

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 ».**

Semaines d'information SUR la santé mentale

en Gironde

Du lundi 4 au vendredi 29 octobre 2021

32ème édition

Santé mentale et respect des droits

PROGRAMME DES MANIFESTATIONS EN GIRONDE

Organisées par le CLSM de Bordeaux, du Sud Gironde et
du Grand Libournais et du CLS de la Haute-Gironde

En partenariat avec :



Contacts :

CLSM Bordeaux

Alice LABORDE, Coordinatrice - Mairie de Bordeaux
a.laborde@mairie-bordeaux.fr / 07.64.02.90.46

CLSM Grand Libournais

Manon LOISON, Coordinatrice du Conseil Local de Santé Mentale - Pôle Territorial du Grand Libournais
cls@grandlibournais.eu / 05.24.24.00.59

CLSM du Sud Gironde

Nathalie RIVIERE, Coord. du Conseil Local de Santé Mentale Sud-Gironde - Centre hospitalier Cadillac
nathalie.riviere@ch-cadillac.fr / 05.56.76.51.59

CLS de la Haute-Gironde

Mélissa MATHE, Coordinatrice - Réseau Santé Social de la Haute-Gironde
melissamathe.cls@gmail.com / 06.07.04.92.28

Semaines d'information SUR la santé mentale

en Grand Libournais

Du vendredi 8 au vendredi 29 octobre 2021

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.).

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

Libourne, Saint-Denis-de-Pile et Sainte-Foy-la-Grande

Les partenaires locaux :



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 "Solitude" du Réseau Santé Social Jeunes (RSSJ).

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, D'Asques et d'Ailleurs et Les Araignées Philosophes, partenaires de la production.

Débat animé par un psychologue 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 (RSSJ) et l'Hôpital de jour (HDJ) La Clé des Champs du Centre hospitalier de Libourne.

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 "Solitude" 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.

Débat animé par un psychologue du RSSJ et une psychologue 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 (HDJ) du Centre hospitalier de Libourne.

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 de 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 de 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 de Libourne

40 Rue 1er RAC, 33500 Libourne

Cabaret d'improvisation "Plus on est de fous, plus on rit !"

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.



Jeudi 28 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 !"

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 de 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'algorithmme 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*

Semaines d'information
SUR la santé mentale
à Bordeaux

Du 4 au 17 octobre 2021

32ème édition

Santé mentale et respect des droits

Le CLSM de Bordeaux participe aux Semaines d'Information sur la Santé Mentale fédérant autour du thème du respect des droits des personnes concernées, proches, journalistes, professionnels de santé et artistes.

PROGRAMME (partie 1)



Mercredi 6 octobre de 14h à 16h – Groupe d'Entraide Mutuelle Médiagora Bordeaux

60 Quai de Bacalan Bordeaux (Tram « Les Hangars »)

Journée portes ouvertes

Le Groupe d'entraide mutuelle Médiagora Bordeaux accompagne les personnes concernées par les troubles anxieux et thymiques (trouble bipolaire et dépression sévère). A la permanence, nous faisons vivre les bienfaits de la pair aideance, soit le soutien mutuel et le partage du vécu dans un climat de bienveillance. Par la mise en action (ateliers, sorties...) et en relation (groupes de parole, espace vie...), les adhérents investissent leur chemin de rétablissement.

Renseignements : contact@mediagorabordeaux.fr



Judi 7 octobre de 15h à 18h00 – Marché des Douves

4 rue des Douves 33800 Bordeaux

Ciné-débat avec l'association Espoir 33 – "De tous pour faire un monde" et "Je suis là"

Deux films de 30 minutes seront présentés en présence des réalisateurs "Les ateliers à ciel ouvert". Ces films traduisent des témoignages de personnes accompagnées par des services médico-sociaux. Le thème de ce ciné-débat touche aux droits globaux des personnes à l'autodétermination.

Un débat suivra et fera intervenir des personnes en souffrance psychique, des professionnels ainsi que des proches.

Renseignements : siege@espoir33.fr



Samedi 9 octobre de 10h30 à 12h30 et de 14h à 16h – Clubs Espoir 33

Club Delord 78 rue Delord Bordeaux

Club Mozart 2 rue Jean Artus "Tour Mozart" Bordeaux- Club Gambetta 16 cours Gambetta 33150 Cenon

Journée portes ouvertes – "Les Clubs : le droit de choisir"

Renseignements : siege@espoir33.fr

PROGRAMME (partie 2)



Samedi 9 octobre de 9h30 à 17h - Amphithéâtre du Centre Hospitalier Charles Perrens
121 rue de la Béchade 33000 Bordeaux

Journée départementale de l'UNAFAM

Comme chaque année à l'occasion des SISM, l'UNAFAM organise sa journée départementale, un temps fort de rencontres et de partage, ouvert à tous.

