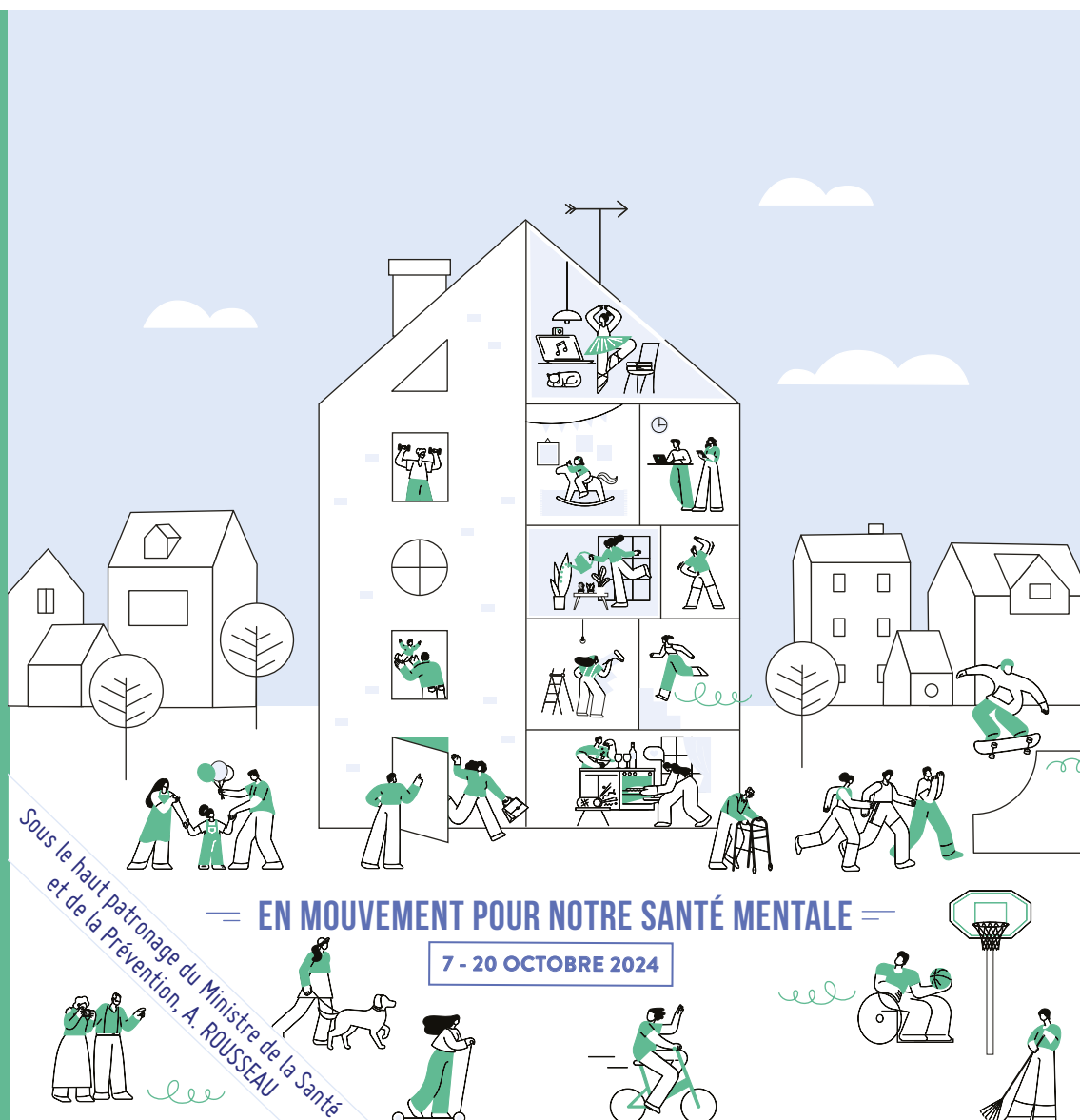


35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale

sism



Sous le haut patronage du Ministre de la Santé
et de la Prévention, A. ROUSSEAU

— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024

2024
BILAN NATIONAL

Rédigé par Anne Nomblot (PSYCOM)

Responsable du Secrétariat général du Collectif national des SISM

TABLE DES MATIÈRES

<u>PRÉSENTATION DES SEMAINES D'INFORMATION</u>	
<u>SUR LA SANTÉ MENTALE</u>	3
<u>SIX OBJECTIFS DES SISM</u>	3
<u>PRÉSENTATION DU COLLECTIF NATIONAL DES SISM</u>	3
<u>ARGUMENTAIRE SISM 2024</u>	6
<u>ÉVALUATION DES SISM 2024</u>	11
<u>COMPARAISONS DES INDICATEURS SUR QUATRE ANS</u>	19
<u>ÉVALUATION DES ÉVÈNEMENTS PAR LES ORGANISATEURS</u>	
<u>ET ORGANISATRICES</u>	20
<u>SYNTHÈSE DES DONNÉES D'ÉVALUATION</u>	31
<u>POINTS DE MÉTHODOLOGIE DE PROJET À AMÉLIORER</u>	33
<u>PAROLES D'ORGANISATRICES ET D'ORGANISATEURS</u>	35
<u>RETOUR SUR UNE ACTION INSPIRANTE</u>	
<u>CONSTRUITE AVEC LE GPS ANTI-STIGMA</u>	36
<u>AFFICHES ET OUTILS DE COMMUNICATION CRÉATIFS</u>	42
<u>COMUNICATION SISM PAR LE MINISTÈRE DE LA SANTÉ</u>	49
<u>RETOMBÉES PRESSE ET RÉSEAUX SOCIAUX</u>	50
<u>STATISTIQUES DE FRÉQUENTATION DU SITE NATIONAL</u>	53
<u>PERTINENCE DES OUTILS PRODUITS ET COORDONNÉS</u>	
<u>PAR LE SECRÉTARIAT DES SISM</u>	54
<u>CONCLUSION</u>	60

PRÉSENTATION DES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

Depuis plus de 30 ans, les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) sont un moment privilégié pour promouvoir la santé mentale de toute la population. Chaque année, citoyen·ne·s, associations, professionnel·le·s organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France métropolitaine et ultramarine. À partir du thème annuel fixé par le Collectif national des SISM, chacune peut prendre l'initiative d'organiser une action répondant aux objectifs des SISM. Les SISM 2023 ont eu lieu du 9 au 22 octobre.

SIX OBJECTIFS DES SISM

- > **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.
- > **INFORMER** sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes (promotion, prévention, éducation, soins, accompagnements, entraide, etc.).
- > **DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.
- > **FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.
- > **FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.
- > **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

PRÉSENTATION DU COLLECTIF NATIONAL DES SISM

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) sont une manifestation annuelle relayée par un Collectif national de 25 membres. Elles ont été créées en 1990, à l'initiative de l'Association française de psychiatrie (AFP). Depuis 2013, le Secrétariat général du Collectif national est assuré par PSYCOM¹.

Missions

- Choisir le thème national annuel.
- Développer les outils d'organisation : argumentaire, guides méthodologiques, etc.
- Diffuser de l'information et promouvoir les SISM auprès des partenaires, organisateur·ice·s et du grand public (site web, relation presse, réseaux sociaux, e-mailing, etc.).

