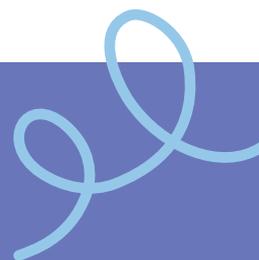


# Document complémentaire au bilan des **SISM 2023**



Quelques actions  
SISM 2023 inspirantes...

# Préface



En 2023, nous avons recensés plus de 1 500 actions, dont 250 évaluées sur le site internet des SISM. Afin de mettre en valeur la richesse de ces actions, nous avons souhaité créer un document complémentaire au bilan des SISM. La réalité des SISM dans les territoires est plurielle, et de nombreuses actions sont très réussies. Nous pensons que prendre connaissance de ce qui se fait à d'autres endroits en matière de SISM ne peut que vous enrichir dans vos pratiques.

L'objectif de ce document complémentaire est avant tout d'inspirer les organisateur·ice·s d'événements SISM. Y sont présentées 3 actions originales qui ont regroupé une diversité de partenaires et ont su toucher les publics ciblés. Ces événements ont été sélectionnés parce qu'ils sont originaux, traitent de la thématique de manière créative, et sont portés par des organismes variés.

Nous espérons que la lecture de ces initiatives vous donnera des idées dans l'organisation de vos événements, à votre échelle.

LE COLLECTIF NATIONAL VOUS FÉLICITE  
UNE NOUVELLE FOIS POUR VOTRE ENGAGEMENT DANS LES SISM,  
ET VOUS SOUHAITE UNE BONNE LECTURE



## TABLE DES MATIÈRES

LA SOIRÉE « OPEN BAR SANTÉ », À VICHY, DANS L'ALLIER (03)	4
L'historique d'implication dans les SISM .....	4
La méthodologie de projet au sein du collectif SISM.....	5
La création de l'événement .....	5
La mobilisation des ressources .....	5
La communication faite sur l'événement.....	6
Les publics présents et leurs avis sur la soirée .....	6
Les retombées dans la presse .....	7
L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du collectif .....	7
Perspectives 2024 .....	7
LE CONCERT « LE GEM DE SAINT-GIRONS CHANTE », À SAINT-GIRONS, DANS L'ARIÈGE (09)	9
L'historique d'implication dans les SISM .....	9
La méthodologie de projet au sein du groupe karaoké.....	9
La création de l'événement .....	10
La mobilisation des ressources .....	11
La communication faite sur l'événement.....	11
Les publics présents et leurs avis sur le concert.....	11
Les retombées dans la presse .....	11
L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du groupe karaoké.....	12
Perspectives 2024 .....	12
L'ESCAPE GAME « À TOUS LES ÂGES, LA SANTÉ MENTALE EST UN DROIT » À ÉVREUX, DANS L'EURE (27)	13
L'historique d'implication dans les SISM .....	13
La méthodologie de projet au sein du groupe de travail SISM .....	14
La création de l'événement .....	14
La mobilisation des ressources .....	14
La communication faite sur l'événement.....	15
Les publics présent et leurs avis sur l'escape game .....	15
Les retombées dans la presse .....	16
L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du groupe de travail.....	16
Perspectives 2024 .....	16

## LA SOIRÉE « OPEN BAR SANTÉ », À VICHY, DANS L'ALLIER (03)

À Vichy, le 19 octobre 2023, un événement SISM particulièrement original a eu lieu à destination des adolescent·e·s et des jeunes adultes. De 19 h 00 à 22 h 00, la soirée « Open bar santé » a été l'occasion de parler de santé mentale de manière ludique : stand de prévention, séances de méditation et de musicothérapie, vélo-smoothie, quiz sur la santé mentale et remise de goodies pour prendre soin de soi, le tout ambiancé par un DJ local.

### « Open bar santé »

19h00-22h00

Maison des associations,  
Vichy

- Stand de prévention
- Vélo à smoothies
- Méditation
- Musicothérapie
- Atelier de prévention par des casques de réalité virtuelle
- Quiz santé mentale
- DJ

### L'historique d'implication dans les SISM

C'est grâce à une formation sur la santé mentale proposée par l'Ireps de la région Auvergne-Rhône-Alpes que certain·e·s acteur·ice·s locaux·ales ont **pu se rencontrer et se lancer dans des actions communes**. Pour leur toute première, leur choix s'est porté sur une balade-santé qui s'inscrivait dans les SISM de 2022 dont le thème était « Pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement ». Au départ, ils et elles sont 4 ou 5 acteur·ice·s à s'engager dans les SISM, et l'année suivante, le collectif atteint déjà une **trentaine de membres**. 10 événements SISM ont été proposés en 2023. Widad El Ouafi, coordinatrice du Contrat local de santé (CLS) de Vichy communauté, est responsable de la coordination et de l'animation de ce groupe SISM en plein essor.

