

33^{ème} édition
des Semaines d'Information sur la Santé Mentale
du 10 au 23 OCTOBRE 2022

« POUR MA SANTÉ MENTALE,
AGISSONS POUR NOTRE ENVIRONNEMENT »

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.

La thématique des SISM 2022 cible la dimension physique de notre environnement qui renvoie à :

- L'environnement immédiat : logement (accès, maintien, qualité etc.)
- L'environnement plus large : aménagements des communes (infrastructures, qualité du réseau de transport en commun, présence et accès à la nature et la biodiversité)
- L'environnement plus lointain : la planète et la crise écologique actuelle.

La qualité de notre logement influe sur notre bien-être. Par exemple, les difficultés pour accéder à un logement et le conserver (coût, discriminations) peuvent pousser vers la précarité, dégrader la situation sociale, déclencher ou aggraver des souffrances psychiques. Les effets de la mauvaise qualité du logement (exiguïté, insalubrité, dangers, sur-occupation, etc.) sur les troubles psychiques et la santé mentale ont été prouvés. Le logement peut devenir vecteur de honte et les besoins primaires du quotidien (manger, dormir, se laver, se sentir en sécurité) difficile. Avoir un chez soi est aussi une étape importante d'un parcours de rétablissement : « l'accès et le maintien dans le logement des personnes en situation de handicap psychique sont essentiels pour assurer la continuité des soins et du suivi, dans et hors de l'hôpital, tout en favorisant l'inclusion sociale et l'autonomie, facteurs de rétablissement ».

L'aménagement des communes contribue au bien-être des populations. Par exemple, le réseau de transport conditionne l'accès pour toute la population aux loisirs, aux soins, aux sports etc. De même, la diversité des structures dans une commune ou sur un territoire participe à l'épanouissement des individus, en leur permettant d'accéder aux services dont ils ont besoin. Par ailleurs, la multiplication des espaces de nature contribue au bien-être, car ce sont des ressources pour la détente, l'activité physique et l'interaction sociale. Ils aident à réduire le stress et l'anxiété, augmentent les affects positifs (joie, enthousiasme, optimisme) et réduisent les affects négatifs. L'accès à la nature et l'organisation des espaces verts contribuent ainsi à « améliorer la qualité des milieux urbains, renforcer la résilience face au changement climatique, (...) améliorant ainsi la santé et le bien-être des citoyens ».

Enfin l'environnement physique renvoie à la planète dans laquelle nous vivons. En 2021, dans son rapport sur le changement climatique, l'OMS indique que « l'évolution du climat a des effets néfastes sur la santé mentale ». Une étude publiée en septembre 2021, interrogeant 10 000 jeunes de 16-25 ans, issus de dix pays différents, décrit que 59% des jeunes déclarent être « très » ou « extrêmement inquiets » du changement climatique et que 45 % affirment que l'anxiété climatique affecte leur vie quotidienne (sommeil, nutrition, études, loisirs). Au-delà des jeunes, les préoccupations écologiques sont intergénérationnelles. Leurs effets sur la santé mentale se manifestent par l'éco-anxiété¹, la solastalgie², du stress post-traumatique ou l'aggravation de maladies déjà présentes. Enfin, les changements climatiques, les épisodes de canicule ou de pollution peuvent favoriser l'apparition de troubles dépressifs, la majoration d'épisodes d'anxiété ou de violence. Et l'affaiblissement de la santé mentale dû à ces enjeux écologiques limite et réduit la capacité d'agir individuelle pour œuvrer en faveur de la planète.

