

Semaines d'information sur la santé mentale

Cette année, la 33^e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) portera sur le thème « Pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement ». A Romans, elle se traduira, du 10 au 23 octobre, par diverses animations : portes ouvertes, conférence, ciné-échange, expositions...

Créées en 1990, Les « Semaines d'Information sur la Santé Mentale » (SISM) sont organisées depuis, chaque année, à l'attention du grand public, afin d'ouvrir le débat sur les questions de santé mentale et dans un but de déstigmatisation. Le thème retenu, pour cette 33^e édition, est « Pour ma santé mentale, agissons pour l'environnement ».

Notre état de santé mentale varie tout au long de la vie, en fonction de différents facteurs : biologiques, psychologiques, familiaux et sociaux. La dimension sociale dépend notamment de notre environnement et de la société dans laquelle nous évoluons.

La crise sanitaire et les confinements successifs ont révélé à quel point la qualité de notre logement (accès, taille, insalubrité) était un déterminant majeur de notre santé mentale. De plus, les restrictions de sorties liées au Covid-19 ont contribué à fragiliser la santé mentale des Français et des Françaises en les privant de différents lieux ressources. Tout ceci nous rappelle le rôle important de notre environnement physique sur notre équilibre psychique.



A Romans, plusieurs rendez-vous sont proposés dans ce cadre :

📌 **« Heures calmes », du 10 au 23 octobre**, les lundis, vendredis et samedis, de 13h30 à 15h30, à Hyper U (route de Tain) – Lumière moins agressives, caisses enregistreuses moins bruyantes... Venez profiter des « Heures calmes » dans votre Hypermarché U. Ce dispositif, initié pour les personnes souffrant de troubles du spectre autistique, s'adresse également à tout client ayant une forte sensibilité sensorielle ou qui souhaite réaliser ses courses dans le calme. Il est effectif tous les mardis et jeudis après-midi le reste de l'année. A noter : la tenue d'un stand d'information sur la santé mentale les vendredis après-midi.

📌 **Portes ouvertes du Groupe d'Entraide Mutuelle La P'OSE, mardi 11 octobre**, de 13h30 à 17h00 (14, avenue du 11 Novembre) – Un groupe d'entraide mutuelle est une association de personnes qui partagent les mêmes problématiques de santé et dont l'objectif est de favoriser les échanges, les activités et les rencontres susceptibles de créer du lien et de l'entraide entre les adhérents.

📌 **Exposition « Le GEM idéal », mercredi 12 octobre**, de 13h30 à 17h00, à la médiathèque Simone-de-Beauvoir (rue Sabaton) – Sous forme de maquettes imaginées et créées par les groupes d'entraide mutuelle de la Drôme, venez découvrir « Le GEM idéal ». L'occasion de discuter de santé mentale avec des personnes concernées ainsi que par des professionnels de l'association LADAPT (association pour l'insertion professionnelle et sociale des personnes en situation de handicap). Seront également mis en avant dans la médiathèque, des ouvrages en lien avec la thématique santé mentale et environnement.

📌 **Portes ouvertes du Centre de soins psychiatrique Emile-Zola, jeudi 13 octobre**, de 13h00 à 16h30 (47, avenue Emile-Zola) – Avec, au programme : échanges avec les professionnels, visite des structures de soins et information sur les dispositifs existants.

📌 **Conférence sur les troubles psychiques liés à l'habitat, jeudi 13 octobre**, à 18h00, précédée d'une représentation musicale à 17h00, salle Jean-Vilar (rue Jean-Giraud) – « Entassement pathologique et incurie dans l'habitat », une conférence animée par le Docteur Olivier Saladini, chef de pôle Nord Drôme de la psychiatrie, psychiatre au Centre de soins psychiatriques (CSP) Emile-Zola. Cette conférence est précédée par la représentation musicale « Maison intérieure », une création collective des patients de l'hôpital de jour du CSP Zola.

📌 **Ciné-échange « A la folie », mardi 18 octobre**, au Ciné Lumière (5, rue du Président Félix-Faure) – Tarif : 7€ - Un film de Audrey Estrougo – Pour fêter l'anniversaire de sa mère, Emmanuelle vient passer quelques jours dans la maison de son enfance. Elle y retrouve temps passé et souvenirs qui règnent dans les lieux, mais aussi sa sœur aînée dont l'instabilité psychologique a trop souvent affecté les relations familiales. Personne ne se doute que cette fête de famille va rapidement prendre une tournure inattendue...