#### Composition du collectif SISM local de Vichy et sa région

Vichy Communauté, l'Ireps, l'association SAGESS, l'ANEF 63, le HUDA et CADA ADOMA, le GEM la Main Tendue, le réseau Intermed, 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, l'Unafam et bien d'autres.





## La méthodologie de projet au sein du collectif SISM

Pour démarrer la réflexion commune quant à une nouvelle édition SISM, Widad El Ouafi anime une première réunion de lancement en janvier. Il est demandé au préalable de prendre connaissance du **guide méthodologique des SISM**, et une lecture de **l'argumentaire** produit par le Secrétariat général du Collectif national des SISM est faite à voix haute.

En fonction des premières idées d'événements, les membres du collectif se réunissent en **petits groupes de travail** afin de collaborer ensemble. Les partenaires se répartissent en fonction des publics qu'ils et elles peuvent toucher, et des activités proposées.

### Outils utilisés

- > **Compte rendu de réunions**
- > **Doodle pour connaître les disponibilités des membres**
- > **Padlet listant les informations relatives aux membres**
- > **Fiche-action rédigée pour chaque événement**  
(la fiche-action de la soirée se trouve en page 10)



## La création de l'événement

Pour correspondre au thème des SISM de 2023 « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit », le collectif SISM local de Vichy a décidé de proposer un **programme centré sur les âges**. Pour les adolescent·e·s et les jeunes adultes, un groupe de travail s'est constitué et a réfléchi à une action qui attirerait ce public sur la thématique de la santé mentale. Ils et elles ont alors eu l'idée d'organiser une soirée à destination des 15-30 ans un jeudi soir à la maison des associations. L'objectif principal était de **lutter contre la stigmatisation** des troubles psychiques, et de **promouvoir la santé mentale** en offrant un **temps de bien-être et de discussions** de manière **ludique et participative**.

**Julien Desplaignes, directeur adjoint de la Mission locale de Vichy :** « C'est pour ça que ça s'appelle Open bar, c'est pour tromper le public ! Ils sont arrivés, et "non y a pas d'alcool, calmez-vous ! [rires] ».

### Composition du groupe de travail pour la soirée Open bar santé

**CLS de Vichy Communauté :** coordination, organisation, lien avec la presse

**Mission locale de Vichy :** participation des jeunes accueillie·e·s via les conseiller·ère·s, création du quiz par la psychologue, mise à disposition des goodies à gagner

**SIJ :** animation du quiz, mise à disposition de goodies à gagner, création du flyer

**Pôle universitaire :** relais d'informations

**SSU :** animation de l'atelier et du stand de prévention

**Autres partenaires :** Docteur Heynen (ateliers de méditation et de musicothérapie), le Gang des dérailleurs (prêt du vélo à smoothies), le DJ



## La mobilisation des ressources

- > **Mise à disposition de moyens et de budgets**
- > **Accès à la Maison des associations gratuitement via le CLS de Vichy Communauté**
- > **Rémunération du DJ et achat des fruits pour le vélo-smoothie via une ligne financière CLS**
- > **Prêt du vélo-smoothie par le Gang des dérailleurs**
- > **Création du flyer par le SIJ**



## La communication faite sur l'événement

Un **flyer** a été créé par le SIJ, et un **communiqué de presse** présentant tous les événements SISM a été diffusé début septembre.

Les membres du collectif ont fait un **relais d'informations** quant à la soirée :

- ▶ Publication du flyer sur la page Instagram de la Mission locale, sur la page Facebook de Vichy Communauté
- ▶ Envoi du flyer au Pôle universitaire pour diffusion
- ▶ Affichage dans les écoles supérieures
- ▶ Annonce de l'événement par les conseiller·ère·s de la Mission locale aux jeunes qu'ils et elles accompagnent.