¹ « Face aux phénomènes climatiques et effondrements en cours, les individus ressentent une forme de stress pré-traumatique appelée éco-anxiété », disponible sur : <http://www.solastalgie.fr/la-solastalgie-c-est-quoi/>

² « La solastalgie renvoie à la douleur de perdre son habitat, son refuge, son lieu de réconfort » disponible sur : <http://www.solastalgie.fr/la-solastalgie-c-est-quoi/>

CONTACTS



EPISM de Vendée
Centre Hospitalier Georges Mazurelle
02 51 09 72 18 - 02 51 09 72 21
www.ch-mazurelle.fr



Association Le Bout du Tunnel
Groupe d'entraide Mutuelle - La Roche-sur-Yon
06 50 63 05 89



Havre de Vie, Groupe d'entraide Mutuelle
1 Rue des Minées - Challans
02 51 54 57 86



Ville de La Roche-sur-Yon
02 51 47 47 69
www.larochesuryon.fr



AREAMS
02 51 05 33 59
www.areas.fr



Adapei-Aria
02 51 37 16 61
www.adapei-aria.com



UNAFAM Vendée
06 61 13 09 13
www.unafam.org



Ne pas jeter sur la voie publique

Semaines d'information
sur la santé mentale

PROGRAMME 2022
des manifestations en Vendée

33^e
ÉDITION

10 - 23 OCTOBRE 2022



LES HERBIERS

Mardi 11 Octobre à partir de 10h00
TABLE RONDE LOGEMENT ET ENVIRONNEMENT
4 rue G. Legagneux // Ouvert à tous - Gratuit

SAINT-JEAN-DE-MONT

Dimanche 16 Octobre de 10h30 à 12h30
INAUGURATION PARCOURS AU CŒUR DE LA VILLE « CHEMIN DES ILOTS VERTS »
Départ groupé devant la mairie // Ouvert à tous - Gratuit

Vendredi 21 Octobre à 20h30
« LA GÉOMÉTRIE DES SILENCES » un spectacle de Marc Buléon
Médiathèque, boulevard du Maréchal Leclerc
Sur inscription : 02 51 58 91 12
Ouvert à tous - Gratuit

CHALLANS

Dimanche 23 Octobre à partir de 9h30
MARCHÉ ET MÉDIATION ANIMALE
9h30 : marche de 8km
10h00 : sensibilisation à la médiation animale
sur un circuit de 3km - Contact : 06 79 48 52 60
Ferme de la Terrière
Ouvert à tous - 3€ café et brioches offerts

LUÇON

Du 10 au 24 Octobre
EXPOSITION DES POÈMES DES LAURÉATS
DU CONCOURS DE POÉSIE
Librairie Arcadie, 2 place du petit booth
Ouvert à tous - Gratuit

Mardi 18 octobre de 14h00 à 17h00
PORTES OUVERTES DU GEM L'HIRONDELLE
Rue du Grand Carmel // Ouvert à tous - Gratuit

FONTENAY-LE-COMTE

Jeudi 13 Octobre de 14h00 à 17h30
PORTES OUVERTES MAISON RELAIS ET TABLE OUVERTE
Maison Relais, 3 Rue des Gravants - 85200 Fontenay Le Comte // Ouvert à tous - Gratuit

