

Jeudi 22 février 2018

## Semaines d'Information sur la Santé Mentale Du 12 au 25 mars 2018

Créée en 1990, les Semaines d'Information sur la santé mentale (SISM) est un événement annuel qui s'adresse au grand public, afin d'ouvrir le débat sur les questions de santé mentale. Chaque année pendant 2 semaines en mars, associations, citoyens, collectivités et professionnels se mobilisent pour organiser des manifestations d'information et de réflexion. (ciné débat, conférence, théâtre, atelier découverte, concert, portes ouvertes etc...).

A Brest, un programme très riche est prévu pour cette 29<sup>e</sup> édition de la SISM : conférences, ciné-débat, théâtre, exposition, ateliers découverte, temps d'échange...

### Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont une manifestation gratuite et ouverte à tous, relayée par de nombreux acteurs partout en France. On doit sa création à l'Association française de psychiatrie (AFP) en 1990. Le Collectif national des SISM regroupe 23 partenaires qui impulsent des actions, relayent l'information et se mobilisent sur le terrain.

*Quelques chiffres à propos des SISM*



**Plus de 1 400 événements** se déroulent chaque année sur l'ensemble du territoire : conférences, ciné-débat, parcours urbain, journées portes ouvertes, marche pour la santé mentale, expositions, pièces de théâtre, atelier de lecture, randonnée, atelier découverte ...

**5000 professionnels et bénévoles** informent, exposent, expliquent, répondent aux questions : psychiatres, proches, usagers, infirmiers, travailleurs sociaux, psychologues, journalistes, élus locaux, artistes etc.

**66 millions de personnes** peuvent ainsi s'informer sur la santé mentale. D'année en année, la participation et l'intérêt du public et des professionnels pour les SISM se confirment et se développent. Les élus locaux sont de plus en plus impliqués dans l'organisation de ces actions, via les Conseils locaux de santé mentale (CLSM).

La santé mentale est plus que l'absence ou la présence de troubles psychiques. C'est, selon l'Organisation Mondiale de la Santé, « 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. » C'est le fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une communauté. En France, une personne sur cinq risque de connaître un trouble psychique au cours de sa vie (dépression, anxiété, addiction, trouble alimentaire, trouble schizophrénique, trouble bipolaire...)

*Les objectifs des SISM :*

- ⇒ Sensibiliser le public aux questions de Santé Mentale.
- ⇒ Informer, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
- ⇒ Rassembler par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, 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.

## Thème des SISM 2018 : « Santé mentale : parentalité et enfance »

« Environ 20% des enfants et des adolescents dans le monde présentent des troubles ou des problèmes mentaux. Dans la moitié des cas, les troubles mentaux se déclarent avant l'âge de 14 ans. Ils figurent parmi les principales causes d'incapacité chez les jeunes dans le monde. » (Source OMS). **En France, c'est un enfant sur huit qui serait concerné par ces troubles<sup>1</sup>.** Une prise en compte précoce des troubles conditionne leur évolution. De plus, l'apparition d'un trouble chez un enfant touchant également les proches, il est important de les associer et de mieux les accompagner au repérage, dès la périnatalité.

Si la naissance d'un enfant est un événement clé dans la vie, **il est aujourd'hui reconnu que l'accouchement peut engendrer divers troubles psychiques maternels.** La dépression postnatale est l'un des troubles du post-partum les plus largement étudiés et concernerait entre 10 et 20 % des mères<sup>2</sup>. Quant au baby blues, il toucherait entre 50 et 80 % des femmes et 5 à 10% des hommes<sup>3</sup>.

**Les questions liées à la parentalité** peuvent également se poser lorsque l'on fait face soi-même à une souffrance ou à des troubles psychiques. Cela peut impacter les 3 dimensions du concept de parentalité définies par Didier Houzel : l'exercice de la parentalité (ensemble des droits et des devoirs), les pratiques de la parentalité (les actes concrets de la vie quotidienne) et l'expérience de la parentalité (le fait de se sentir ou non parent).