## Les publics présents et leurs avis sur la soirée



- ▶ Une **quarantaine** de personnes
- ▶ Surtout des **15-30 ans**, et aussi des **jeunes parents avec leurs enfants**
- ▶ Ont aimé : quiz, casque de réalité virtuelle, côté festif et ludique

Témoignage de Widad El Ouafi, coordinatrice du CLS de Vichy communauté : « J'ai le retour du foyer de Monzière, alors ils accueillent des jeunes et des familles dans leur foyer, et ils ont rarement l'occasion de leur faire faire des activités comme ça, surtout dans ce format-là. De les prendre, de les emmener en soirée, qu'ils s'amuse, et en même temps de faire passer des messages, vraiment le plus sur cette action-là c'est le format. Où là vraiment c'était différent, on a réussi à faire passer des messages sans pour autant ennuyer les participants. »





## Les retombées dans la presse

Un **article** a été publié sur Radioscoop, ainsi que dans le quotidien régional *La Montagne*.

Une **chronique** a également été faite sur la Radio Coquelicot par les membres du GEM La Main Tendue qui ont fait des interviews des partenaires s'étant engagée-s dans les SISM de 2023 à Vichy.



[www.gemvichy.fr/Presse\\_Radio.K.htm](http://www.gemvichy.fr/Presse_Radio.K.htm)



## L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du collectif

**Témoignage de Julien Desplaignes :** « Ça a permis de rapprocher sur la santé mentale, mais aussi sur la santé en général, de mettre tout le monde autour de la table, de créer une vraie dynamique. (...) Pour nous, cette soirée nous a mis en route sur la santé. Et par exemple, on est rentrés dans la boucle sur d'autres actions, comme le mois sans tabac qui a été animé par Widad à la Mission locale. Donc c'est pour ça que je parle de dynamique, nous, ça nous a lancés, et maintenant, je pense qu'à chaque fois que Widad reviendra vers nous pour différentes choses, en fonction des plannings, on essaiera de rentrer dedans, de mettre des conseillers, de mettre en contact avec les jeunes et de les sensibiliser sur la santé en général. Ça crée une vraie dynamique pour une structure en tant que partenaire, mais pour toutes les structures parce qu'on se connaît maintenant : qui fait quoi, où, et quels sont les sujets. »

**Témoignage de Widad El Ouafi :** « Pour nous, les SISM ont permis d'un côté de se retrouver, d'avoir un objectif commun, un projet commun pour fédérer les acteurs et, d'un autre côté, de pouvoir faire des actions pour les SISM, mais aussi d'autres actions sur toutes les autres périodes de l'année. On se sentait un petit peu restreint sur les deux semaines des SISM, même si c'était vraiment là où on était tous ensemble autour de la table, mais sur toutes les périodes de l'année aussi on a plein d'autres projets en commun. »

### Perspectives 2024

- Création d'un Conseil local en santé mentale
- Définition de l'offre en santé de la Mission locale grâce à l'appui d'une stagiaire en santé publique
- Actions SISM de 2024 en cours de définition

Pour plus d'informations sur l'événement :

Widad El Ouafi, coordinatrice du CLS de Vichy communauté



[w.elouafi@vichy-communaute.fr](mailto:w.elouafi@vichy-communaute.fr)