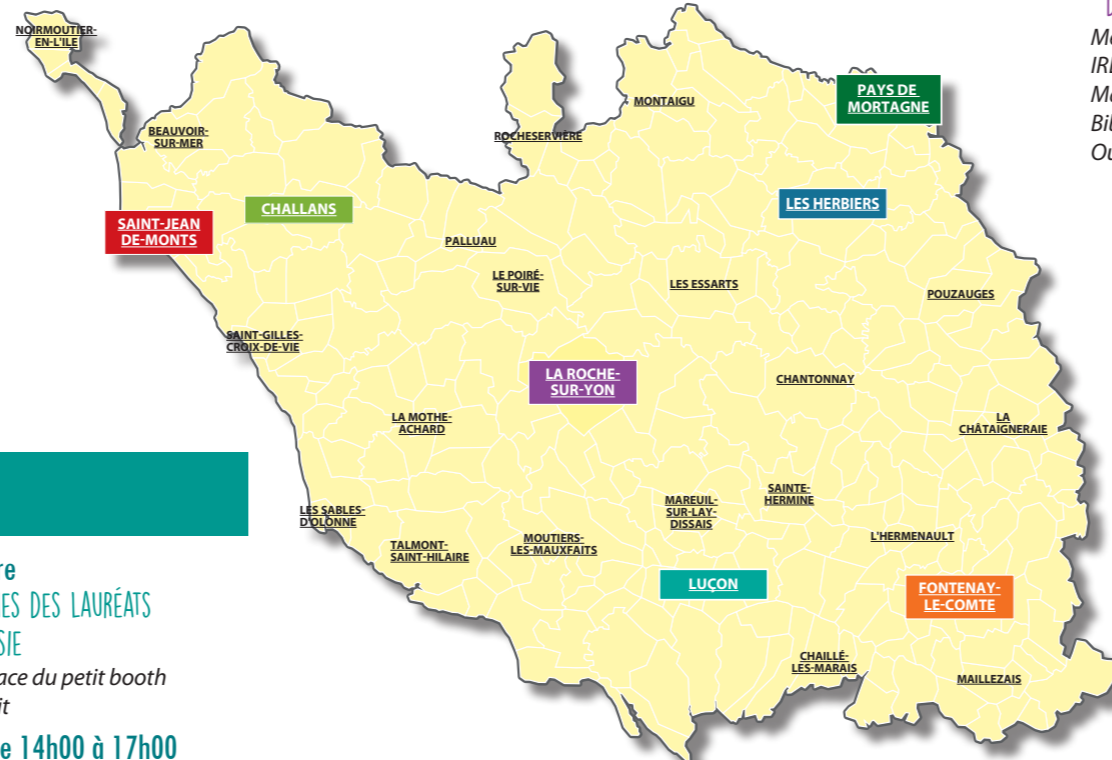
Jeudi 13 Octobre de 14h00 à 17h00
PORTES OUVERTES DU GEM L'HIRONDELLE
3 Rue de la Rochefoucault, 85200 Fontenay-le-Comte // Ouvert à tous - Gratuit

Samedi 22 Octobre de 9h30 à 13h00
« LES CHOUX NE SONT PAS FOUS », Animation et activités libres
Place du marché // Ouvert à tous - Gratuit

PAYS DE MORTAGNE

Du 10 au 24 Octobre
CAMPAGNE D'INFORMATIONS SUR LES TROUBLES DU STRESS POST TRAUMATIQUE
Maison de santé de Mortagne-sur-Sèvre // Ouvert à tous - Gratuit

EXPOSITION DES POÈMES DES LAURÉATS DU CONCOURS DE POÉSIE
Dans les Maisons de santé de Mortagne-sur-Sèvre, La Gaubretière et St Laurent-sur-Sèvre
Ouvert à tous - Gratuit



Jeudi 13 Octobre de 13h30 à 17h00
PORTES OUVERTES DU CRÉHAP85
Centre Hospitalier Georges Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Jeudi 13 Octobre de 14h00 à 17h00
PORTES OUVERTES
HÔPITAL DE JOUR D'ADDICTOLOGIE – FIRPA
Centre Hospitalier Georges Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Vendredi 14 Octobre
de 10h30 à 11h30 ATELIER « SANTÉ MENTALE ET ENFANCE »
de 14h00 à 15h00 ATELIER « SANTÉ MENTALE ET PARENTALITÉ »
Inscription : <https://bit.ly/3LrTcYx>
IREPS, 112 Boulevard d'Italie
A destination des professionnels - Gratuit

LA ROCHE-SUR-YON

Du 10 au 24 Octobre
EXPOSITION PHOTOS « SOIGNER, C'EST ÊTRE LÀ ! »
D'ARNAUD ROINÉ en partenariat avec l'Unafam
Maison de Quartier des Pyramides // Ouvert à tous - Gratuit