---

<sup>1</sup> Troubles mentaux : dépistage et prévention chez l'enfant et l'adolescent, INSERM, 2003

<sup>2</sup> Du pré-partum au post-partum : étude des profils et des symptomatologies maternelles, Poggi, Bertoli, Séjourné, Chabrol, Goutaudier, 2016

<sup>3</sup> A Longitudinal Study of Paternal Mental Health During Transition to Fatherhood as Young Adults, Garfield and co, 2014

Au cours de cette 29<sup>e</sup> édition des SISM, de nombreuses questions seront abordées autour de ce thème :

- ⇒ **Comment promouvoir la santé mentale et le bien-être des enfants ?** Quels rôles pour les familles ? La communauté éducative ? Les acteurs du soin ?
- ⇒ **Quelles ressources pour répondre aux besoins de santé mentale des enfants ?**
- ⇒ **Comment prendre en compte les facteurs sociaux et environnementaux** (précarité, habitat, chômage etc.) qui agissent sur le bien-être et la santé mentale ?
- ⇒ **Quels accompagnements à la parentalité** pour les parents souffrant de troubles psychiques ?
- ⇒ **Les troubles psychiques de l'enfant** : Quelles particularités ? Troubles internalisés, externalisés ? Quels dépistages ? Quelles réponses ? Quels accompagnements pour l'enfant et les parents ?
- ⇒ **Les problèmes de santé mentale avant, pendant et après la grossesse ?**
- ⇒ **Baby blues, dépression parentale, post-partum** : et les pères ?
- ⇒ **Parents d'enfants, parents d'adolescents** : Quelles évolutions ? Quelles continuités ? Quelles spécificités ?
- ⇒ **Comment accompagner au mieux les nouvelles formes de parentalité** dans toutes leurs diversités ?

## Les événements des SISM à Brest

A Brest et à l'échelle du Pays de Brest, les Semaines d'Information sur la Santé Mentale sont coordonnées par le Conseil Local de Santé Mentale de la Ville de Brest et ses partenaires. Le Conseil Local de Santé Mentale existe sur Brest depuis 2006. C'est une instance de concertation et de coordination entre les différents acteurs de la santé mentale : les services de psychiatrie, services de la ville de Brest, les élus locaux, les associations, les services sociaux et sanitaires ... dont le but est de favoriser l'insertion des personnes en souffrance psychique dans la cité.

Les manifestations programmées dans le cadre des SISM sont gratuites et ouvertes à tous, sauf précisions contraires inscrites sur le programme.

### Le programme en détails :

**Du 13 mars au 30 mars, « Mon Bien-être »**, Patronage Laïque Municipal du Pilier Rouge, 2 Rue de Fleurus, Brest  
Exposition réalisée à partir d'une question « Que faites-vous personnellement pour votre bien-être ? ». Témoignages recueillis auprès de personnes rencontrées dans l'espace public et des habitants de la résidence MADEN. Un travail de mise en scène photographique a par la suite été réalisé pour illustrer ces témoignages. Réalisé par des habitants et les intervenants de la résidence MADEN

**Vernissage de l'exposition** : le 13 mars à 18 heures – Avec la participation de la chorale La Parenthèse du CATTTP Ponchelet

Gratuit - Ouvert à tou.te.s sur les heures d'ouverture du Patronage Laïque Municipal du Pilier Rouge

**Mercredi 14 mars, 20h-22h, « Sentier vous bien en famille »,** Mairie de l'Europe, 31, rue St-Jacques, Brest

Conférence

Parce que notre mode de vie contemporain fragilise les rapports humains (rythme stressant, individualisme accentué par les nouvelles technologies: internet, smartphone...), nous proposons à partir de pratiques sensorielles en immersion dans la nature, d'explorer la richesse, la diversité et le potentiel des liens filiaux pour rendre à la famille sa capacité régénératrice.

Organisée par l'association *Sentier vous bien*

Gratuit – Ouvert à tou.te.s

**Jeudi 15 mars, 20h-22h, « Crise d'adolescence : du normal au pathologique »,** Mairie de l'Europe, 31, rue St-Jacques, Brest

Conférence

Echanges autour de cette thématique avec le Docteur Philippe STEPHAN, pédopsychiatre, médecin chef au service universitaire de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent à Lausanne.