## Fiche-action de l'événement

<b>Intitulé de l'action</b>		Soirée Open bar santé
<b>Date de l'action</b>		Jeudi 19 octobre 2023 de 19 h 00 à 22 h 00
<b>Lieu de l'action</b>		Salle des fêtes de la Maison des associations de Vichy
<b>Contexte</b>		Les SISM sont organisées chaque année au mois d'octobre sur tout le territoire français. Ces deux semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat pour parler de santé mentale avec l'ensemble de la population et faire évoluer les regards sur ce sujet. La santé mentale concerne tout le monde, c'est un état de bien-être psychique sans aucun rapport avec la maladie. Ces SISM sont l'occasion de développer des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale, notamment par la création d'un collectif local qui comprend : Vichy Communauté et son Contrat local de santé, l'Ireps, l'association SAGES, l'ANEF 63, le HUDA et CADA ADOMA, le GEM la Main Tendue, le réseau Intermed, 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 O3, le CCAS de Vichy et l'Unafam. Ce collectif s'implique depuis plusieurs années dans les semaines d'information sur la santé mentale à travers un programme d'animations qui se veut particulièrement dense cette année autour du thème « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ».
<b>Objectifs généraux</b>		Cette action a pour objectif de lutter contre la stigmatisation en dédramatisant les questions de santé mentale chez les jeunes de 15 à 30 ans.
<b>Objectifs opérationnels</b>		Organiser une soirée sur le thème de la santé mentale.
<b>Descriptif de l'action</b>		L'action consiste à organiser une soirée sur le thème de la santé mentale en proposant des ateliers prévention ludiques : quiz, réalité virtuelle, musicothérapie, vélo à smoothie et stands de prévention, le tout dans l'ambiance d'un DJ !
<b>Planning de mise en place</b>		<p><b>Phase 1 :</b> Prise de contact avec les partenaires.</p> <p><b>Phase 2 :</b> Élaboration d'un programme pour la soirée.</p> <p><b>Phase 3 :</b> Prise de contact avec les prestataires. Élaboration des questions du quiz.</p> <p><b>Phase 4 :</b> Communication auprès des jeunes.</p> <p><b>Phase 5 :</b> Réalisation et évaluation de l'action.</p>
<b>Dispositif d'évaluation mis en place</b>		Nombre de participant·e·s à l'action, retours des participant·e·s et des intervenants.
<b>Modalités de mise en œuvre</b>	<b>Fréquence/Durée</b>	1 soirée de 3 heures.
	<b>Moyens mobilisés</b>	<p><b>Moyens RH :</b> mise à disposition de la coordinatrice du CLS pour le suivi du projet, des conseiller·ère·s de la Mission locale pour accompagner les mineur·e·s, et des animatrices du SIJ pour animer le quiz.</p> <p><b>Moyens financiers :</b> ligne financière du CLS.</p> <p><b>Moyens matériels :</b> dons en nature de la ville de Vichy (mise à disposition des salles, impression des outils de communication).</p>
	<b>Périmètre</b>	Ouvert à tous
<b>Partenaires associés/envisagés</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• La Mission locale</li> <li>• Le Pôle universitaire</li> <li>• Le Gang des dérailleurs</li> <li>• Le SIJ</li> <li>• Le SSU</li> <li>• Le Dr Heynen</li> </ul>
<b>Pilotage du projet</b>		Contrat local de santé de Vichy Communauté
<b>Points de vigilance éventuels/ Facteurs de réussite de l'action</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participation active des partenaires.</li> <li>• Mobilisation du réseau pour assurer la participation des jeunes.</li> </ul>
<b>Plan de communication</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Via les réseaux sociaux :</b> Facebook Vichy Communauté, Instagram Mission locale, Instagram Pôle universitaire.</li> <li>• <b>Via les structures d'accueil jeunes :</b> Mission Locale, foyer de vie et pôle universitaire.</li> </ul>
<b>Coût de l'action</b>		<p><b>Don Vichy Communauté :</b> Temps de coordination CLS, impression outils de communication, rémunération du DJ, Achat boissons et fruits pour le bar</p> <p><b>Don Ville de Vichy :</b> Mise à disposition de la salle</p> <p><b>Don des partenaires :</b> Goodies à offrir</p>



## LE CONCERT « LE GEM DE SAINT-GIRONS CHANTE », À SAINT-GIRONS, DANS L'ARIÈGE (09)



« Le GEM de Saint-Girons chante »

14 h 30

Paroisse (ancienne école),  
Saint-Girons

- Chants
- Danses
- Intermèdes de sensibilisation aux troubles psychiques
- Costumes, lumières, fumées, décors

À Saint-Girons, ils et elles ont travaillé sans relâche toute l'année pour proposer un concert en lien avec la thématique des SISM de 2023, « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ». Accompagné·e·s par Marie-Pierre Hatet, leur coach qui a monté La Voix du Spectacle en 2001, les membres du groupe karaoké du GEM de Saint-Girons ont dansé et chanté pour sensibiliser aux troubles psychiques le public venu en nombre.

### L'historique d'implication dans les SISM

Le GEM de Saint-Girons propose un spectacle dans le cadre des SISM **depuis 2020**. En 2022, le GEM avait fait un concert en plein air qui avait réuni **plus de 80 personnes** pour les applaudir. Ils et elles avaient chanté des chansons à tour de rôle, et cela leur a donné envie d'en faire encore plus pour l'année suivante. Ce petit groupe karaoké doit son existence à **Marie-Pierre Hatet** qui anime des ateliers de danse et de chant auprès de différents publics, notamment auprès de personnes concernées par des troubles psychiques. Elle a su transmettre **sa passion pour les comédies musicales**, et embarquer les membres du GEM de Saint-Girons dans cette grande aventure qui met du sens dans leurs parcours de vie.