1. PSYCOM est un organisme public qui informe, oriente et sensibilise sur la santé mentale : www.psycom.org/

Fonctionnement

- **Réunions :**

- les membres du Collectif national se réunissent environ 6 fois par an. Tous les points concernant l'organisation des missions nationales des SISM sont discutés et arrêtés lors de ces réunions.

- **Secrétariat général :**

- coordonner le Collectif national : organiser et animer les réunions du Collectif, rédiger et diffuser les comptes rendus,
- rédiger des supports méthodologiques² en collaboration avec les membres du Collectif à l'usage des organisateur·ice·s d'événements SISM (argumentaire, guide méthodologique, tutoriels vidéo, kit de communication, etc.),
- valoriser les actions SISM locales, notamment sur les réseaux sociaux,
- diffuser l'information relative aux SISM, notamment via une newsletter régulière,
- animer le site internet (semaines-sante-mentale.fr) et les réseaux sociaux (Facebook et LinkedIn),
- gérer les demandes de subventions et leur suivi,
- gérer les relations avec les prestataires (site internet, graphiste, revue de presse, saisie de base de données),
- animer le réseau des organisateur·ice·s d'événements SISM et orienter vers les collectifs SISM locaux,
- apporter un soutien méthodologique aux acteur·ice·s, notamment via l'animation de webinaires,
- gérer les demandes reçues via la messagerie et la ligne téléphonique (sism.contact@gmail.com), y compris les relations presse,
- réaliser et analyser l'enquête d'évaluation post-SISM,
- rédiger et diffuser le bilan quantitatif et qualitatif annuel des SISM.

Financement

En 2023, PSYCOM a bénéficié d'un financement de la Direction générale de la Santé du ministère de la Santé et de la prévention, afin d'assurer le Secrétariat général du Collectif national. Cette subvention couvre une partie des frais liés à la coordination du Secrétariat général du Collectif national, à l'animation du site web national et la création du kit de communication annuel (affiche, guide méthodologique). PSYCOM a contribué sur ses fonds propres au financement complémentaire permettant d'assurer la totalité des missions du Secrétariat général.

2. Avec la contribution des membres du Collectif. En particulier, le guide méthodologique est rédigé en collaboration avec Ascodocpsy qui fournit une bibliographie de ressources variées liée à la thématique de l'édition des SISM dans le but de donner des idées d'actions aux organisateur·ice·s.

Composition

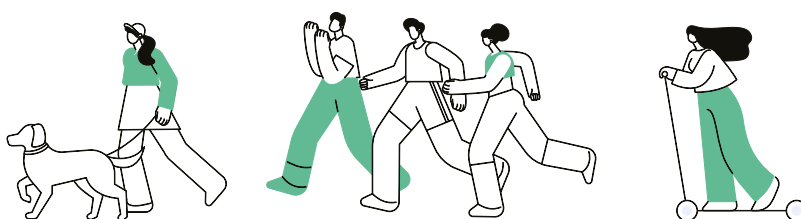
1. **ADESM** : Association des établissements participant au service public de santé mentale
2. **ADVOCACY France** : Association d'usagers en santé mentale, médico-sociale et sociale
3. **AFP** : Association française de psychiatrie
4. **AMF** : Association des Maires de France
6. **ANMDA** : Association nationale des Maisons des adolescents
5. **ANPCME** : Association nationale des psychiatres présidents et vice-présidents des CME de CH et CHS
7. **ASCODOCPSY** : Réseau documentaire en psychiatrie
8. **CCOMS/EPsM Lille-Métropole** : Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé pour la recherche et la formation en santé mentale et Centre national de ressources et d'appui aux conseils locaux de santé mentale
9. **CNASM** : Centre national audiovisuel en santé mentale
10. **EPE Ile-de-France** : École des parents et des éducateurs
11. **ESPT** : Association élue, santé publique et territoires
12. **FAS** : Fédération des acteurs de la solidarité
13. **FFP** : Fédération française de psychiatrie
14. **FNAPSY** : Fédération nationale des associations des usagers de la psychiatrie
15. **FÉDÉRATION PROMOTION SANTÉ** (ex-Fnes)
16. **FNA-TCA** : Fédération nationale des associations liées aux troubles des conduites alimentaires
17. **FRANCE DÉPRESSION** (France Dépression a rejoint le collectif national des SISM en juin 2023)
18. **MGEN** : Mutuelle générale de l'Éducation nationale
19. **FÉDÉRATION NATIONALE MUTUALITÉ FRANÇAISE**
20. **PSYCOM** : Organisme public d'information, de communication et de lutte contre la stigmatisation en santé mentale
21. **SANTÉ MENTALE FRANCE**
22. **SFSP** : Société française de santé publique
23. **UNAFAM** : Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques
24. **UNAF** : Union nationale des associations familiales
25. **UNICEF France** : *United Nations International Children's Emergency Fund* soit Fonds des Nations unies pour l'enfance

ARGUMENTAIRE SISM 2024



— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024



Selon l'OMS, « l'activité physique est bonne pour le cœur, le corps et l'esprit (...). Elle peut améliorer la réflexion, l'apprentissage et le bien-être général » (1). De plus, elle « permet de maintenir ou d'améliorer la santé mentale et de réduire le risque de troubles mentaux en agissant sur des facteurs psychologiques tels que le renforcement de l'estime de soi, le sentiment d'auto-efficacité et de contrôle de soi. L'activité physique favoriserait également l'interruption des pensées négatives associées au stress, à la dépression et à l'anxiété » (2).

Toute activité qui met en mouvement compte : les déplacements (à pied, en roller et à vélo), au travail, sous forme de sport ou de loisir, ou en faisant des tâches ménagères et quotidiennes (1).

De plus, « toute activité physique vaut mieux qu'aucune activité physique (...) et tout le monde a un intérêt à être plus actif » (1). Se mettre en mouvement dans sa vie quotidienne participe pleinement au parcours de rétablissement des personnes concernées par un trouble psychique. Cette mise en mouvement peut aussi être favorisée par tous les acteurs et les proches qui accompagnent les personnes concernées par un trouble psychique. Plus globalement, il est nécessaire de renforcer les stratégies d'accompagnement des publics les plus éloignés de la pratique (3).

La mise en mouvement : une responsabilité sociétale

Environ 66 % des jeunes entre 11 et 17 ans passent chaque jour plus de deux heures sur les écrans et moins d'une heure à faire du sport : entre 10 et 12 ans, ils réalisent des performances équivalentes à celles d'une personne de 65 ans qui ne fait pas de sport (4). La génération des **millenniaux** (nés entre 1981 et 1996), est en **moins bonne santé physique et mentale** que la génération précédente (5).

La France se situerait à la 119^e place, sur 146 pays étudiés, avec 82 % des garçons et 92 % des filles qui ne respectent pas les recommandations de santé de pratique sportive quotidienne³ (5).