EXPOSITION DES POÈMES DES LAURÉATS
DU CONCOURS DE POÉSIE
Médiathèque B. Rabier, Esplanade Jeannie Mazurelle
IREPS, 112 Boulevard d'Italie
Maison de quartier de St André d'Ornay
Bibliothèque des usagers - Centre Hospitalier G. Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Lundi 10 Octobre de 9h30 à 12h00
PORTES OUVERTES
HÔPITAL DE JOUR SOCIOTHÉRAPIE – FIRPA
Centre Hospitalier Georges Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Mardi 11 Octobre de 14h00 à 17h00
LECTURE DES POÈMES DES LAURÉATS
DU CONCOURS DE POÉSIE
Organisé par le GEM Le Bout du Tunnel
Salle des fêtes du foyer - Centre Hospitalier G. Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Les 11 et 20 Octobre de 9h30 à 13h00
PORTES OUVERTES
HÔPITAL DE JOUR LA SIMBRANDIÈRE – FIRPA
84 Rue de la Simbrandière
Ouvert à tous - Gratuit

Vendredi 14 Octobre de 13h30 à 17h00
PORTES OUVERTES HÔPITAL DE JOUR D'ART-THÉRAPIE
Centre Hospitalier Georges Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Vendredi 14 Octobre de 14h00 à 20h00
PORTES OUVERTES
DE LA RÉSIDENCE ACCUEIL – ADAPEI ARIA
11 cours Bayard // Ouvert à tous - Gratuit

Vendredi 14 Octobre de 15h00 à 16h00
LECTURE DU CONTE « LE BÛCHERON, LE GÉANT ET
LA HACHE MAGIQUE »
sous forme d'un kamishibai (théâtre de papier)
Bibliothèque des usagers - Centre Hospitalier
Georges Mazurelle // Ouvert à tous - Gratuit

Les 14 et 15 Octobre de 14h00 à 17h00
PORTES OUVERTES DU GEM LE BOUT DU TUNNEL
25 rue Maréchal Foch // Ouvert à tous - Gratuit

Samedi 15 Octobre de 9h30 à 12h30
« LES CHOUX NE SONT PAS FOUS »
Animation et activités libres
Maison de quartier de St André d'Ornay
Ouvert à tous - Gratuit

Lundi 17 Octobre
ATELIER « SANTÉ MENTALE ET ADULTE »
3 sessions d'une heure (9h30, 11h00 et 14h00)
Inscription : <https://bit.ly/3LrTcYx>
IREPS, 112 Boulevard d'Italie
A destination des professionnels - Gratuit

Mardi 18 Octobre de 9h30 à 19h00
JOURNÉE « BIEN-ÊTRE AU JARDIN »
Maison de quartier de St André d'Ornay
Ouvert à tous - Gratuit

Mercredi 19 Octobre de 13h30 à 16h30
PORTES OUVERTES DE L'UNITÉ D'ENSEIGNEMENT
« ÉCOLE DES BUISSONNETS »
Centre Hospitalier Georges Mazurelle
Ouvert à tous - Gratuit

Mercredi 19 Octobre à 20h00
CHORALE « IFSI ON CHANTAIT » ET « ALLEGRIA »
Chapelle - Centre Hospitalier Georges Mazurelle
Ouvert à tous dans la limite des places disponibles -
Gratuit

Jeudi 20 Octobre à partir de 9h00
TOURNOI DE TENNIS DE TABLE
Dans le cadre de « Sport en tête »
Sur inscription au secrétariat de la FIRPA : 02 51 09 72 56
Complexe sportif des terres noires
Ouvert à tous - Gratuit

Jeudi 20 Octobre de 17h00 à 19h00
RENCONTRE AVEC LE PHOTOGRAPHE ARNAUD ROINÉ
« SOIGNER, C'EST ÊTRE LÀ ! » en partenariat avec l'Unafam
Maison de Quartier des Pyramides
Ouvert à tous - Gratuit