### La méthodologie de projet au sein du groupe karaoké

Marie-Pierre Hatet et les membres du groupe karaoké se retrouvent tous les **mercredis après-midi de 15 h 00 à 18 h 00**. Lors de ces ateliers, l'ambiance est **joviale et décontractée**, et le tout est orchestré par Marie-Pierre Hatet. C'est pendant ces rencontres que le spectacle est préparé (choix des chansons, répétitions des danses, apprentissage des textes, etc.).

**Témoignage de Marie-Pierre Hatet : « Nous, l'atelier, si je vous montre une photo, j'ai des canapés partout, il y a de la moquette, on est pieds nus, on n'a pas les chaus-sures, on boit du thé, du café, on mange du pop-corn. Enfin, voilà. Je veux dire, ça n'a rien de... On ne dirait pas un atelier de chant. On est chez nous, quoi, sur des canapés, pieds nus. »**



## La création de l'événement

Pour le concert de 2023, les chansons ont été choisies en fonction de 3 sous-thèmes liés au thème national des SISM : **la solitude, le besoin d'amour, et la différence**. Le spectacle a été rythmé par ces 3 sujets, présentés sous forme de tableaux, et par des **intermèdes de sensibilisation aux troubles psychiques** (explication de la souffrance psychique, bipolarité, dépression, etc.). Pour le grand final, la chanson « *Mourir sur scène* » de Dalida a été interprétée.



**Témoignage de Marie-Pierre :** « On regarde à qui va quelle chanson, quand ils me disent "J'ai envie de chanter ça", on essaie : "oui c'est possible, non c'est pas possible, non c'est pas pour toi, non c'est pas ta tessiture, non là c'est trop bas, non là c'est trop haut", et après on choisit. On les travaille, une fois qu'il y en a une de travaillée, on la met à gauche, et on en travaille une autre et ainsi de suite. Une fois qu'on a des titres prêts, moi après je m'occupe du fil conducteur qui va rejoindre les chansons qu'ils voudront chanter parce que ça leur tient à cœur. Et puis à chaque fois, ce ne sont pas des choix comme ça, par hasard. À chaque fois, il y a un pourquoi. Il y a toujours une raison. »

**Témoignage de Virginie, adhérente du GEM :** « Quand on n'est pas compris des autres, on se sent seule. Même si on n'est pas compris de ses parents, parce qu'au début, mes parents ne comprenaient pas non plus ma maladie. Donc on est seul, parce que j'ai travaillé quand même pendant 8 ans en étant malade, mais j'étais seule, je vivais seule. Mes amis, mes meilleurs amis m'ont laissé tomber. J'ai eu beaucoup de mal à me faire des relations et ce n'était pas évident. Je n'ai d'ailleurs pas eu d'enfants. Je n'ai plus de travail. La solitude, voilà. Le besoin d'amour, je vous le dis aussi. L'amour, ça sert aussi à fonder une famille. Et après, la différence, c'est que au fond de soi, vraiment, même s'il y a les autres qui vous entourent, on se sent quand même différent. »

### Composition du groupe karaoké

Marie-Pierre, Virginie, Éric, Myriam, Karine, Alice, Sylvia, Medhy, Aurélie, Laurent, Sylviane





## La mobilisation des ressources

- > Prêt de la salle de répétition et du spectacle (paroisse) par le père Bertrand
- > Mise à disposition du matériel personnel de Marie-Pierre Hatet (costumes, fumées, lumières, micros, etc.)
- > Création de petits mots par les membres du groupe karaoké pour prévenir le reste des adhérents·e·s du GEM du spectacle
- > Enveloppe de 200 euros attribuée par la Papotte pour les frais divers



## La communication faite sur l'événement

L'annonce du concert s'est principalement faite par Marie-Pierre Hatet qui en a parlé autour d'elle, et par les membres du groupe karaoké. Il y a ensuite eu un effet **boule de neige**.

- ▶ Appels du réseau de Marie-Pierre Hatet (Ehpad, milieux psychiatriques, autres GEM, etc.)
- ▶ Annonce lors des repas organisés à la paroisse
- ▶ Petits mots pour les autres adhérent·e·s du GEM de Saint-Girons
- ▶ Contact de *La Dépêche du Midi*, un quotidien régional d'Occitanie



## Les publics présents et leurs avis sur le concert



- ▶ Plus de 80 personnes
- ▶ Surtout des familles, ami·e·s, personnes concernées par les troubles psychiques et le handicap, grand public
- ▶ Ont aimé : chanter, danser, rire, taper des mains...