Un temps d'échange avec des bénévoles de l'UNAFAM et des professionnels de la psychiatrie est prévu à la suite la suite du film, afin de faire part de vos réactions et/ou de vos questions.

A propos des SISM

Créées en 1990, les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) sont une manifestation annuelle coordonnée par un collectif de 23 partenaires. Chaque année, un nouveau thème est proposé afin qu'associations, citoyens, usagers et professionnels se mobilisent et organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.

Les 5 objectifs des SISM

- ☞ Sensibiliser le public aux questions de santé mentale ;
- ☞ Informer sur les différentes approches de la santé mentale ;
- ☞ Rassembler les acteurs et spectateurs des manifestations, les professionnels et usagers de la santé mentale ;
- ☞ Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale ;
- ☞ Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

 [+] D'infos : Conseil local de santé mentale – Espace Santé – CCAS – 42, rue Palestro – Coordinatrice : 04 75 05 51 48 et sur www.semaines-sante-mentale.fr

Paroles d'élus et de partenaires

De gauche à droite sur la photo, au premier rang, sur la photo ci-dessous

Marie-Françoise LEBLANC – Bénévole à l'UNAFAM – « *J'insiste tout particulièrement sur le thème : l'environnement est en effet un élément très important à prendre en compte. Les confinements successifs ont été très durs à vivre pour beaucoup et ont été révélateurs de nombreux troubles.* »

Yvana SALSETTI – Coordinatrice du Répsy – « *Le but premier de ces journées est, à mon sens, la déstigmatisation. Nous proposerons d'ailleurs, le vendredi après-midi, sur le stand d'information installé à Hyper U, un petit jeu qui interroge sur les représentations. J'en profite aussi pour remercier la Ville de Romans pour son implication forte, notamment dans la constitution du Conseil Local de Santé de Romans.* »

Mélissa GLEYZE – Coordinatrice du Contrat Local de Santé et du Conseil Local de Santé Mentale de Romans – « *Nous avons mis en place une formation de secours en santé mentale, pour les professionnels, en lien avec les jeunes, elle se tiendra au mois de novembre. Il existe par ailleurs à Romans un réseau addictologie.* »



De gauche à droite sur la photo, debout, sur la photo ci-dessus

Jean LY – Président de la GEM La P'Ose – « *Le Groupe d'Entraide Mutuelle de Romans a été le premier à être créé en France. C'est un dispositif innovant et un cadre épanouissant, notamment pour les personnes qui sortent de l'hôpital psychiatrique, un véritable sas.* »

Linda HAJJARI – Conseillère spéciale déléguée au Lien intergénérationnel et à la Santé – Conseillère départementale déléguée à la Santé et aux PMI – « *Je remercie le centre hospitalier Drôme Vivarais pour la mise à disposition d'une infirmière et d'un psychologue pour le lieu d'écoute « La parenthèse » qui s'adresse aux adolescents et aux jeunes adultes.* »

Nathalie LENQUETTE – Adjointe au maire déléguée à l'Action sociale – « *Nous travaillons sur le sujet de la santé mentale et bien d'autres avec de nombreux partenaires, comme ceux rassemblés ici aujourd'hui, tous très impliqués. C'est ensemble que nous y arriverons.* »

Romarc CHATRY-GARCIA – Cadre de santé – CMP Emile-Zola – Centre hospitalier Dauphiné-Vivarais – « *Le lieu d'écoute de La parenthèse est pour nous un lieu très intéressant car il touche un public que nous n'avons du mal à capter en CMP, car considéré comme étant stigmatisant. C'est d'ailleurs pourquoi, après avoir longtemps fonctionné en vase clos, nous ouvrons régulièrement nos portes avec un accueil qui permet d'avoir un rendez-vous en moins de 24 h avec un professionnel.* »

Clément DE HARO, animateur au cinéma Lumière – « *Le film proposé « A la folie » est un morceau d'anthologie, c'est pourquoi nous l'avons sélectionné. Rappelons que le cinéma Lumière est équipé d'une rampe et dispose de 7 à 8 places pour accueillir des personnes handicapées.* »