

31<sup>e</sup>

ÉDITION

17 - 27 MARS 2020

# SANTÉ MENTALE



*et*

# DISCRIMINATIONS

[WWW.SEMAINES-SANTE-MENTALE.FR](http://WWW.SEMAINES-SANTE-MENTALE.FR)

La qualité de vie nous rapproche

## Conférence de Claude FINKLESTEIN



« En finir avec les idées fausses  
sur la psychiatrie  
et la santé mentale »  
sortie prévue en février 2020



De Christian Müller, Claude Finkelstein

Mardi 17 mars | 18h30 |

Amphithéâtre du lycée Ernest Renan

2 et 4 bd Hérault

Dans le cadre de la saison des bibliothèques Un auteur un livre.

Claude Finkelstein a sombré dans la dépression et s'en est sortie avec l'aide d'anciens malades. Elle a milité en faveur de la généralisation de groupes d'entraide gérés par les patients et obtenu le feu vert et les crédits. A Saint-Brieuc il y a trois Groupes d'Entraide Mutuelle.

*Les maladies mentales sont l'objet de fantasmes, de peurs et de tabous aggravant l'isolement des patients et de leurs proches. Ce livre propose de sortir des clichés et des peurs en déconstruisant 90 idées reçues sur la santé mentale et la psychiatrie.*

## Témoignages

### Vidéothèque vivante

Changer de regard sur les personnes malades en comprenant leur quotidien, c'est ce que proposent les vidéothèques vivantes. Des personnes rétablies témoignent de ce quotidien.

Pendant la rencontre, projection d'une vidéo et présentation

d'une application numérique de soutien.

Chaque jour un thème et des témoins différents | 16h30 à 18h | 12 places par soirée.

Inscription conseillée.

MJC du Plateau - Salle « verte » - 1 avenue Antoine Mazier

- **Troubles du Comportement Alimentaire** : Mercredi 18 mars et vendredi 27 mars
- **Addictions** : Mardi 17 mars et mercredi 25 mars
- **Schizophrénie** : Lundi 23 mars
- **Troubles bipolaires** : Jeudi 26 mars

Inscription : veronique.gouin@saint-brieuc.fr

Renseignements : 06 15 91 37 43



## Portes ouvertes sportives

### « Coup de projecteurs »

Langueux Basket Club et le Stade Briochin sont des clubs ayant une section sport adapté. Venez assister à un entraînement et rencontrer les sportifs.

**Mardi 24 mars | 18h à 19h30 |**

**Langueux Basket Club : Gymnase - rue de Bretagne  
22360 Langueux**

**Jedi 26 mars | 18h30 à 19h30 |**

**Stade Briochin : stade Fred Aubert - 31 rue J. le Brix**

Retrouvez  
les interviews des  
sportifs  
sur RadioActiv.



## Ciné Débat



« Chacun pour tous » VF. Film réalisé par Vianney Lebasque  
- Tout public

**Mardi 24 mars | 19h45 | Durée 1h34**

**Cinéma Club 6 – 40 bd Clémenceau**

Martin, coach de l'équipe française de basketteurs Sport adapté, est au pied du mur. En pleine préparation des Jeux Paralympiques, ses meilleurs joueurs viennent de le laisser tomber. Il complète son effectif par des joueurs valides.

**Projection suivie d'un débat animé par les professionnels :**  
**« Diversité et inclusion : comment inclure les différences dans la vie sociale, culturelle et sportive ? »**

## Conférence

En partenariat avec  
« Les soirées de la santé »



### Nicolas Sahuc

Diététicien, spécialiste des troubles des conduites alimentaires et de l'obésité, attaché au CHU de Montpellier, également chroniqueur à la télévision, propose une vision différente et bienveillante de la diététique.

**Vendredi 20 mars | 18h à 20h |**

**Salle du Conseil municipal - Hôtel de Ville**

## Expositions photos



« Regardez-nous, écoutez-nous, nous sommes comme vous »

Exposition proposée par les patients de La Fondation Saint-Jean de Dieu et l'association La Cigogne. Présentation de 25 portraits accompagnés de paroles d'usagers.

du mercredi 25 mars au vendredi 10 avril

| 8h00 à 12h30 | et | 13h30 à 17h |

Jardin d'hiver – Hôtel de Ville de Saint-Brieuc

Cette exposition inaugure le Déstigma'Tour qui circulera en 2020 et 2021 dans le département, la Bretagne et partira pour une traversée de la France jusqu'à Bayonne dans le but de voyager pour rencontrer la différence.