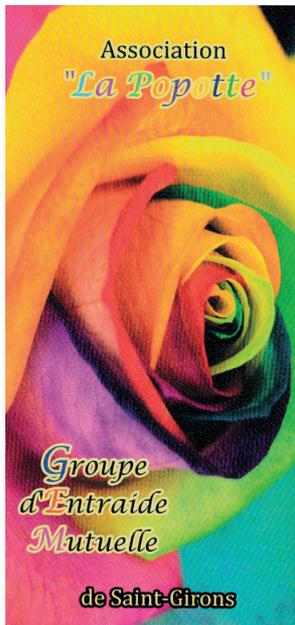
## Les retombées dans la presse

Il y a eu 2 articles à propos du concert publiés dans *La Dépêche du Midi*. Un article a également été écrit dans le magazine municipal.





## L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du groupe karaoké



Témoignage d'Éric, adhérent du GEM : « Moi, je dirais que tout s'est fait, que ce soit les trois tableaux sur la solitude, sur le besoin d'amour, sur la différence, en fait, ça a été un ensemble qui a permis de créer ce petit spectacle qu'on a fait, qui a fait se tenir les choses ensemble et qui en plus a permis à des gens qui faisaient beaucoup de choses différentes de travailler ensemble sur un projet en commun. Et ça c'était vraiment chouette, et moi j'ai adoré ça parce que moi je suis toujours pour les groupes, pour les gens qui travaillent ensemble. Et c'est vraiment ça que je retirerai de l'expérience de l'année dernière. C'est que ça a permis à des gens qui ont tous des vies différentes, avec des pathologies différentes, de faire quelque chose tous ensemble sur un thème précis. Ça a créé un groupe, quoi, quelque part. »

Témoignage de Karine, adhérente du GEM : « En fait Marie-Pierre m'avait invitée à faire du karaoké donc j'y suis allée faire un tour, je ne savais même pas que je savais chanter, c'est sorti tout seul, et puis elle m'a dit "viens !" et du coup j'ai continué parce que ça me plaît. Et ça me permet aussi

de m'exprimer et d'être avec des gens bienveillants, avec chacun notre handicap et la solidarité, la générosité, etc. Le rire. Ah, quand on rigole, ça, alors ! Oui, voilà, toujours de bonne humeur. Même des fois, on est triste, on s'en fout, on fait la fête, voilà quoi. »

Témoignage de Marie-Pierre : « Il y a de plus en plus de monde qui vient. Parce que les gens se rendent compte déjà des progrès qui sont faits, ils chantent de mieux en mieux, de plus en plus juste, au niveau du mouvement, apprendre une chorégraphie tout ça c'est vachement important au niveau du cerveau, de la mémoire, ça fait travailler la mémoire, ça fait travailler l'envie et puis l'envie de vivre après tout ! Simplement parce qu'on a envie de continuer le projet jusqu'au bout. »

### Perspectives 2024

#### Concert d'octobre 2024 :

- Deux représentations, une le matin et une autre le soir pour permettre à un plus grand nombre de venir
- Association avec une école de danse contemporaine, et une pianiste professionnelle
- Interprétation du mouvement dans le handicap : « l'avant et l'après »

#### Pour plus d'informations sur l'événement :

Marie-Pierre Hatet, animatrice de l'atelier karaoké

 [lavoixduspectacle@gmail.com](mailto:lavoixduspectacle@gmail.com)

# L'ESCAPE GAME « À TOUS LES ÂGES, LA SANTÉ MENTALE EST UN DROIT »

À ÉVREUX, DANS L'EURE (27)

Escape game  
« À tous les âges, la santé  
mentale est un droit »,  
20h30-22h00

(4 sessions de 45 minutes)

Médiathèque Rolland-  
Plaisance, Évreux

- Énigmes
- Charades
- Mises en situation
- Puzzles
- Mots mêlés

Pour l'édition de 2023, le groupe de travail SISM d'Évreux a imaginé de A à Z un escape game centré sur la santé mentale qui a su intéresser et impacter ses participant·e·s. C'est grâce à l'investissement sans relâche, la créativité, et l'esprit de débrouille des personnes impliquées dans ce projet que celui-ci a pu voir le jour dans la médiathèque Rolland-Plaisance d'Évreux.



