

35e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale du 7 au 20 octobre 2024

EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE !

Les SISM sont organisées chaque année au mois d'octobre sur tout le territoire français. Ces deux semaines ont pour objectifs de lever le tabou sur la santé mentale, apporter des réponses collectives pour surmonter les obstacles au bien-être et valoriser toutes les ressources utiles pour améliorer la santé mentale. Les SISM contribuent ainsi à protéger et promouvoir la santé mentale, état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité, de toute la population.

Avec la mise en place, en décembre dernier, du Conseil Local de Santé Mentale de Vichy Communauté, c'est dorénavant la commission « Communication » qui s'occupe de l'organisation de cet événement. Cette commission compte différents acteurs dont Vichy Communauté, Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes délégation de l'Allier (ex IREPS), l'association SAGESS, l'ANEF 63 03, le HUDA et CADA ADOMA, le GEM la Main Tendue, le réseau Intermed, le Mobil 'santé, la fédération française de la randonnée pédestre, le centre de bien-être Forest & Zen, la MGEN, la Mission locale Vichy, le SIJ de Vichy, ADDAPT 03, le CCAS de Vichy et l'UNAFAM.

Ce collectif s'implique depuis plusieurs années dans les semaines d'information de la santé mentale à travers un programme d'animations qui se veut particulièrement dense cette année autour du thème « En mouvement pour notre santé mentale ».



OBJECTIFS DES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

- **Sensibiliser** le grand public aux questions de Santé mentale, à travers des actions ouvertes à tous.
- **Informer** sur les différentes approches de la Santé mentale. Cette édition qui a pour thématique « **En mouvement pour notre santé mentale** », inspirera des actions tout public autour de l'activité physique.
- **Rassembler** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des événements, professionnels et usagers de la santé mentale.

Concours de pétanque

Maison de la Mutualité à Vichy

Mardi 8 octobre de 9h30 à 16h30

- Accueil des participants à partir de 09h30
- Début du concours à 10h30
- Jusqu'à 32 équipes, composées de 2 joueurs
- Prévoir un jeu de 3 boules pour chaque participant
- Les gagnants seront récompensés
- Présence d'une buvette avec café, jus de fruits et gâteaux à petits prix
- Présence de stands autour de la santé mentale : Bus Mobil'Santé, Maison de Protection des Familles de l'Allier

Sur Inscription auprès du GEM au 04 70 98 34 96
ou par mail à gemvichy@gmail.com

Village destinés aux familles et aux jeunes

Creuzier-le-Neuf

Mercredi 9 octobre de 14h à 17h

Ateliers proposés :

- « Ça va maman ? » : action de sensibilisation à la santé mentale des parents, portée par l'équipe du Bus santé précarité
- Séance de psychomotricité
- Activités sportives pour les enfants
- Atelier yogo parent/enfant ou yoga enfant
- Sophrologie
- Séance de lecture animée présenté par la bibliothécaire de Creuzier-le-Neuf

Accès gratuit sans inscription

Journée bien-être : Ça bouge à l'ESAT

Esat de Creuzier-le Neuf

Jeudi 10 octobre de 9h à 17h

- Atelier tennis avec le club de Creuzier-le-Vieux
- Musicothérapie avec Madame Sylvie Rive
- Ateliers esthétiques avec l'ES Vichy
- Atelier escrime adapté avec Adriano Cavallo
- Atelier sport adapté avec Adopt'03
- Atelier danse inclusive avec Isabelle Frisch

Réservé aux travailleurs de l'ESAT

Ciné-débat

Centre social La Passerelle à Cusset

Mardi 15 octobre à 18h

Projection du film « À la folie » (film – 2022- réalisé par Audrey Estrougo, avec Virginie Van Robby, Lucie Debay, Anne Coesens).

Avec la participation de l'UNAFAM, Mme Gourde (psychologue) et les jeunes de la Mission Locale de Vichy.

Accès gratuit sans inscription

Le Village de clôture des SISM

Centre Omnisports Auvergne-Rhône-Alpes de Vichy

Jeudi 17 octobre

De 9h à 14h30 : animations réservées aux usagers des structures (SAGESS, ANEF, INTERMED, CADA)

- 9h - 9h30 : Accueil
- 9h30 - 10h : Réveil musculaire avec Aude, professeur de yoga
- 10h - 12h : Alternance Rando Challenge,

animation fresque avec des professionnels des structures et expression corporelle

- 12h - 12h30 : Repas partagé ; chaque association apporte un plat
- 13h30 - 14h30 : Alternance Rando Challenge, animation fresque avec des professionnels des structures et expression corporelle

À partir de 14h30 : animations ouvertes à tous gratuitement et sans inscription

Arrivée de la torche paralympique et animation danse, percussions.

Des ateliers pour les étudiants « Une Pause pour moi »

Pôle Universitaire de Vichy

Jeudi 17 octobre de 11h à 15h30

- Sophrologie, automassage, bols tibétains, yogo, massage plantaire...
- Art thérapie
- Vélo smoothie et cuisine de barre céréales
- Stand photo avec la présence de la torche olympique
- Ferme pédagogique
- Présence de la radio étudiante Calidis

Réservé aux étudiants du territoire

Sensibilisation auprès des agents de la Police municipale du territoire

Mardi 22 octobre

En partenariat avec l'UNAFAM, le Contrat Local de Santé de Vichy Communauté organise une sensibilisation d'une durée de 3h auprès des agents de la police municipale du territoire autour de la santé mentale.

Chroniques : autour du handicap et de la santé mentale

Toute la semaine des adhérents du GEM La main tendue suivront le programme des SISM et réaliseront des chroniques sur Radio Coquelicot.



Contrat Local de Santé Mentale de Vichy Communauté

La santé mentale est aujourd'hui perçue comme une action globale et transversale qui comprend les actions de prévention, de diagnostic, de soins, de réadaptation et de réinsertion sociale où tous les acteurs sont associés.

La politique nationale de santé mentale repose sur la mise en œuvre, au niveau des territoires, de Projets Territoriaux de Santé Mentale (PTSM) élaborés par l'ensemble des acteurs du secteur.

De ces PTSM naissent les Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM), outils de déclinaison de la politique de santé mentale au niveau local au service d'un meilleur parcours de santé et de vie pour les personnes, sécurisé et sans ruptures.

Depuis son lancement en décembre 2023, le Conseil Local de Santé Mentale de Vichy Communauté est à la fois un outil politique de démocratie sanitaire, un espace de concertation, de coordination, et de codécision sur le territoire. Il regroupe les élus locaux, la psychiatrie publique, les acteurs du logement, les associations des aidants et l'ensemble des professionnels du territoire concernés par la santé mentale.

Grâce à ses trois commissions « Communication », « Accès au droit » et « Besoins spécifiques et singuliers », le CLSM permet non seulement de favoriser l'inclusion sociale, l'autonomie et la pleine citoyenneté des personnes concernées mais également de porter des actions de lutte contre la stigmatisation, destinées au grand public notamment lors des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM).



DIRECTION DE LA COMMUNICATION - PRESSE

Direction de la communication Vichy Communauté

+33 (0)4 70 96 57 31 - +33 (0)6 24 60 62 88 - communication@vichy-communaute.fr



VICHYCOMMUNAUTÉ

9, Place Charles-de-Gaulle - CS 92956 - 03209 VICHY CEDEX - +33 (0)4 70 96 57 00 - accueil@vichy-communaute.fr

WWW.VICHY-COMMUNAUTE.FR