Avec l'intervention de :

- Pierre-Michel Llorca, Professeur de Psychiatrie à l'Université Clermont Auvergne ;
- l'institut du droit de la personne ;
- le réseau d'accès aux droits ELUCID (Mairie de Bordeaux) ;
- Présentation des Premiers Secours en Santé Mentale ;
- Intermède poétique avec Jean-Claude Seideta du GEM Grain de Café

Possibilité de repas sur place sur inscription

Inscriptions et renseignements : 33@unafam.org



Mercredi 13 octobre de 17h30 à 19h - Amphithéâtre Robert Badinter

Immeuble Gironde, 1 esplanade Charles de Gaulle 33000 Bordeaux

Table ronde "La construction d'un autre regard social sur la santé mentale : un rôle partagé ?"

Les mots et les préjugés peuvent, tout autant que les murs, enfermer et isoler les personnes souffrant de troubles psychiques. Des représentations erronées de la maladie mentale, notamment au sein des contenus médiatiques, contribuent à stigmatiser les malades et leur entourage. Pourtant, les médias, entre autres, ont, sans aucun doute, un rôle majeur à jouer pour construire un autre regard social sur la souffrance psychique, faire tomber les incompréhensions, les idées préconçues, et les amalgames qui, par exemple, attisent des peurs qui n'ont pas lieu d'être.

Construire ensemble une autre représentation de la santé mentale, telle sera la thématique abordée lors de la table ronde associant psychiatre, journalistes, personnes concernées et proches. L'animation sera assurée par Marie-Christine LIPANI, enseignante chercheuse de l'Institut de Journalisme Bordeaux Aquitaine.

Renseignements : a.laborde@mairie-bordeaux.fr

à Bordeaux

Du 4 au 17 octobre 2021

PROGRAMME (partie 3)



Vendredi 15 octobre de 10h à 16h - SAMSAH Espoir 33

1 quai Wilson 33130 Bègles (Bat A 1er étage)

Portes ouvertes et inauguration à 11h - "Service d'Accompagnement Médico-social pour Personnes Adultes Handicapées" : un dispositif en faveur de l'accès aux droits

Cette inauguration à permettra de découvrir les nouveaux locaux du SAMSAH de l'association Espoir 33. Les portes ouvertes seront dédiées aux professionnels de 10h à 12h et aux personnes accompagnées de 14h à 16h.

Renseignements : siege@espoir33.fr



Vendredi 15 octobre de 14h45 à 16h30 - Amphithéâtre du Centre Hospitalier Charles Perrens

121 Rue de la Béchade, 33000 Bordeaux

Conférence « La Maison des Usagers en Établissement Public de Santé Mentale : outil de démocratie en santé ? »

Dans le cadre de l'ouverture au premier trimestre 2022 de la Maison des Usagers (MDU) du Centre Hospitalier Charles Perrens et de l'existence de celle du Centre Hospitalier de Cadillac depuis plusieurs années, cette conférence abordera les questions suivantes :

Quelles fonctions une MDU peut avoir au sein d'un Établissement de Santé Mentale ?
Comment les Maisons Des Usagers permettent-elles de faire vivre la démocratie sanitaire et le respect des droits des usagers ?

Renseignements et inscriptions : mlevel@ch-perrens.fr



Samedi 16 octobre à 16h - Centre d'Animation du Grand Parc

36 Rue Robert Schuman, 33300 Bordeaux

Soirée théâtrale avec Mmmm "Histoire de fous"

Un seul en scène joyeux, festif par le G.R.A.I.N. (Groupe de Réhabilitation Après un Internement ou N'importe).

Durée : 1h35 - à partir de 12 ans

Entrée 7€

Renseignements : 33@unafam.org

19 & 21 octobre - CLSM de Bordeaux

Sensibilisation des lycéens à la santé mentale

Le comité SISM du CLSM de Bordeaux a souhaité cette année proposer des actions de sensibilisation à destination de lycéens, dans le prolongement d'une action similaire portée par le GEM Médiagora Bordeaux.

Renseignements : a.laborde@mairie-bordeaux.fr

Semaines d'information sur la santé mentale

à Bordeaux

Du 4 au 17 octobre 2021

"Santé mentale et respect des droits"

8 manifestations gratuites

Les partenaires locaux :



Semaines d'information
sur
la santé mentale

en Haute-Gironde

Du 6 au 19 octobre 2021

Le CLS de la Haute-Gironde participe pour la première fois aux Semaines d'Information sur la Santé Mentale.