Plusieurs raisons à cela : des villes moins accessibles à la marche, l'insécurité ressentie dans certaines rues, l'accès imparfait à l'offre et aux installations sportives, la difficulté de trouver des aires de jeux, le manque d'aménagements piétons et de pistes cyclables ainsi que la révolution numérique (favorisée par les procédures de dématérialisation

3. « L'efficacité personnelle perçue concerne la croyance de l'individu en sa capacité d'organiser et d'exécuter la ligne de conduite requise pour produire des résultats souhaités. » Bandura A. (2003), traduction Lecomte J., Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle, Bruxelles, De Boeck. 1^{re} édition.

des démarches administratives) et la surexposition aux écrans (majorée par les décisions, pendant la crise sanitaire, de passer les cours en distanciel), réduisent l'activité physique et accroissent la **sédentarité** (6).

En novembre 2023, Le Défenseur des droits soulignait que l'accès au sport est un droit pour tous les enfants, et qu'il est nécessaire que les **autorités locales** s'engagent pour promouvoir son accessibilité (7). Celles-ci peuvent agir à plusieurs niveaux et de façon coordonnée : en développant les transports durables et ainsi, des circuits de marche et de vélo agréables et sécuritaires, en facilitant l'accès à l'activité physique adaptée⁴, en améliorant l'offre des installations sportives, en créant des espaces verts qui facilitent les contacts sociaux et la participation de tous à la vie du quartier (8, 9). Les autorités locales ont, en effet, « des compétences variées en lien avec la santé (urbanisme, environnement, transports actifs...), fédèrent et créent du lien entre les différents acteurs du territoire et favorisent une approche intersectorielle (santé, sécurité publique, loisirs, insertion sociale...) » (8). Elles jouent donc un rôle central dans la promotion de la santé physique.

Plus globalement, une approche **intersectorielle** portée à un niveau **interministériel**, en associant différents acteurs (du monde sportif, des entreprises et des collectivités territoriales) serait nécessaire (3, 8).

Au travers du sport : des valeurs humanistes et citoyennes

Des programmes sportifs portés par l'Unesco, l'Unicef (10), Play International (11), Colosse aux pieds d'argile (12), ou lors de la semaine Olympique et paralympique (13, 14) soutiennent le développement psychosocial et, plus largement l'intégration de valeurs citoyennes et sportives (égalité femme-homme, lutte contre tous les types de violences, l'inclusion, ou encore le développement durable). Comme l'ont révélé plusieurs scandales récents, le milieu sportif peut être lui aussi le lieu **d'abus sexuels** sur des enfants ou des jeunes. C'est pourquoi le Ministère des sports et des Jeux olympiques et paralympiques a souhaité agir (15, 16).

Favoriser **l'inclusion** et l'acceptation de la différence dans tous les lieux et clubs sportifs est nécessaire. En effet, en dehors du cadre compétitif, la pratique sportive ne devrait plus être basée sur la performance, mais bien sûr le plaisir et le lien social (9).

Se mettre en mouvement pour notre santé mentale

La **santé communautaire** est un levier pour « permettre aux participants d'identifier les obstacles à l'activité physique et les solutions pour y remédier » (8). Encourager la pratique de l'activité physique dans un contexte social, avec des collègues, des amis ou des membres de la famille ou encore avec un club ou une équipe sportive peut aider à renforcer le sentiment d'appartenance à un groupe qui crée une motivation pour persévérer, et à réduire le sentiment d'insécurité (9). En effet, le soutien social et l'intégration sociale « pourraient favoriser positivement la santé mentale et (...) aussi expliquer la réduction du risque de développer des troubles mentaux » (2). Ce type d'intervention (communautaire et basée sur le lien social) est « complémentaire des actions politiques concernant les environnements et l'accessibilité de l'activité physique » (9).

Par ailleurs, il a été démontré que seule l'activité physique liée à des « motivations dites intrinsèques, c'est-à-dire **par intérêt et pour le plaisir** que l'individu y trouve (s'amuser, désir de relever un défi, se détendre) était associée à des indicateurs positifs de santé mentale » (2). À l'opposé, des motivations « de perte de poids ou gain de masse musculaire (image corporelle) seraient associées à un risque accru de troubles anxieux et dépressifs ainsi qu'à une faible estime de soi » (2).

D'autres éléments clés sont la « motivation, la confiance, la compétence physique, le savoir et la compréhension qu'une personne possède et qui lui permettent de valoriser et de prendre en charge son engagement envers l'activité physique pour toute sa vie »⁵ (17).

Les stratégies de promotion de la santé mentale et de prévention des troubles psychiques, doivent intégrer la notion de **plaisir** et le contexte de loisir des activités, ainsi que l'exercice physique, tout comme les mouvements liés aux activités du quotidien, en prenant en compte les contextes sociaux et culturels dans lesquels elles s'inscrivent (17).

4. La Fédération française du sport adapté (handicap mental et/ou psychique) a pour but « d'offrir à toute personne handicapée mentale et/ou psychique, la possibilité de faire du sport dans un environnement voué à son plaisir, sa performance, sa sécurité et à l'exercice de sa citoyenneté » (6).

5. Ce que l'on appelle la littératie physique.

Il existe des « *facteurs individuels, sociaux, environnementaux et politiques associés à la pratique de l'activité physique* » (8). Ainsi, chaque acteur a un rôle à jouer dans son domaine pour favoriser la mise en mouvement de l'autre.

Jeux Olympiques 2024 : l'alerte de sportives et sportifs sur l'importance de la santé mentale

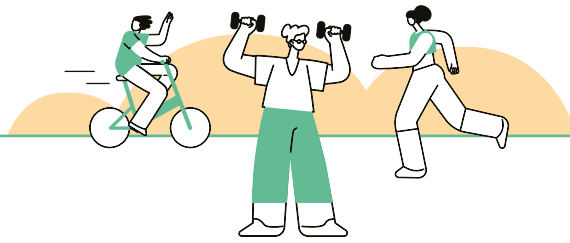
Depuis quelques années, des sportifs et sportives de haut de niveau prennent la parole pour dénoncer le **tabou** autour de leur santé mentale et sur la stigmatisation des troubles psychiques (18, 19, 20).

De plus, ce tabou perdure aujourd'hui en raison des **stéréotypes** associés au sportif de haut niveau (individu hors-norme, charismatique et invulnérable) (20). Plus globalement, les **attentes sociétales** à l'égard des hommes (robustesse, stoïcisme, rien qui ferait de l'ombre à leur virilité) « *peuvent les décourager de demander de l'aide (...) et peuvent plutôt les pousser à adopter des stratégies d'adaptation destructrices* » (consommation de substances, comportements à risque, colère, suicide) (21). Les femmes sportives doivent elles aussi lutter contre des **normes physiques** bien ancrées et contre la **sexualisation** de leur corps qui peuvent les empêcher de se sentir bien dans leur corps, notamment au moment de l'adolescence (22).