## L'historique d'implication dans les SISM

Sur le territoire d'Évreux, depuis plusieurs années, les SISM sont portées en étroite collaboration par la **délégation locale de l'Unafam**, et le **Nouvel Hôpital de Navarre**. En 2023, le **CLSM d'Évreux Portes de Normandie** a rejoint le groupe de travail. Un projet de création d'un collectif SISM local est en cours afin d'étoffer et de diversifier les partenaires mobilisés en fonction des thématiques annuelles. Des dizaines d'événements sont proposées chaque année, et notamment une **inauguration des SISM par une marche solidaire** partant du Nouvel Hôpital de Navarre et arrivant sur la place du marché où un stand d'information sur la santé mentale est présent. 11 événements ont été proposés en 2023 : lectures contées, voyage sonore, animations, tables rondes, etc.

### Composition du groupe de travail SISM

Nouvel Hôpital de Navarre, Unafam de l'Eure, Conseil local de santé mentale d'Évreux Portes de Normandie

### Partenaires sur 2023

Médiathèque d'Évreux, Ville d'Évreux, ARS Normandie, Ehpad Azémia et la Filandière, École élémentaire de Navarre, Association l'ABRI, L'Écume des jeux, Principe Actif



## La méthodologie de projet au sein du groupe de travail SISM

Les membres du groupe **se réunissent régulièrement** pour imaginer la future édition des SISM. Ils et elles s'échangent leurs idées, « *en essayant de ne pas trop s'éparpiller* », puis les font valider par leurs différentes institutions, et partent ensuite dans la recherche de partenariats pour réaliser ces actions. Le groupe collabore régulièrement pour les SISM avec la médiathèque Rolland-Plaisance où a eu lieu l'escape game, et d'autres événements. Une **convention de partenariat** a donc été rédigée et signée avec celle-ci pour définir les engagements de chacun et chacune.



## La création de l'événement

**Clarisse Coché, ergothérapeute au Nouvel Hôpital de Navarre: « L'escape game, c'est un support ludique qui est très dans l'air du temps, qui attire pas mal de monde, et donc c'était un moyen de réussir à faire venir des gens qui étaient extérieurs à la santé mentale. »**

Le projet de création de l'escape game a principalement été porté par **Clarisse Coché, ergothérapeute au Nouvel Hôpital de Navarre**, qui est passionnée par les jeux de société. Elle a travaillé en collaboration avec les autres membres du groupe de travail SISM, et également avec des collègues très investi·e·s (ergothérapeutes, infirmier en centre d'accueil thérapeutique, étudiant·e·s, neuropsychologue, etc.).

Lors de la phase de recherche, un **plan d'étapes de l'escape game** a été rédigé. Les énigmes s'articulaient autour de **3 axes de réflexion : la psychiatrie, la santé mentale, le rétablissement/la prévention**. Les étapes ont eu lieu à différents étages de la médiathèque, et chaque réponse trouvée renvoyait à un **rayon de livres** où une nouvelle énigme était posée. Tout au long de la progression, les participant·e·s étaient accompagné·e·s dans leur réflexion par un ou une **animateur·ice** ayant participé à la création de l'escape game. Ils et elles terminaient celui-ci par une discussion avec un infirmier qui leur demandaient **comment avaient évolué leurs visions de la santé mentale**. Il leur était ensuite remis un dossier (présentation PowerPoint) reprenant les grandes notions que les participant·e·s avaient pu découvrir pendant leur parcours.



## La mobilisation des ressources

- Mobilisation des ressources humaines du Nouvel Hôpital de Navarre (en partie) pour créer, tester et animer l'escape game
- Mise à disposition de la médiathèque pour réaliser l'escape game, d'une enceinte par un étudiant, et des éléments de travail des ergothérapeutes
- Achat d'un cadenas et d'une bobine de laine sur fonds propres
- Création du flyer par le chargé de communication du Nouvel Hôpital de Navarre





## La communication faite sur l'événement

Un **flyer** a été créé par Benoît Dupuis, chargé de communication du Nouvel Hôpital de Navarre. Un **communiqué de presse** accompagné d'un programme annonçant les événements SISM 2023 sur le territoire a également été rédigé et diffusé largement.

