »** En d'autres termes, la santé mentale intègre plus largement le bien-être psychique, émotionnel ou cognitif. Avec cette définition, on comprend bien que la santé mentale n'est pas uniquement circonscrite aux troubles sévères et aux maladies psychiatriques handicapantes (dépression sévère, schizophrénie, troubles bipolaires, troubles obsessionnels compulsifs, personnalité borderline, etc.) mais englobe également les troubles de l'anxiété, de l'angoisse, la dépression légère, le burn-out, les troubles du sommeil, etc.

D'après l'OMS, les troubles psychiques affectent 1 personne sur 5 chaque année. En France, les troubles psychiques sont la première cause d'invalidité et la deuxième cause d'arrêt maladie. La feuille de route « Santé mentale et psychiatrie » du 28 juin 2018 estime que les troubles mentaux (maladies psychiatriques ou consommation de psychotropes) représentent le premier poste de dépenses du régime général de l'assurance maladie avant les cancers et les maladies cardio-vasculaires (19,3 milliards d'euros).

La crise sanitaire actuelle, liée à l'épidémie de la Covid-19, l'a parfaitement démontré, nous avons tous une santé mentale. La santé mentale n'a jamais été autant évoquée dans les médias et les périodes de confinements successifs ont eu des effets délétères sur la santé mentale des personnes.

La santé mentale et la psychiatrie font parfois l'objet de nombreuses représentations erronées. La réalité des troubles psychiques, souvent méconnue, peut conduire à l'incompréhension voire à la stigmatisation des personnes concernées et de leurs proches. Les dispositifs de prise en charge et de soutien pour les personnes vivant avec des troubles psychiques et leurs proches ne sont pas toujours bien identifiés.

Les représentations négatives sur la santé mentale et la psychiatrie peuvent créer des barrières psychologiques pour les personnes qui n'oseraient pas recourir à un professionnel de psychiatrie où ne se sentiraient pas concernées alors qu'elles en auraient besoin : **« Je ne vais pas aller consulter car je ne suis pas fou/folle ».**

LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTE MENTALE (SISM) : C'EST QUOI ?

Organisées à l'échelle nationale pendant deux semaines au mois d'octobre, les SISM ont pour objectifs de :

1. **Sensibiliser le grand public aux questions de santé mentale** afin de faire évoluer les représentations autour de la santé mentale et de la psychiatrie.
2. **Favoriser la destigmatisation** des personnes vivant avec des troubles psychiques et de leurs proches.
3. **Promouvoir les ressources de soins, d'aide et d'accompagnement** qui existent sur le territoire auprès de la population.

Les actions développées à cette occasion fédèrent tous les acteurs du territoire concernés par les questions de santé mentale (professionnels de santé, élus, acteurs sociaux et médico-sociaux, associations, usagers de la psychiatrie, proches aidants, habitants, etc.).

LES SISM EN GRAND LIBOURNAIS

Pour la 32ème Edition, les SISM en Grand Libournais sont coordonnées par le CLSM, un espace de concertation et de coordination porté par le Pôle Territorial du Grand Libournais visant à améliorer les parcours de santé mentale des personnes. Il associe les collectivités, le Centre hospitalier de Libourne, les Groupes d'Entraide Mutuelle et l'UNAFAM et plus largement tous les acteurs du territoire concernés par les questions de santé mentale.

Les SISM se dérouleront du vendredi 8 au vendredi 29 octobre 2021 avec un programme de 6 manifestations gratuites autour de la thématique "Santé mentale et discriminations" dans une ambiance festive, ludique et conviviale qui bouscule les idées reçues et les préjugés !

PROGRAMME (partie 1)



Vendredi 8 octobre de 20h à 22h30 - Scène de l'Accordeur de Saint-Denis-de-Pile

15 route de Paris, 33910 Saint-Denis-de-Pile

Ciné-débat autour du court-métrage "Solitudes" du Réseau Santé Social Jeunes (120 places)

Une soirée pour explorer le thème de la solitude à travers le regard des jeunes qui ont eu carte blanche pour mettre en scène et poser des mots sur leur vécu et leur expérience.

Ciné-débat en présence des jeunes ayant participé à la réalisation du court-métrage.

Débat animé par l'équipe du RSSJ.

Open DJ concert de 21h30 à 22h30.