Organisée par l'UNAFAM 29

Gratuit - Ouvert à tou.te.s

**Vendredi 16 mars, 8h30-17h, « Désir de vie, désir de mort à l'adolescence : que veut (dire) l'adolescent/e suicidaire ? »,** UDAF, 15 rue Gaston Planté, Zone de Kergaradec, Gouesnou

Journée d'étude et de formation « **Comment écouter les adolescents ?** »

Cette 12e journée d'étude sur l'adolescence proposée par le service PASAJ de l'association Parentel sera l'occasion de visiter les différentes dimensions du vécu suicidaire chez l'adolescent/e, pris en compte comme manière de mettre en tension un possible mais insoutenable désir de vivre.

Payant / Sur inscription

Renseignements auprès de l'association Parentel – 4 rue Colonel Fonferrier – Brest – 02.98.43.62.51 / [contact@parentel.org](mailto:contact@parentel.org) / [www.parentel.org](http://www.parentel.org)

**Dimanche 18 mars, 10h-18h,** Forum du Loisir Créatif, Salle Roz Valan à Bohars

Forum

Exposition et vente de créations d'artistes amateurs. Démonstrations et initiations.

Organisé par l'association An Avel Vor, CHRU de Bohars.

Entrée 1 euro

**Mardi 20 mars, 14h30-15h30, Jolie bouteille,** Résidence Ponchelet, 55 rue Jules Guesde, Brest

Pièce de théâtre

« Un Ecosais voyage dans le temps... Une farce où la dérision est omniprésente ! » Représentation de théâtre par la troupe composée d'adhérents du Sémaphore et de résidents de la résidence Ponchelet.

Gratuit – Ouvert à tou.te.s – Réservation conseillée au 02 98 80 44 63

**Mercredi 21 mars, 9h45-17h, Sortie Sentier vous bien en famille,** hors Brest métropole, en pleine nature

Sortie découverte

Une immersion en pleine nature qui allie des techniques simples de bien-être à la découverte du patrimoine naturel et culturel local. Il est fortement conseillé de participer en amont à la conférence du 14 mars.

Organisée par l'association *Sentier vous bien*

Binôme Un parent et son enfant de 7 à 10 ans

1 euro par personne

**Contacts presse** • Responsable de l'unité relations presse (par intérim) Ian Le Denemat / 02 98 00 82 28 / 06 49 60 55 67 /

[ian.le-denemat@brest-metropole.fr](mailto:ian.le-denemat@brest-metropole.fr) • Attaché de presse Aymery Bot / [aymery.bot@mairie-brest.fr](mailto:aymery.bot@mairie-brest.fr) / 02 98 00 80 57

[www.brest.fr](http://www.brest.fr) / <https://presse.brest.fr/accueil-espace-presse-1947.html>

Renseignements et inscription auprès de l'accueil de la mairie de Brest au 02.98.00.80.80 ou par mail [plateforme-accueil-telephonique@mairie-brest.fr](mailto:plateforme-accueil-telephonique@mairie-brest.fr)

**Mercredi 21 mars, 14h-16h, « Parlons du handicap »,** La Maison des Parents, espace Madeleine Porquet, 1 rue de rennes, Brest

Ciné-débat parents / enfants

Temps d'échanges parents-enfants de plus de 5 ans autour de cette thématique

Gratuit – Pour les parents et enfants de plus de 5 ans – Inscription auprès de la Maison des Parents : [lamaisondesparents@adsea29.org](mailto:lamaisondesparents@adsea29.org), 02.98.46.94.81/06.11.84.40.30.

**Judi 22 mars, 17h-19h, « 17-19 des Forums de l'ITES – Présentation des témoignages » »,** ITES (Institut de Formation pour le travail Educatif et Social), 170 rue Jules Janssen, Guipavas

Temps d'échanges, débat

Présentation du film et échanges autour de ce projet.