Les membres et partenaires du groupe de travail SISM ont fait un **relais d'information** :

- ▶ Envoi du flyer par la médiathèque à ses adhérent·e·s, et affichage du flyer au sein de celle-ci
- ▶ Diffusion des informations par l'Unafam de l'Eure à ses adhérent·e·s
- ▶ Publication sur les réseaux sociaux du Nouvel Hôpital de Navarre
- ▶ Bouche-à-oreille au sein des réseaux



## Les publics présents et leurs avis sur l'escape game



- ▶ Plus de **25** personnes
- ▶ Surtout des **familles, personnes concernées par les troubles psychiques et le handicap, professionnel·le·s du médico-social, grand public**
- ▶ Ont aimé : déconstruire leurs stéréotypes, s'amuser avec les énigmes, collaborer...



Un **questionnaire de satisfaction** a été diffusé aux participant·e·s ayant laissé leur adresse e-mail.

Afin d'évaluer les représentations des participant·e·s sur la santé mentale, il leur était demandé de créer un **nuage de mots au début et à la fin** de leur participation via l'outil en ligne « Woolap ». Cela permettait de se rendre compte de l'évolution de ces opinions.

*Visions de la santé mentale **avant** l'escape game*



*Visions de la santé mentale **après** l'escape game*





## Les retombées dans la presse

Un journaliste a suivi un groupe lors d'une session de l'escape game, et a produit un **reportage** sur la radio Sweet FM.

Les membres du groupe de travail SISM ont présenté le programme lors d'une **matinale de la radio** « Principe Actif ».



## L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du groupe de travail

**Témoignage de Clarisse Coché, ergothérapeute au Nouvel Hôpital de Navarre :**

« Ça a permis de communiquer autour de la psychiatrie et surtout de déstigmatiser parce que les gens se font un monde de ce qui se passe derrière les murs de l'hôpital. On a souvent une vision très erronée, et donc ça permet surtout de communiquer là-dessus, ça nous a permis aussi de communiquer sur nos professions et de casser un peu la vision du tout infirmier. »

**Témoignage d'Antoinette Plusquellec, présidente déléguée de l'Unafam de l'Eure :**

« Pour l'Unafam, c'est de montrer que les familles peuvent être solidaires entre elles et qu'elles sont sur beaucoup de fronts, dont la défense des intérêts communs des patients. Et puis, ici, on a neuf bénévoles dans le département, on ne peut pas faire grand-chose. Et donc je remercie tout le monde parce que pour nous ce partenariat est essentiel, et on a à cœur de travailler tous ensemble. »

**Témoignage de Benoît Dupuis, chargé de communication du Nouvel Hôpital de Navarre :**

« Ce que j'affectionne tout particulièrement dans les SISM, c'est de pouvoir travailler avec des collègues, avec l'Unafam, d'être à plusieurs pour proposer de grandes actions et de parler différemment de la santé mentale. Et puis, moi je ne travaille pas au quotidien avec des personnes qui souffrent de troubles psychiques, et là d'avoir fait des actions, notamment le micro-trottoir avec des usagers, ça m'enrichit personnellement. »

**Témoignage de Marie-Jeanne Lourenço, coordinatrice du CLSM d'Évreux :**

« On vient d'horizons assez différents, et ce que je trouve intéressant c'est qu'on est chacun dans un domaine de compétences où on n'est pas spécialisés de la même manière, et c'est génial de voir qu'on peut travailler ensemble sur ce genre de sujet et s'appuyer mutuellement sur les différentes actions SISM. »

## Perspectives 2024

- Création d'un Collectif SISM local
- Actions SISM de 2024 en cours de création

Pour plus d'informations sur l'événement :

Clarisse Cochée, ergothérapeute au Nouvel Hôpital de Navarre

 [clarisse.coche@nh-navarre.fr](mailto:clarisse.coche@nh-navarre.fr)

Benoît Dupuis, chargé de communication & des relations presse

 [benoit.dupuis@nh-navarre.fr](mailto:benoit.dupuis@nh-navarre.fr)



©PSYCOM juin 2024, pour le Collectif national des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM)

**Rédaction** Alice Pierre-François (PSYCOM),  
Responsable du Secrétariat général du Collectif national des SISM

**Conception graphique** État d'Esprit Stratis

**Illustration** Mathilde Fournier

**Crédits photos** D.R., Freepik

**Contact**

Collectif national des SISM : 0145 65 77 24 [sism.contact@gmail.com](mailto:sism.contact@gmail.com)

Information, inscription et programme : [www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)

 @Sism\_Officiel

 [Semaine d'information sur la santé mentale \(SISM\)](https://www.linkedin.com/company/semaines-sante-mentale)