Jeudi 14 octobre de 18h30 à 20h30 - Cinéma Grand Ecran de Libourne

56 Avenue Gallieni, 33500 Libourne

Ciné-débat "La solitude malgré moi" avec le Réseau Santé Social Jeunes et l'Hôpital de jour La Clé des Champs du Centre hospitalier de Libourne (200 places)

Une soirée pour explorer le thème de la solitude à travers le regard croisé des jeunes et des patients d'un hôpital de jour avec la diffusion des courts-métrages "Solitudes" du RSSJ et "Geek Friends" de l'HDJ La Clé des Champs. "Geek Friends" est une fiction qui traite de la rencontre et de la découverte de l'autre ou comment dépasser les relations virtuelles pour créer de réelles amitiés.

Ciné-débat en présence des jeunes du RSSJ ainsi que des patients et des soignants de l'HDJ ayant participé à la réalisation des courts-métrages.

Débat animé par l'équipe du RSSJ et de l'HDJ La Clé des champs.



Jeudi 21 octobre de 18h30 à 20h30 - Cinéma la Brèche de Sainte-Foy-la-Grande

140 Rue de la République, 33220 Sainte-Foy-la-Grande

Ciné-débat "La solitude malgré moi" avec le Réseau Santé Social Jeunes et l'Hôpital de jour la Clé des Champs du Centre hospitalier de Libourne (140 places)

Organisation selon les mêmes modalités que le ciné-débat du 14/10 au Cinéma de Libourne.

PROGRAMME (partie 2)



Mardi 26 octobre de 11h30 à 16h - Espace jeunes à Libourne

40 Rue 1er RAC, 33500 Libourne

Le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Le Kiosque 12 passe à table !

Le Kiosque 12 s'invite à l'Espace jeunes à Libourne le temps d'un atelier cuisine pour détricoter les idées reçues sur la santé mentale et la maladie psychique.

Organisation d'un débat mouvant animé par le Responsable de l'Espace jeunes avec la participation d'une psychologue du Comité d'Etudes et d'Information sur les Drogues (CEID).



Jeudi 28 octobre de 20h à 21h30 - Espace jeunes à Libourne

40 Rue 1er RAC, 33500 Libourne

Cabaret d'improvisation "Plus on est de fous, plus on rit !" (200 places)

Les comédiens de la Troupe libournaise Les Électrons Lib' improviseront des saynètes sur les troubles psychiques et la psychiatrie et interrogeront nos représentations et préjugés sur la santé mentale.

Soirée avec ambiance musicale animée par un maître de cérémonie et un musicien.

Une psychologue et une infirmière spécialisée en psychiatrie se prêteront au jeu de l'interview pour réajuster notre regard sur la réalité de la maladie psychique et de la santé mentale.



Vendredi 29 octobre de 20h à 21h30 - Cinéma La Brèche de Sainte-Foy-la-Grande

140 Rue de la République, 33220 Sainte-Foy-la-Grande

Cabaret d'improvisation "Plus on est de fous, plus on rit !" (200 places)

Les comédiens de la Compagnie bordelaise EnUnSeulMot se joindront aux Électrons Lib' pour une nouvelle soirée dans le même esprit que le cabaret d'improvisation du 28/10 à l'Espace jeunes à Libourne.

PROGRAMME (partie 3)

Du vendredi 8 au vendredi 29 octobre - Mission Locale de Libourne

Les Berges de l'Isle - 189, avenue Foch 33500 Libourne

Découverte de l'Escape Game Santé

L'Escape Game Santé est un outil de prévention innovant pour prévenir les ruptures de parcours de qualification et d'insertion professionnelle chez les jeunes de 16 à 25 ans liées aux troubles dépressifs. Animé par le Point Relais Santé de la Mission Locale du Libournais, il est ouvert aux jeunes mais également aux adultes, aux professionnels de l'insertion, l'éducation, l'animation, l'action sociale et la santé pour favoriser le repérage des personnes en difficultés psychiques.



Dans cet Escape Game Santé, les participants sont enfermés dans la chambre de Thomas, un adolescent de 17 ans qui ne semble pas dans son assiette depuis quelques temps. Ils doivent retrouver les cinq symptômes pour résoudre l'énigme finale afin d'aider Thomas.

Une projection futuriste où l'intelligence artificielle domine le monde et où les compagnons, véritables coaches de santé, sont là pour veiller sur chacun...

Celui de Thomas l'a enfermé, pour son propre bien, paraîtrait-il !

Saurez-vous retrouver tous les symptômes pour déjouer l'algorithme ultra-intelligent et sortir à temps ?

A l'occasion des SISM, l'Escape Game Santé sera ouvert au grand public.

Session d'une durée de 2h du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30 et de 14h à 17h30 (3 joueurs maximum).

Contact inscription : *Gervaise Coumette 05.57.51.71.27*