Temps d'échanges animé par les professionnels de l'ITES

Gratuit – Ouvert à tou.te.s – Inscription sur le site internet de l'ITES [www.ites-formation.com](http://www.ites-formation.com)

**Vendredi 23 mars, 18h-21h, Mommy,** Cinéma Les Studios, 136 Rue Jean Jaurès, Brest

Ciné-débat

*Mommy* de Xavier Dolan

Synopsis : Diane, veuve quadragénaire, est forcée de récupérer la garde de Steve, son fils, un adolescent hyperactif et violent. Au centre où il a séjourné, on la prévient : les retrouvailles risquent d'être mouvementées. Mais Diane, forte personnalité, indépendante et exubérante, veut faire mentir les médecins de l'hôpital. Elle est la mère de Steve, sa chair et son sang. Elle y arrivera coûte que coûte. Contre toute attente, elle parvient à apprivoiser cet enfant imprévisible.

D'autant qu'elle peut compter sur l'aide inattendue d'une voisine, Kyla. Ensemble, ils trouvent un certain équilibre. Mais un équilibre très fragile...

Débat animé par un psychologue de l'association Parentel

Déconseillé aux moins de 10 ans - Gratuit – Sur inscription auprès de l'accueil de la mairie de Brest au 02.98.00.80.80 ou par mail [plateforme-accueil-telephonique@mairie-brest.fr](mailto:plateforme-accueil-telephonique@mairie-brest.fr)

**Et aussi, pendant ces deux semaines...**

**Porte-ouverte du Groupe d'Entraide Mutuelle La Boussole**

Lundi 12- mercredi 14- vendredi 16 mars et Lundi 19- mercredi 21 et vendredi 23 mars de 10h à 12h

Accueil par les adhérents de l'association sur des temps de vie quotidienne.

La Boussole est une association Loi 1901. C'est un Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) qui a pour vocation d'accueillir des personnes en difficultés psychiques et de monter des projets d'activités et de loisirs dans un esprit d'entraide.

Gratuit – Ouvert à tou.te.s - G.E.M. La Boussole - 56 rue de Kerourien - Brest

**Portes ouvertes du Groupe d'Entraide Mutuelle « Au Petit grain »**

Mardi 13 mars – 10h-17h

Samedi 17 mars – 9h30-12h30

Mardi 20 mars – 10h-17h

Samedi 24 mars – 9h30-12h30

Assemblée générale, jeudi 8 mars, 14h, mairie de quartier de Bellevue

Gratuit – Ouvert à tou.te.s - G.E.M. Au Petit Grain - 192 rue Commandant Drogou - Brest

**Contacts presse** • Responsable de l'unité relations presse (par intérim) Ian Le Denemat / 02 98 00 82 28 / 06 49 60 55 67 /

[ian.le-denemat@brest-metropole.fr](mailto:ian.le-denemat@brest-metropole.fr) • Attaché de presse Aymery Bot / [aymery.bot@mairie-brest.fr](mailto:aymery.bot@mairie-brest.fr) / 02 98 00 80 57

[www.brest.fr](http://www.brest.fr) / <https://presse.brest.fr/accueil-espace-presse-1947.html>

***L'ensemble des partenaires des SISM sur le territoire brestois***

*AGEHB, ALMA 29/56, An Avel Vor, Archipel, Argos 2006 Finistère, ATP, BIPOL Initiatives, BMH, Brest métropole, Canal Ti Zef, CCAS de Brest, CHRU, Clinique de Pen an Dalar, CMPP Chassagny, COALLIA, Conseil Départemental, Don Bosco, Emergence, GEM Kereon, GEM la Boussole, GEM Le Petit Grain, ITES, la Parenthèse, les Genêts d'Or, Hôpital de Landerneau, Ladapt, Le Sémaphore-EPAL, MAIA du Pays de Brest, la Maison des Parents, Ministère de l'Économie et des Finances, Mutualité française de Bretagne, Papillons Blancs, Parentel, Résidence Maden, Résidence Ponchelet, Sentier vous bien, Sevel Services, SOS Amitiés, STI, Ty-Yann, UBO, UDAF, UNAFAM, Ville de Brest. Avec le soutien de l'ARS Bretagne, des cinémas les Studios, du Réseau d'Écoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents du Finistère*