

ÉDITO

Cette année, le thème des Semaines d'information sur la santé mentale est : « A tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ». Une affirmation simple, forte et juste, qui fait mouche et sonne comme un slogan. On ne pouvait trouver meilleure accroche pour cette 34ème édition !

Comme le dit l'OMS, enfants, adolescents, jeunes adultes, adultes, chacun de nous mérite de s'épanouir. A cet égard, la santé mentale est aussi importante que la santé physique. Il est d'ailleurs acquis aujourd'hui que les deux sont étroitement imbriquées et indissociables l'une de l'autre. Nous en avons tous fait, un jour ou l'autre, l'expérience.

S'engager en faveur de la santé mentale, c'est investir dans une vie et un avenir meilleurs pour tous. Pour toutes ces raisons, la santé mentale doit susciter plus d'engagement et d'investissement, chez tous les acteurs, dans tous les secteurs.

Grâce aux multiples actions passées, il y a incontestablement et très heureusement une prise de conscience progressive dans la population. La perception de la santé mentale et de ses représentations évolue,

les préjugés et les réflexes de stigmatisation ou de discrimination s'effacent au fur et à mesure. Il ne faut pas relâcher l'effort.

L'année dernière, la déclinaison locale des Semaines d'information sur la santé mentale avait rencontré un franc succès. Je suis certain que l'édition 2023 poursuivra l'élan de la précédente et l'amplifiera, notamment grâce aux liens tissés avec d'autres événements du territoire comme le festival de la parentalité.

Il convient de remercier vivement la CPAM de la Manche qui finance une partie des actions. Et bien sûr tous les acteurs du collectif SISM et les partenaires associés. Ils n'ont pas ménagé leur temps et leurs efforts pour nous concocter un magnifique programme, à la hauteur de l'objectif.

Venez nombreux pour que le succès soit, cette année encore, au rendez-vous. Ils le méritent bien !

Jean-Dominique Bourdin
Vice-président de Coutances mer et bocage en charge de la santé

Semaines d'information
SUR
la santé mentale

34^e
ÉDITION

Semaines d'information
SUR
la santé mentale

9 - 22 octobre 2023

Pendant deux semaines, les Semaines d'information sur la santé mentale sont l'occasion de réfléchir tous ensemble aux solutions à mettre en place pour que le droit à la santé mentale puisse être effectif à tous les âges de la vie. Avec 5 objectifs : sensibiliser, informer, rassembler, aider et faire connaître.

Coordination : Service promotion de la santé de Coutances mer et bocage.

Partenaires financiers : Coutances mer et bocage, CPAM de la Manche.

Collectif SISM 2023 : Service promotion de la santé de Coutances mer et bocage, CCAS de Coutances, GEM Arrimage, Fondation Bon Sauvreur de la Manche, UNAFAM, Parentibus, Réseau VIF.

La sélection des bibliothécaires



Du lundi 2 octobre au mardi 31 octobre
📍 Dans les médiathèques et bibliothèques
du réseau de Coutances mer et bocage

Coups de cœur des bibliothécaires et sélection d'ouvrages sur le thème de la santé mentale, de la parentalité et des addictions, à retrouver tout le mois d'octobre dans le réseau des bibliothèques.

Gratuit et ouvert à tous



Programme

Cinés-débats

Les projections seront suivies d'un temps d'échanges en présence d'acteurs locaux de la famille et de la santé. L'opportunité de parler de la parentalité et des relations familiales, de briser les silences, de lever les tabous et de débattre sereinement de la consommation de stupéfiants et d'alcool, loin des discours diabolisants...

Gratuit et ouvert à tous

Dans la limite des places disponibles. Possibilité de retirer les places à l'avance aux caisses des cinémas.



