

4^e
ÉDITION

Semaine d'information
sur
la santé mentale



Saverne



À tous les âges de la vie,
ma santé mentale est un droit.

17-20 octobre 2023

www.semaines-sante-mentale.fr

f @Sism_Officiel t

Expositions / ateliers / rencontres / ciné-débats /
marche pour la santé mentale / ...

Programme proposé par le Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) de Saverne
avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé Grand Est, la Ville et le CCAS de Saverne

CLSM
Conseil Local de Santé Mentale
Saverne

ars
Agence Régionale de Santé
Grand Est

LES SISM, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Les SISM sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

LES CINQ 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.

« S'engager en faveur de la santé mentale, c'est investir dans une vie et un avenir meilleurs pour tous (...). La santé mentale est un droit. Chacun de nous mérite de s'épanouir »

C'est ce qu'affirme l'Organisation mondiale de la santé dans son dernier rapport sur la santé mentale publié en juin 2022.



> DU MARDI 17 AU JEUDI 19 OCTOBRE

EXPOSITIONS

> mardi : de 10h à 17h - mercredi : 10h à 20h - jeudi : 10h à 17h/ Château des Rohan

Exposition des œuvres réalisées lors des ateliers thérapeutiques des hôpitaux de jour adultes et personnes âgées de l'EPSAN à Saverne.

Exposition de photos et parcours sensoriel réalisés par les ateliers thérapeutiques de l'hôpital de jour et du CMP enfant/ado de l'EPSAN à Saverne, Sarre-Union et Bouxwiller.

Proposées par L'EPSAN, pôle de psychiatrie adulte et infanto-juvénile, secteur Saverne-Alsace Bossue

Exposition des œuvres du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) de Saverne.

Proposée par Le GEM « Le Phare » de Saverne

Exposition d'une œuvre intitulée « Les couleurs des émotions en peintures et en poèmes » par les élèves de Terminale et de première HLP du Lycée du Haut-Barr dans le cadre du cours de philosophie.

Ateliers de création participative pour collaborer à la réalisation d'un poème collectif.

Proposée par la classe de philosophie de Mme Le Van avec l'artiste plasticienne Céline Widemann

Exposition de modelages sur le thème des émotions.

Proposée par la classe d'art plastique de 6^{ème} du Collège Les Sources

Diffusion en continu de la vidéothèque (5 courts métrages) pour la « promotion du parcours et de l'accompagnement du handicap psychique par et pour les personnes en situation de handicap psychique ».

Proposé par l'antenne Bas-Rhin du Crehpsy Grand Est et l'association Route Nouvelle

Vernissage des expositions le mercredi 18 octobre à 18h10



> MARDI 17 OCTOBRE

ÉCHANGE

« OSONS PARLER DE SANTÉ MENTALE »

Projection de courts-métrages pour comprendre et déstigmatiser les troubles psychiques. Echange avec des personnes concernées par les troubles psychiques pour mieux comprendre leur parcours et leur quotidien.

> de 10h à 12h / Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Réservé aux collégiens et lycéens

Proposé par le Crehpsy Grand Est et Le GEM « le Phare » de Saverne

CINÉ-DÉBAT

« VOUS AVEZ DIT BONHEUR ? »

Projection du documentaire « C'est quoi le bonheur pour vous » de Julien Perron (2017) suivie d'un débat animé par une praticienne en psychologie positive. Y seront abordées les notions d'épanouissement personnel, de bien-être, de gestion des émotions et de bienveillance envers soi-même.

> de 14h à 16h / Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Ouvert à tous

Proposé par La Mutualité Française Grand Est

> MERCREDI 18 OCTOBRE

ÉCHANGE

« OSONS PARLER DE SANTÉ MENTALE »

Projection de courts-métrages pour comprendre et déstigmatiser les troubles psychiques. Echange avec des personnes concernées par les troubles psychiques pour mieux comprendre leur parcours et leur quotidien.

> de 10h à 12h / Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Réservé aux collégiens et lycéens

Proposé par le Crehpsy Grand Est et Le GEM « le Phare » de Saverne



À LA RENCONTRE DES ASSOCIATIONS

UNAFAM - ESPOIR 67 - JEFF

Présence de :

- L'Union Nationale des Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM)
 - ESPOIR 67 : accueil et hébergement de personnes malades psychiques
 - JEFF : accompagnement à domicile de personnes en souffrance psychique par des pairs-aidants
- > de 10h à 20h / Château des Rohan

Ouvert à tous

Avec L'UNAFAM 67, ESPOIR 67, JEFF

ATELIER DE SOPHROLOGIE

PARENTS-ENFANTS

Atelier de sophrologie parent-enfant pour s'accorder du temps en famille en prenant soin de soi. En binôme parent-enfant.