BIBLIOGRAPHIE

- (1) Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité : en un coup d'œil [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.who.int/fr/publications-detail/9789240014886
- (2) Bouger pour être en bonne santé mentale.pdf [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.inspq.qc.ca/publications/2037
- (3) Activité physique et pratique sportive pour toutes et tous | France Stratégie [Internet]. [cité 31 mars 2023]. Disponible sur : www.strategie.gouv.fr/publications/activite-physique-et-pratique-sportive-pour-toutes-et-tous
- (4) Santé : les jeunes sont trop sédentaires selon une nouvelle étude [Internet]. France Info. 2023 [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.francetvinfo.fr/sante/sante-les-jeunes-sont-trop-sedentaires-selon-une-nouvelle-etude_5643869.html
- (5) Plaidoyer pour une révolution de l'activité physique à l'école [Internet]. Le Figaro. 2021 [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.lefigaro.fr/sciences/plaidoyer-pour-une-revolution-de-l-activite-physique-a-l-ecole-20210321
- (6) Accueil - Sport Adapté [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : <https://sportadapte.fr/>
- (7) Rapport annuel du Défenseur des droits sur le droit des enfants aux loisirs, au sport et à la culture [Internet]. [cité 22 novembre 2023]. Disponible sur : www.defenseurdesdroits.fr/sites/default/files/2023-11/ddd_rapport-annuel-enfants_2023_20231023.pdf
- (8) Cambon M, L'Horset P. Promouvoir l'activité physique dans les territoires [Internet]. 2021. Disponible sur : www.fnes.fr/wp-content/uploads/2021/03/DC_AP_VF.pdf
- (9) Pommier J., Ferron C. Promotion de l'activité physique : que les politiques se bougent ! La Santé de l'Homme, sept 2015 ; (433) : 12-5.
- (10) Prévenir la violence par le sport en El Salvador | Unicef [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.unicef.org/fr/recits/prevenir-la-violence-par-le-sport-en-el-salvador
- (11) PLAY International | Playdagogie [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.play-international.org/pedagogie/playdagogie
- (12) Colosse aux pieds d'argile [Internet]. [cité 31 mars 2023]. Disponible sur : <https://colosse.fr/>
- (13) Semaine olympique et paralympique 7^e édition 3 avril 2023 thématique 2023 : L'Inclusion [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : <https://eduscol.education.fr/document/4800/download?attachment>
- (14) Semaine olympique et paralympique [Internet]. éducol | Ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse, Direction générale de l'enseignement scolaire. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : <https://eduscol.education.fr/3499/semaine-olympique-et-paralympique>
- (15) Protéger les pratiquants [Internet]. sports.gouv.fr. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.sports.gouv.fr/protéger-les-pratiquants-46
- (16) Violences sexuelles [Internet]. sports.gouv.fr. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.sports.gouv.fr/violences-sexuelles-54
- (17) Cultures & Santé. Promouvoir l'activité physique : un enjeu pour la santé de tous et toutes.
- (18) Le nageur Michael Phelps et sa dépression [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.francetvinfo.fr/les-jeux-olympiques/natation/video-le-nageur-michael-phelps-et-sa-depression_5437360.html
- (19) JO de Tokyo 2021 : la victoire morale de Simone Biles [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.lemonde.fr/idees/article/2021/08/04/jo-de-tokyo-2021-la-victoire-morale-de-simone-biles_6090517_3232.html
- (20) Campagne Tête la Première par Nightline France. Disponible sur : www.nightline.fr/tete-la-premiere
- (21) Le burn-out, un mal tabou chez les sportifs de haut niveau. LeMonde.fr [Internet]. 29 janvier 2020 [cité 28 mars 2023] ; Disponible sur : www.lemonde.fr/sport/article/2020/01/29/burn-out-ces-sportifs-qui-souffrent-en-silence_6027583_3242.html
- (22) Outils pour la prévention du suicide chez les hommes [Internet]. Centre for Suicide Prevention. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.suicideinfo.ca/local_resource/les-hommes-et-le-suicide/
- (23) Quand les sportives de haut niveau subissent le diktat de la beauté physique, critère de visibilité et donc de performance [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur : www.francetvinfo.fr/sante/sport-et-sante/sportives-de-haut-niveau-quand-le-diktat-de-la-beaute-physique-reste-un-critere-de-visibilite-et-donc-de-performance_4922249.html



Ces questions pourraient être abordées lors des actions SISM 2024

Ma mise en mouvement

- > Comment ma mise en mouvement contribue-t-elle à prendre soin de ma santé mentale ?
- > Quels sont les contextes que j'associe au sport et/ou à une mise en mouvement ?
- > Quel est mon rapport à l'activité physique, quelles en sont mes représentations ? Pour quelles raisons je m'active ? Comment puis-je retrouver du plaisir dans une activité physique ?
- > Comment améliorer dans mon quotidien ma mise en mouvement ? Quelles sont les activités qui participent à ma mise en mouvement dans mon quotidien ? Quelles sont mes opportunités de mouvement ou au contraire ce qui les limite ? Quels facteurs influencent ma motivation ?
- > Est-ce que j'arrive à suivre les recommandations de pratique sportive quotidienne ?

Faciliter la mise en mouvement de l'autre

- > Quelles associations ou propositions sportives existent dans mon quartier ?
- > Quelles sont les stratégies motivationnelles connues pour faciliter la mise en mouvement ?
- > Quelles représentations j'ai de la mise en mouvement des publics que j'accompagne ?
- >auprès des personnes seniors, quels types de mouvement peuvent être encouragés ? Et auprès des femmes enceintes ? Les personnes en situation de handicap ? Quels en sont les bénéfices ?

Tabou de la santé mentale et stigmatisation des troubles psychiques

- > Quel regard porte-t-on sur les sportifs et sportives de haut niveau qui parlent de leurs fragilités et de leurs troubles psychiques ?
- > Comment mieux prendre soin de la santé mentale dans les différentes activités sportives ?
- > Quelles valeurs peuvent être véhiculées dans le sport ?

Programmes et actions dans la communauté

- > Comment mieux intégrer la pratique sportive quotidienne dans les écoles et les universités ?
- > Quel est l'impact du sport sur le comportement des enfants en classe ? Quelles initiatives existent et sur lesquelles peuvent s'appuyer les professionnels de l'éducation pour favoriser l'activité physique des enfants ?
- > Comment sensibiliser les jeunes à l'égalité femme-homme, et à la prévention des violences physiques, sexuelles et psychologiques dans le milieu sportif ? Quels organismes et associations proposent des programmes ?
- > Quelles actions pourraient être mises en place pour avoir des co-bénéfices : sur la santé mentale, la santé physique et le développement durable ?

Leviers d'actions politiques

- > Comment mieux promouvoir le sport adapté ?
- > Comment mieux valoriser le sport dit féminin (dans les médias) ?
- > Comment mieux favoriser la mobilité de tous et de toutes en ville et en zone rurale ?
- > Comment réfléchir l'urbanisme pour que celui-ci soit plus favorable à la pratique sportive (augmentation des espaces verts, augmentation des pistes cyclables, augmentation du sentiment de sécurité, lever des freins financiers, etc.) ? Quels rôles peuvent jouer les municipalités, les services départementaux ou régionaux ?

NOUS VOUS INVITONS À OUVRIR LE DÉBAT !