«Petit samedi»

Mardi 10 octobre à 20h

📍 Cinéma de la Plage,
34 avenue de l'Aumesle à Hauteville-sur-mer

Film et débat

Durée : 1h15

Un film de Paloma Sermon-Dai avec Damien Samedi et Ysma Sermon-Dai., présenté à la Berlinale Forum en février 2020 et grand prix du jury Diagonales ainsi que le prix du meilleur documentaire des Magrittes 2022.

Damien Samedi a 43 ans. Quand il était enfant, dans son village wallon en bord de Meuse, on l'appelait le « Petit Samedi ». Pour sa mère Ysma, Damien est toujours son gamin, celui qu'elle n'a jamais abandonné lorsqu'il est tombé dans la drogue. Un fils qui a, malgré tout, cherché à protéger sa mère. Un homme qui tente de se libérer de ses addictions et qui fait face à son histoire pour s'en sortir.



« Tout pour être heureux ? »

Mardi 17 octobre à 20h

📍 Cinéma le Long-Court,
24 rue Saint-Maur à Coutances

Film et débat

Durée : 1h25

Un film de Jérôme Adam, primé aux Impact Docs Awards en 2022.

Inspiré par son histoire familiale, Jérôme Adam part à la rencontre de femmes et d'hommes que l'on entend rarement : les sœurs et les frères de personnes dépendantes. De la Champagne à la Normandie, de Paris à New York et Barcelone, il nous entraîne dans un voyage intime qui libère la parole et soulage les blessures... un voyage inédit au cœur des familles.

Organisés par le service promotion de la santé de Coutances mer et bocage

Dans le cadre du festival de la parentalité

FESTIVAL de la PARENTALITÉ

Échange

Perdre un enfant pendant la grossesse ou autour de sa naissance : père, mère, grands-parents, en parler ensemble pour briser le tabou du deuil périnatal

Mercredi 11 octobre à 20h30

📍 Salle des associations à Montmartin-sur-Mer

En face du 11 rue du Mesnil

Soirée animée par Marion Lanarre, psychologue, et Lénaïg Breton, sage-femme.

Gratuit et ouvert à tous

Dans la limite des places disponibles.

Réservation au : 02 61 67 21 58

pesl@communaute-coutances.fr

Organisé par le projet éducatif social local de Coutances mer et bocage

Théâtre-documentaire

Pièce de théâtre

« Je ne suis pas le fou qu'ils disent »
de Sarah Jolly et Thierry Beucher. Production Théâtre de l'Intranquillité.

Vendredi 20 octobre à 19h30

📍 Salle de conférence des Unelles

11 rue Saint-Maur à Coutances

« Je ne suis pas le fou qu'ils disent » explore et interroge les représentations médiatiques, politiques et sociales associées à la folie, aux troubles psychiques, aux maladies mentales, ainsi qu'aux personnes concernées par ces troubles. Les recherches de Sarah Jolly et Thierry Beucher montrent que ces représentations sont encore très largement stigmatisantes : au détriment des personnes concernées mais aussi de leurs proches et des professionnels qui les entourent. La représentation, associée à un débat, ouvre un espace privilégié pour explorer ensemble ces représentations, leurs jeux de miroir et la façon dont elles résonnent en chacun de nous.

Gratuit et ouvert à tous

Dans la limite des places disponibles.

Réservation conseillée auprès du GEM : 09 60 01 64 25
gem.arrimage@orange.fr

Organisé par le Groupe d'entraide mutuelle Arrimage

Parentibus

Durant toute la période des Semaines d'information de la santé mentale

📍 Les marchés de Coutances mer et bocage

Bus

Le Parentibus sera présent sur les marchés du Coutances mer et bocage avec les partenaires de la semaine d'information de la santé mentale pour vous proposer accueil et écoute dans un cadre convivial et bienveillant. L'occasion de découvrir cet espace de vie sociale itinérant, et de venir s'informer et échanger sur les ressources du territoire en matière de santé mentale. Gratuit et ouvert à tous



Renseignements :

06 20 09 13 74

association.parentibus@gmail.com

www.parentibus.com