« Bas les masques »

L'exposition a été réalisée par des patients de la Clinique du Val Josselin à l'occasion de Photoreporter « Le Off », édition 2019.

Passant progressivement du noir à la couleur, cette série photos évoque les émotions, du plus sombre de la maladie, jusqu'à la sérénité retrouvée.

du mardi 17 au samedi 28 mars | horaires de la bibliothèque |

Bibliothèque Albert Camus - La Croix Saint-Lambert



## Café psy

« Connaître, comprendre, agir »

Mardi 24 mars | 16h30 à 18h00 | - Public adulte

Bibliothèque Albert Camus – Croix Saint-Lambert

En 2020, les membres du Conseil Local de Santé Mentale proposent au public 6 rencontres pour parler ensemble et sans tabou des droits des personnes malades : droits des malades avant, pendant et en dehors des hospitalisations ; conditions de soins en psychiatrie ; droits des personnes malades au quotidien ; accès aux soins...

Rencontres sans ordre du jour, afin de permettre l'expression de chacun. La première de ces rencontres est proposée à l'occasion des SISM.

## Journée festival plein air

### « Festi'Valais »

Jeudi 19 mars | 10h à 16h30 |

Plage du Valais - Randonnées sur inscription dans la limite des places disponibles

Tout au long de la journée, devant la plage et autour des cabanons, le public est invité à des activités ludiques pour prendre l'air et prendre soin de soi en s'amusant. Le Festi'Valais est une initiative du Comité Départemental du Sport Adapté et du GEM Vivre au Pluriel entourés de nombreux bénévoles et associations. Venez seul ou à plusieurs, toute une équipe sera là pour vous accueillir.



#### MATIN

- 10h Ouverture de la journée : « **Discrimination et santé mentale, de quoi parle-t-on ?** »
- 10h30 **Départs des petites randonnées (2, 4 et 6 km environ)**
- 10h30 – 12h **Bibliothèque Vivante**

#### APRÈS-MIDI

- 14h **Départs des petites randonnées (2, 4 et 6 km environ)**
- 14h – 15h30 **Bibliothèque Vivante**
- 16h15 **Clôture de la journée**

#### TOUTE LA JOURNÉE

**Stands, activités ludiques autour des sens, flashmobs, ateliers dégustation, musique...**

**Collations et boissons : stand tenu par le GEM Vivre au Pluriel.**

Inscription : [cdsportadapte22@gmail.com](mailto:cdsportadapte22@gmail.com)

Renseignements : 02 96 76 25 32

Rire, pleurer, crier...

On peut parler de santé mentale avec les enfants :  
des animations auront lieu sur le temps de midi dans plusieurs  
écoles primaires sur le thème :

« comment reconnaître nos émotions et les nommer ? »





Suivez l'événement SISM de chez vous  
sur vos radios locales :

ça s'écoute  
ici et là...

- sur Radio Activ' – 101.9 Mhz  dans Midi à l'Ouest, tous les jours à 12h10
- sur RCF – 100.6 Mhz 

ça réseaute  
ici et là...

Suivez la semaine nationale SISM sur  
FB  et Twitter 



Ces semaines sont organisées  
en partenariat avec La Ville de Saint-Brieuc  
par les membres du collectif local des SISM :

CCAS, association UNAFAM, Fondation Saint-Jean de Dieu, Mutualité Française 22, Clinique du Val Josselin, Mission Locale, MGEN, IREPS, ADAPEI-Nouvelles, Lycée Ernest Renan, Lycée professionnel Jean Moulin, Comité départemental du sport adapté, Groupes d'entraide Mutuelle Vivre au Pluriel et Espace Crumble, CRPA, Association Beauvallon, Solidarité Anorexie Boulimie, TIPI, Association Alcool Assistance, Maison des Jeunes et des adolescents, PEP-Bretill'Armor - CMPP, Mutualité Française Bretagne, Délégation du défenseur des droits, UnVsti, Chorale Les cigales dans la fourmière, Centre hospitalier Yves Le Foll, MJC du Plateau, Centre d'Accueil à la Parentalité, Langueux Basket Club, Stade Briochin.