ÉVALUATION DES SISM 2024

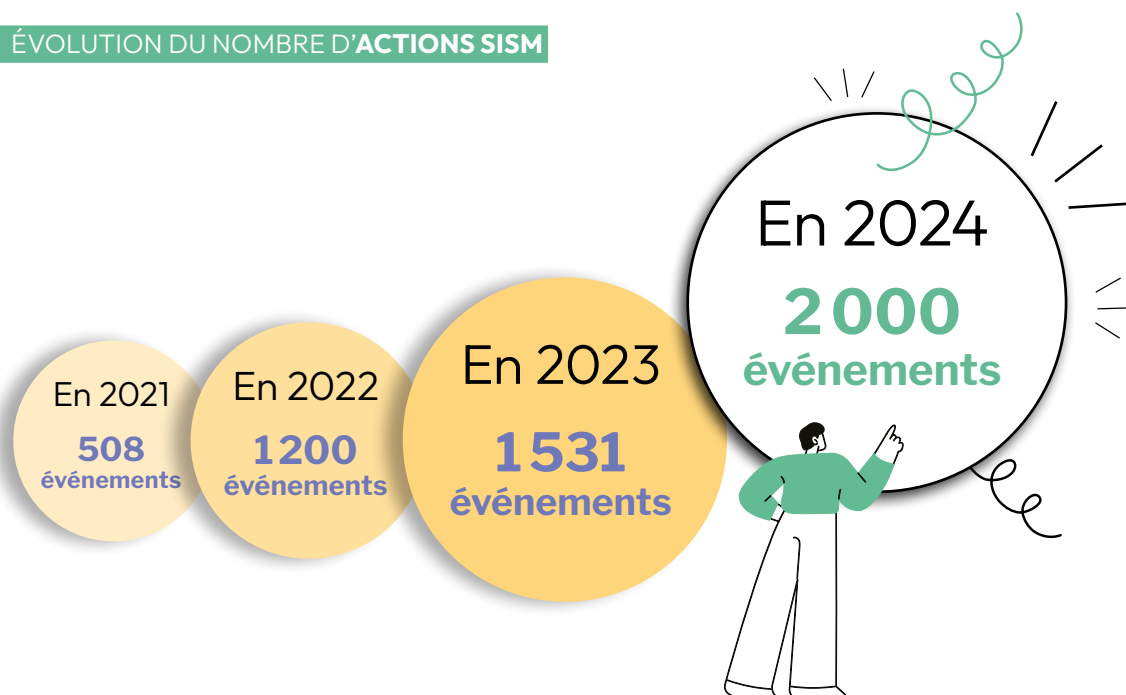
Quelques chiffres 2024

Nombre d'événements

Lors des SISM 2024, **près de 2000 événements** ont été comptabilisés dans toute la France métropolitaine et ultramarine. Depuis 2022, le nombre d'événements SISM ne cesse d'augmenter : **+ 30 % en 2024** (et + 29 % en 2023). Les SISM sont

donc le rendez-vous annuel pour celles et ceux qui souhaitent agir collectivement dans la promotion de la santé mentale et le Collectif national tient à exprimer ses sincères félicitations à toutes ces personnes engagées !

ÉVOLUTION DU NOMBRE D'ACTIONS SISM



Plusieurs éléments expliquent la hausse du nombre d'événements :

- Le calendrier des SISM et son rétroplanning sont bien intégrés par les acteurs et les actrices de terrain.
 - L'anticipation des outils produits par le collectif national (annonce et diffusion plus en amont du thème, de l'argumentaire et du guide méthodologique).
 - L'augmentation du nombre de collectifs SISM locaux indique un travail local en réseau de plus en plus important.
 - La refonte du site internet des SISM en 2023.
- Par ailleurs, la thématique des SISM de 2024 « En mouvement pour notre santé mentale » a suscité un grand engouement. S'inscrivant dans l'année des Jeux olympiques, les organisateurs-ices ont proposé des événements originaux, centrés sur la mise en mouvement de participants-es (parcours à vélo, olympiade, balade, découverte du sport adapté, etc.). D'après nos retours de terrain, les organisateurs et organisatrices d'actions SISM ont apprécié cette thématique qui a su mobiliser et fédérer.

Nombre et type d'actrices et d'acteurs

En 2024, plus de **70 %** des événements SISM ont été **coorganisés**, ce qui illustre le travail en réseau qui a lieu pour les SISM. C'est 20 % de plus par rapport à 2023. Selon nos remontées de terrain, les SISM sont une occasion pour les acteurs et actrices de terrain, issus de champs très différents (*voir tableau ci-dessous*) de s'identifier et d'amorcer des projets

en partenariat en faveur de la santé mentale sur leur territoire. Cette interconnaissance et ces liens créés lors de la construction d'événement SISM ouvrent des dynamiques de travail qui permettent, au cours de l'année, d'engager les acteurs sur d'autres projets de santé.

Catégorie d'organisateur	Nombre d'événements dans lequel l'organisateur a été impliqué en 2023	Nombre d'événements dans lequel l'organisateur a été impliqué en 2024	Augmentation des implications entre 2023 et 2024
Collectivité locale ou territoriale (mairie, conseil régional, CLSM, ASV, CLS, etc.)	546	1021	87 %
Association d'entraide (association de personnes concernées, proches, aidants) dont les groupes d'entraide mutuelle (GEM)	504	949 dont 324 GEM et 285 Unafam	88 %
Structure de soin (CMP, hôpital, etc.)	456	656	44 %
Collectif SISM local	247	496	101 %
Structure culturelle (médiathèque, MJC, cinéma, etc.)	155	484	212 %
Structure d'accompagnement (sociale et médico-sociale)	294	473	61 %
Autres (point écoute, etc.)	206	391	90 %
Structures sportives (chiffres sous-évalués en raison de la modification tardive de cette catégorie sur le site internet des SISM par le gestionnaire du site)		308	
Structure promotion de la santé (IREPS, CODES, mutuelles*, associations etc.)	75	205	130 %
Centre de formation (école, université, etc.)	53	156	194 %
Collectif citoyen (groupement de citoyens)**		69	
Mutuelles**		54	
Structure d'éducation et de préservation de l'environnement**		33	

* Jusqu'en 2023, les mutuelles étaient comptabilisées dans la catégorie « Structure promotion de la santé »

** Catégories créées en 2024.

On remarque une forte hausse du nombre d'événements impliqués pour chaque catégorie d'organisateur (voir colonne « augmentation des implications entre 2023 et 2024 »).

On peut noter deux chiffres importants: la participation du **monde de la culture ayant augmenté de 212 %** et celle des **centres de formation (école, université): + 194 %**, correspondant à environ 160 événements. Cette année, plus **d'une trentaine de villes** ont proposé des événements SISM pour leurs jeunes:

- Université de Strasbourg: « Les Olympiades du bien-être »
- Université Le Mans: « Remue-Ménages »
- Lycée la Tournelle à Pont-Saint-Vincent: « Journée découverte - Santéville, la ville du bien-être »
- Toulon: « Escape Game - Gestion des émotions »
- Les Ulis: « C'est quoi la santé mentale ? »
- Troyes: « Viens danser sur la glace - Soirée étudiante », etc.

Ci-dessous le flyer des SISM à Grenoble, à destination des étudiants:

LES SEMAINES D'INFORMATION EN SANTÉ MENTALE

C'EST DU 7 AU 20 OCTOBRE SUR VOS CAMPUS !

L'Université Grenoble Alpes & Campus Solidaires et Citoyens vous proposent tout un programme d'actions de sensibilisation à découvrir sur l'ensemble des campus de l'agglomération !

Chaque année, les **SISM** se déroulent partout en France, autour de la Journée mondiale de la santé mentale : le 10 octobre.