Pour cette occasion, le CLS a choisi d'organiser son premier café-rencontre des aidants de personnes souffrant de troubles psychiques.

De plus, dans le cadre d'un travail avec le réseau Santé Social de la Haute-Gironde, une soirée d'information à destination des professionnels du territoire sera organisée sur le thème de la "Crise suicidaire" le mardi 19 octobre 2021.

PROGRAMME (partie 1)

*Café
Rencontre
des aidants*

Mercredi 6 octobre 2021 - Salle du Vox à partir de 18h30

Route de Saint-Savin - 33 920 Saint-Christoly-de-Blaye

Café Rencontre des Aidants : une soirée conviviale d'information et de partage entre aidants de personnes souffrant de troubles psychiques.

L'événement accueillera de nombreux partenaires notamment, l'UNAFAM, la MDPH, le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) En Parallèle, la Parenthèse des Aidants de l'AMSAD Haute-Gironde et le Conseil Départemental de la Gironde. Ils se tiendront à disposition du public pour répondre à leurs questions.

Ce temps d'échange sera suivi d'une intervention de la MDPH pour présenter les différentes aides et prestations existantes. Quelques épisodes de la série "Parlons bien, parlons droit" seront ensuite diffusés sur grand écran.

Informations : port du masque et pass sanitaire obligatoires

Renseignements : melissamathe.cls@gmail.com

06 07 04 92 28



Semaines d'information
sur la santé mentale

en Haute-Gironde

Du 4 au 17 octobre 2021

PROGRAMME (partie 2)



Mardi 19 octobre 2021 - Salle du Vox 20h

Route de Saint-Savin - 33 920 Saint-Christoly-de-Blaye

Réunion thématique sur la crise suicidaire

Soirée d'information à destination des professionnels uniquement.

Le Réseau Santé Social de la Haute-Gironde organise, comme tous les ans, sa réunion thématique réservée exclusivement aux professionnels de la santé et du social.

Cette soirée aura pour sujet "La crise suicidaire" et fera intervenir des professionnels du Centre Hospitalier de Libourne (GCS Santé Mentale, CapLib), de l'association Rénovation et de SuvaPsy. Les intervenants aborderont la notion de crise, présenteront leurs missions et le parcours existant pour les personnes en situation de crise suicidaire.

Renseignements : reseausantesocial.hg@gmail.com

Semaines d'information
sur la santé mentale

en Haute-Gironde

Du 6 au 19 octobre 2021

2 manifestations gratuites

Les partenaires locaux :



PROGRAMME (partie 1)



Animations « Porteurs de paroles » sur des marchés du Sud Gironde

Le dispositif dit « porteur de paroles » est un outil de débat de rue, d'interactions sociales dans l'espace public qui vise à recueillir les paroles d'habitants, de passants, de citoyens. Cet atelier d'expression populaire vise à provoquer des rencontres, valoriser les points de vue des citoyens et créer un espace d'échange et de discussion.

Cette année le thème choisi est : "Les discriminations, parlons-en"

Retrouvez-nous sur les marchés du Sud-Gironde :

Mercredi 6 octobre 2021 - Marché de Créon à partir de 10h

Vendredi 8 octobre 2021 - Marché de Langon à partir de 10h

Samedi 16 octobre 2021 - Marché de Bazas à partir de 10h

Samedi 30 octobre 2021 - Foire de La Réole à partir de 10h

Renseignements : communication@ch-cadillac.fr

PROGRAMME (partie 2)

Parcours « Changer les regards » en vélo

Sur le marché de Cadillac

Samedi 9 octobre

porté par la **recyclerie du GEM de Cadillac**

Les adhérents du GEM de Cadillac iront à votre rencontre pour vous présenter leur activité et échanger des conseils.



La Recyclerie est ouverte depuis le mois de juillet

Si vous avez un/des vélo(s)/tricycle(s) qui ne vous servent plus et que vous souhaitez le (s) donner ou apprendre à le(s) réparer, contactez la recyclerie.

Si vous voulez acheter un vélo à petit prix ou recherchez des pièces, contactez la recyclerie.

Renseignements : 05 56 27 35 27 ou 07 81 09 65 16

entreactecadillac@gmail.com

Si vous avez des connaissances en mécanique, nous recherchons aussi un bénévole pour renforcer l'équipe ...

Semaines d'information sur la santé mentale

en Sud Gironde

Du 6 au 30 octobre 2021

5 manifestations gratuites

Les partenaires locaux :