> de 13h30 à 15h / Bibliothèque Municipale de Saverne

Inscription auprès de Patricia 03 88 71 57 25 / 06 37 75 40 71

Organisé par le service Famille du Centre Socio-Culturel

MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE

DÉAMBULATION FESTIVE

accompagnée d'artistes et de musiciens.

Venez nombreux vous faire entendre pour la promotion de la santé mentale ! Avec l'école de musique Crescendo et des artistes échassiers.

> de 15h à 16h / Déambulation de la Place du Général-de-Gaulle à la Grand 'Rue

Possibilité d'annulation en cas d'intempéries.

Organisé par les membres du CLSM de Saverne



À LA RENCONTRE D'ANIMAL'HOM

Association proposant **médiation par l'animal**, accompagnements vers l'insertion professionnelle et interventions au domicile de personnes présentant des troubles psychiques.

> 16h : *présentation de l'association*

> 17h : *échanges croisés avec le CMP enfants-ados sur les bienfaits de la médiation animale*

Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Ouvert à tous

Proposé par Animal'Hom

> JEUDI 19 OCTOBRE

JOURNÉE DU BIEN-ÊTRE

À LA MISSION LOCALE

Apprentissage de techniques de gestion des émotions et du stress, de verbalisation et d'évacuation.

> de 10h à 16h / Mission Locale de Saverne

Réservé aux jeunes de la Mission Locale

Avec Audrey Fischer, sophrologue

J'AIDE UN PROCHE

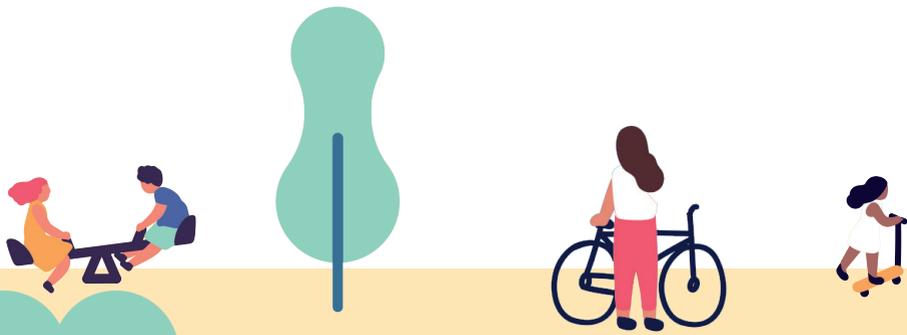
L'ÉPUISEMENT, ON EN PARLE ?

Conférence sur l'aide qu'apportent les aidant.e.s et les conséquences sur leur santé en général et leur santé mentale en particulier.

> de 14h à 15h / Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Ouvert à tous

Proposé par le Centre d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (CIDFF)



DÉBAT INTERGÉNÉRATIONNEL

C'EST QUOI LE BONHEUR POUR VOUS ?

Rencontre-débat entre les jeunes de la classe 3ème prépa-métiers du Lycée Jules Verne et des résidents des Marronniers.

> de 14h à 16h / Résidence intergénérationnelle Les Marronniers

Proposé par le lycée Jules Verne et le CCAS de Saverne

> VENDREDI 20 OCTOBRE

NOUS AVONS DÉCOUVERT

LA MÉDIATION ÉQUINE

Retour d'expérience de médiation équine vécue par des personnes accompagnées par le SIMOT et la Mission Locale de Saverne.

> de 13h à 15h / Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Ouvert à tous

*Avec Le SIMOT et la Mission Locale de Saverne,
L'écurie du Cormier de Marmoutier*

L'UNIVERS DE MON ADO

Espace de rencontre et d'échange entre parents et l'équipe HOP'ADO sur les thématiques en lien avec la santé mentale des jeunes : rapport à l'alimentation, vie affective et sexuelle, consommations et conduites à risques, relation au corps et gestion des émotions.

> de 18h à 20h / Château des Rohan, salle Marie-Antoinette

Ouvert à tous

*Avec l'équipe pluridisciplinaire de l'hôpital de jour
« Hop'Ado » du Centre Hospitalier de Saverne*





VILLE de SAVERNE

À tous les âges de la vie,
ma santé mentale est un droit.
17-20 octobre 2023