AU PROGRAMME :

- ♥ Conférences
- ♥ Activités sportives
- ♥ Ateliers de yoga
- ♥ Ateliers de création artistique
- ♥ Jeux de société
- ♥ Théâtre de sensibilisation
- ♥ Exposition
- ♥ Siestes musicales...
- ♥ Et plein d'autres événements !

Programme complet sur le Portail étudiant etudiant.univ-grenoble-alpes.fr

& sur les réseaux sociaux [@ugacsc](https://www.instagram.com/ugacsc)

Logos: UGA, Fondation Université Grenoble Alpes, isère, etc.

Comme l'année dernière, c'est la catégorie « **Collectivité locale ou territoriale** » qui est la plus impliquée dans les SISM: 1021 événements (+ **87 %** qu'en 2023), puis c'est celle des réseaux d'entraide: **association d'entraide (association de patients, proches, aidants)** dont les **groupes d'entraide mutuelle (GEM)** avec 949 événements (+ **88 %** qu'en 2023), puis celle des structures de soin (CMP, hôpital etc.) avec 656 événements (+ 44 % en 2024) et en très grande majorité en partenariat avec des réseaux d'entraide.

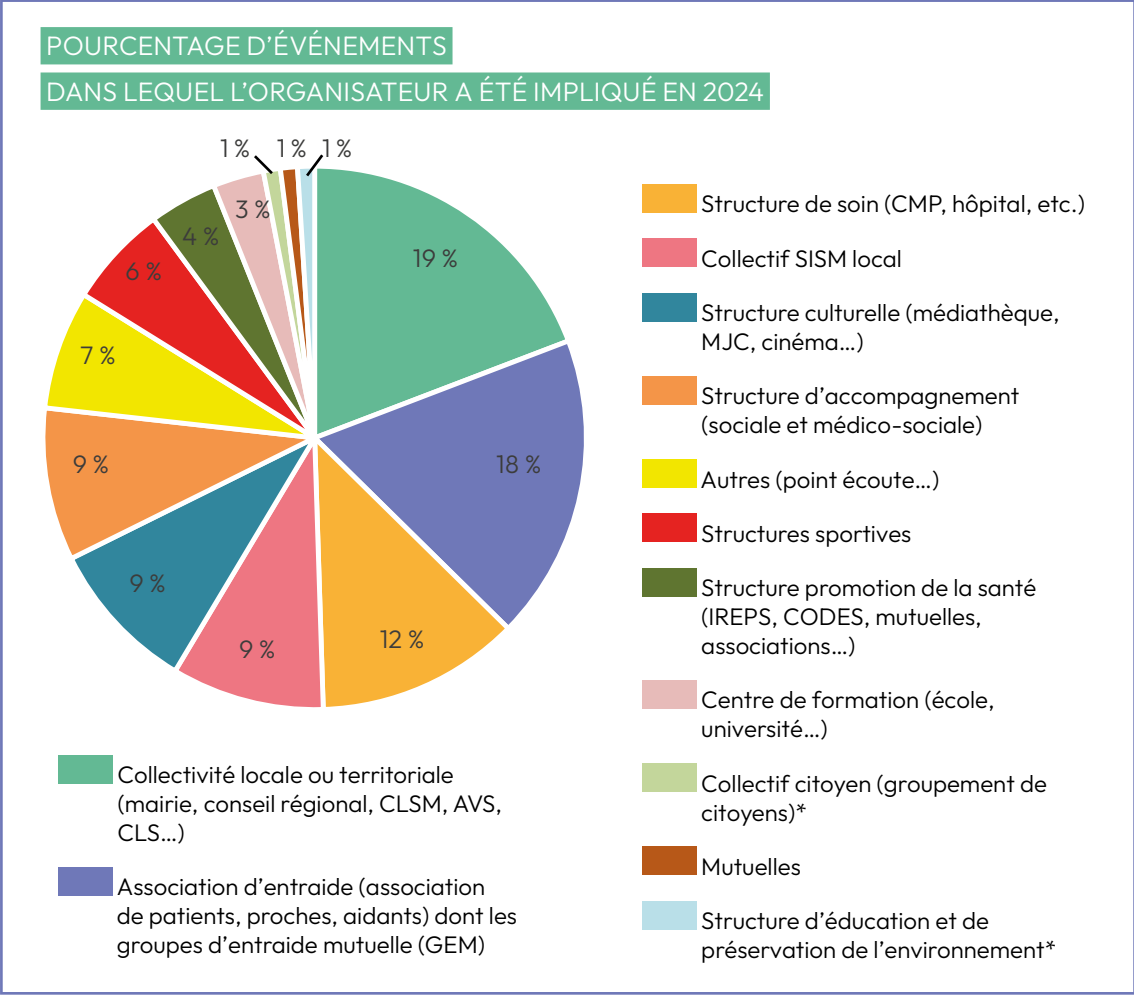
On note aussi la participation de très nombreux acteurs: **regroupés en collectif SISM local**: 496 événements impliqués (+ **101 %** qu'en 2023). Tout au long de l'année, nous recevons des demandes de référencement de collectifs SISM locaux sur l'onglet dédié de notre site Internet.

En lien avec la thématique 2014, le nombre d'événement impliquant des structures sportives est sous-estimé puisque cette catégorie a été ajoutée sur le tard par notre gestionnaire de site internet. Le secrétariat général du Collectif national a vu un très grand nombre d'événements associant des structures sportives lors des validations des événements sur le site des SISM. Une hypothèse pourrait être que les structures sportives qui ont souhaité être référencées, faute de catégorie dans la classification des organisateurs, ont été renseignées en tant que catégorie « autres » (320 événements impliqués).

Ainsi, les **objectifs SISM** suivants sont pleinement remplis:

- **Fédérer les personnes** qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.
- **Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes** pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

Une autre manière de présenter la diversité des acteurs dans les événements SISM est la suivante :



Catégories d'événements

Catégorie d'événements	Nombre d'événements en 2023	Nombre d'événements en 2024
Animation ⁶	555	1015
Conférence-débat	211	187
Ciné-débat	202	155
Porte ouverte	163	115
Exposition	137	110
Spectacle	103	78
Café-débat	48	34
Animation virtuelle (web ou radio)	32	28
Atelier lecture	21	21
Festival (catégorie ajoutée en 2024)	/	11
Concert	8	6
Nombre total d'événements	1480	1760 ⁷

L'organisation **d'animations (1015), de conférences-débats (187) et de ciné-débats (155)** a été privilégiée en 2024. Ces tendances suivent celles de 2023. Toutefois, à l'inverse des animations qui ont augmenté de 82 %, on ne note pas d'autre d'augmentation pour le reste des catégories. Les nouveaux événements SISM ont été principalement des animations. Or, celles-ci sont

vraisemblablement prioritaires car elles permettent de toucher davantage le grand public. Les stands, les forums, ou encore les animations de rue sont des actions avec une démarche « d'aller-vers ». Elles sont intéressantes pour parvenir à favoriser des rencontres et sensibiliser une grande diversité de personnes à la santé mentale.

Méthode de recensement et limites

Le bilan est basé sur les événements SISM enregistrés sur le site par les personnes qui les organisent. Toutefois, un nombre, non évaluable, ne le sont pas, pour plusieurs raisons :

- Comme les années précédentes, certains événements sont programmés à d'autres moments de l'année, ou sont à visée promotionnelle directe ou indirecte et ne peuvent donc être comptabilisés. (Le formulaire d'ajout comporte un paragraphe introductif rappelant que les actions proposées doivent répondre aux objectifs des SISM, être dans les dates définies, s'adresser à toutes et tous, et ne pas être à but lucratif ou publicitaire).
- Nous avons remarqué cette année, que de nombreux programmes comptaient plus d'une quinzaine d'actions. Ces programmes étant de plus en plus denses, le rétroplanning des événements SISM doit comprendre cette tâche d'inscription du programme sur le site des SISM. Des obstacles à la maîtrise de l'outil informatique peuvent exister ; bien que le secrétariat propose son aide, certaines personnes peuvent ne pas s'en saisir.
- Il existe des sites locaux dédiés aux SISM qui recensent également les actions. Ainsi, il peut s'avérer fastidieux de recenser deux fois les actions.

Pour lever certains de ces freins, le Collectif national a travaillé durant une année sur la **refonte du site Internet des SISM**, financée par PSYCOM, organisme public d'information sur la santé mentale et en charge du secrétariat général du Collectif national. Ainsi, les SISM 2024 sont la première édition post-refonte.

Celle-ci a été opérée avec les objectifs de faciliter l'inscription par les organisateurs·ices des événements SISM sur le site, mais également avec l'objectif de recueillir des données plus précises. Il répond également à certains problèmes spécifiques, par exemple : dans les formulaires d'ajout des événements SISM, certaines informations sont préenregistrées afin d'éviter de devoir réécrire les mêmes choses plusieurs fois, tout comme dans le formulaire d'évaluation d'événements, certaines questions ne sont posées qu'une fois (celle sur l'utilisation du site internet).

C'est pourquoi, au-delà de l'augmentation du nombre d'événements, c'est également, la refonte du site internet qui permet d'avoir des données de bilan plus importantes.

6. Les animations désignent les stands, les ateliers ou les journées découvertes, les animations de rues.

7. En 2024, les 2 000 actions SISM recensées comprennent les actions SISM qui ont été ajoutées sur le site des SISM et celles qui n'ont pas été ajoutées mais qui ont été portées à la connaissance du secrétariat général du collectif national des SISM (241 événements). Ainsi, pour ces événements, il est connu qu'elles sont toutes le fruit d'un travail partenarial mais la typologie précise des structures impliquées, ni le type d'événement n'ont pu être réalisés. C'est pourquoi, nous ne retrouvons que 1 760 événements dans le tableau ci-dessus, et non les 2 000 événements (les 1 760 événements étant ceux recensés sur le site des SISM).

Répartition géographique des événements 2024

RÉPARTITION DES ACTIONS SISM PAR RÉGION

Région	Nombre d'événements en 2023	Nombre d'événements en 2024	Augmentation du nombre d'événement
Auvergne-Rhône-Alpes	301	383	+ 27 %
Occitanie	198	237	+ 20 %
Grand-Est	190	191	+ 1 %
Bretagne	102	163	+ 60 %
Nouvelle-Aquitaine	244	151	- 38 %
Provence-Alpes-Côte d'Azur	81	116	+ 43 %
Bourgogne-Franche-Comté	41	107	+ 161 %
Île-de-France	103	106	+ 3 %
Hauts-de-France	52	99	+ 90 %
Pays de la Loire	71	94	+ 32 %
Centre-Val de Loire	61	77	+ 26 %
Normandie	20	24	+ 20 %
Guadeloupe	2	6	+ 200 %
La Réunion	0	4	/
Mayotte	0	2	/

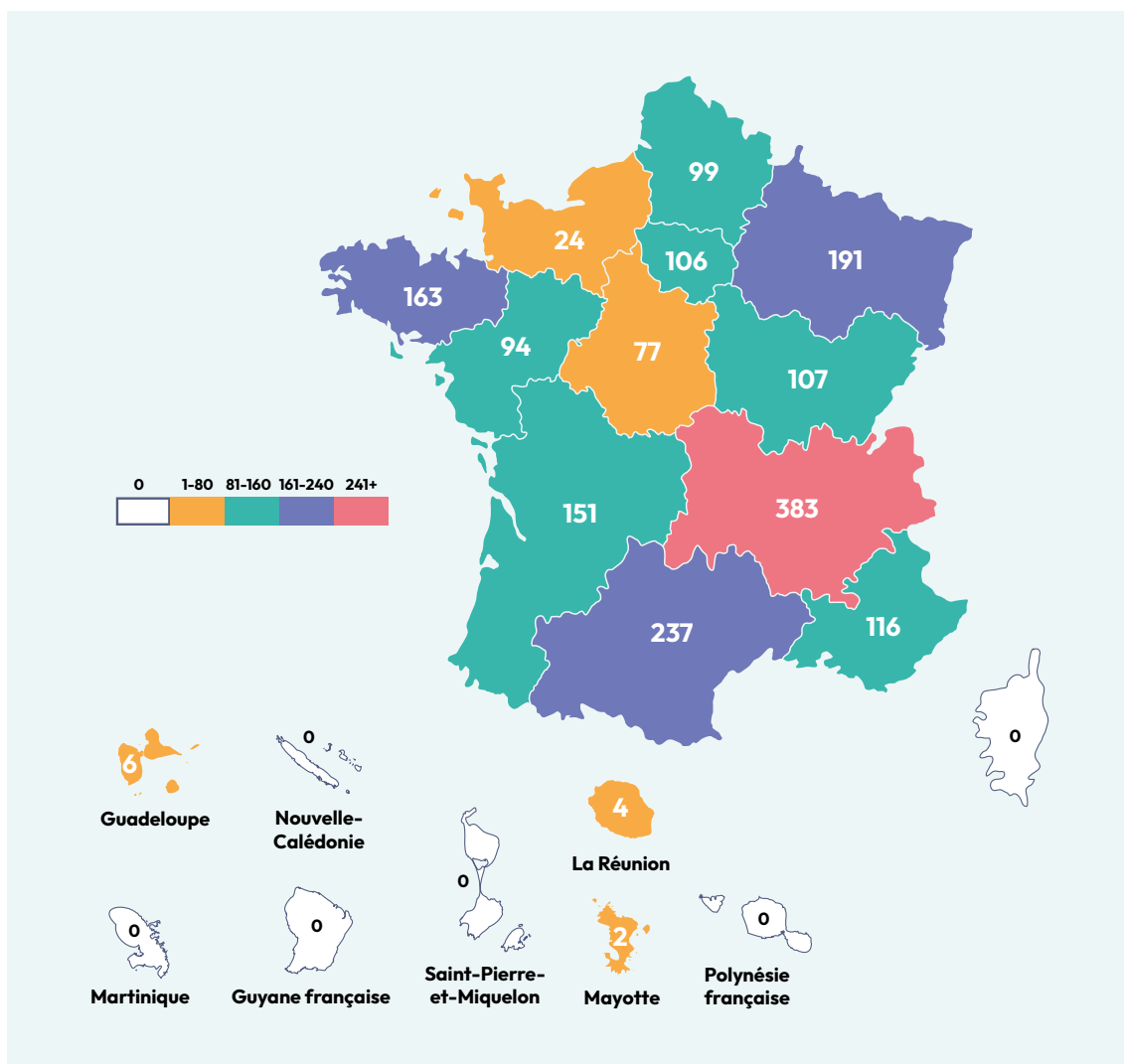
Les régions ayant accueilli le plus d'événements sont **Auvergne-Rhône-Alpes : 383** (301 en 2023), **Occitanie : 237** (198 en 2023) et **Grand-Est : 191** (190 en 2023).

Toutes les régions ont augmenté le nombre d'événements sauf la Nouvelle-Aquitaine passant de 244 en 2023 à 151 en 2024. On notera néanmoins leur grand dynamisme avec le nombre

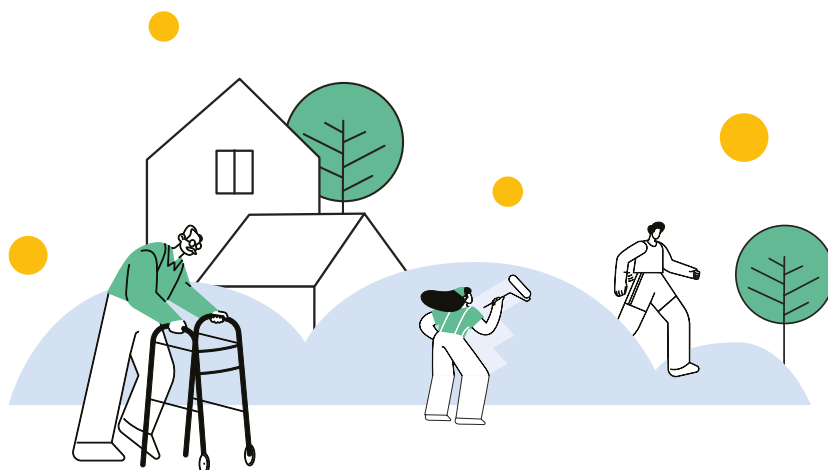
d'événements produits, tout comme la **Bretagne** avec 163 événements.

Deux régions dans les DOM-TOM ont produit pour **des SISM : La Réunion (4) et Mayotte (2)**.

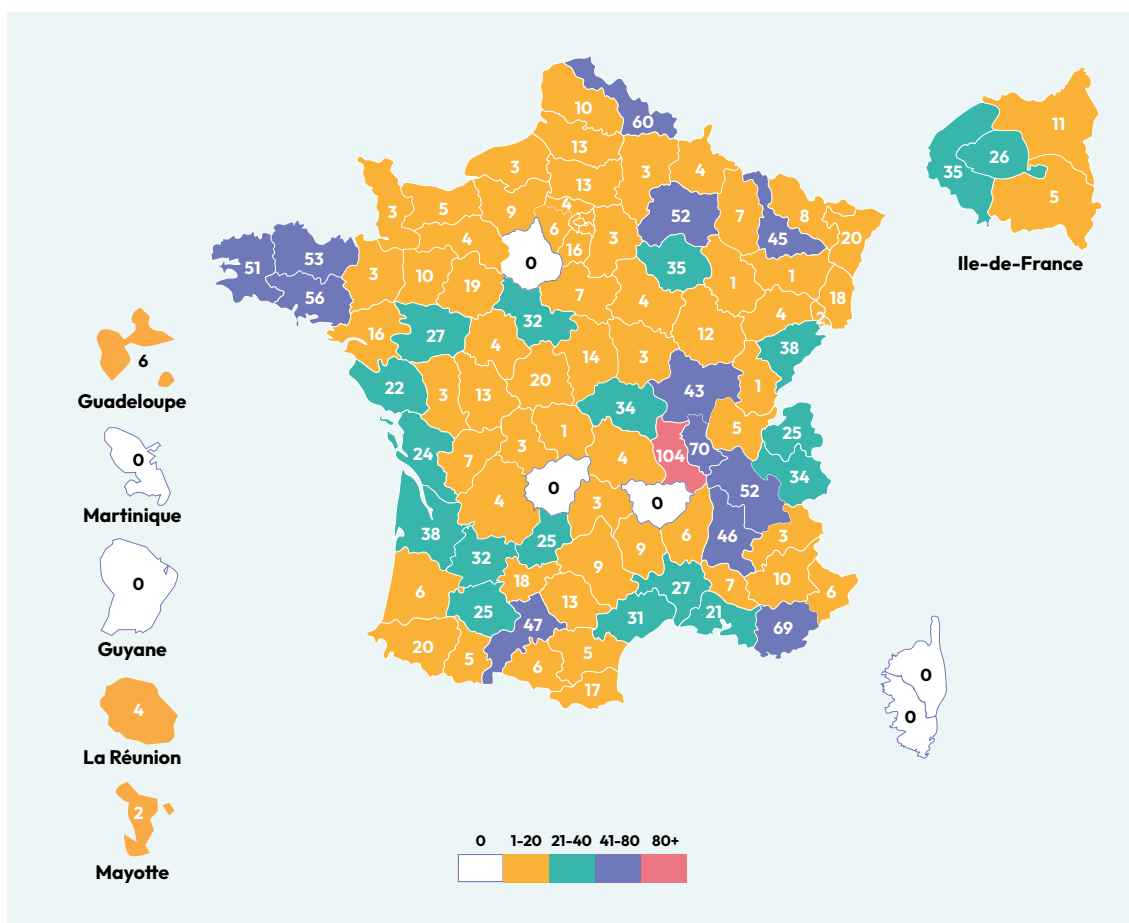




► Les régions ayant accueilli le plus d'événements sont :
Auvergne-Rhône-Alpes (383), Occitanie (237) et Grand-Est (191).



RÉPARTITION DES ACTIONS SISM PAR DÉPARTEMENT



Les départements ayant accueilli le plus d'événements sont : la **Loire** (104), le **Rhône** (70), le **Var** (69) et le **Nord** (60).

On peut noter que l'on retrouve de nombreuses actions SISM dans d'autres départements, montrant ainsi le **dynamisme des SISM dans toute la France** :

- Morbihan (56)
- Côte-d'Armor (53)
- Marne (52)
- Isère (52)
- Finistère (51)
- Haute-Garonne (47)
- Drôme (46)
- Meurthe-et-Moselle (45)
- Saône-et-Loire (43)
- Gironde (38)
- Doubs (38)
- Hauts-de-Seine (35), etc.

L'année dernière, plus d'une quinzaine de départements ne proposaient pas d'action SISM. Cette année, **94 départements sont impliqués**, (soit 7 départements n'en proposant pas), à l'image du Cantal qui a produit en 2024 : 3 événements (alors qu'en 2023, 0). **En 2024, 8 nouveaux départements ont participé aux SISM.**



COMPARAISONS DES INDICATEURS sur quatre ans

	2021	2022	2023	2024 ⁸
Thématique	Pour ma santé mentale, respectons mes droits	Pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement	À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit	En mouvement pour notre santé mentale
Nombre d'événements	519 	1189 	1531 	2000 
Catégorie d'événements	Animations, conférences-débats et ciné-débats	Animations, conférences-débats et ciné-débats	Animations, conférences-débats et ciné-débats	Animations, conférences-débats et ciné-débats
Type d'organisateur	Entraide collectivités locales, et structures de soin	Collectivités locales ou territoriales, entraide et structures de soin	Collectivités locales ou territoriales, entraide et structures de soin	Collectivités locales ou territoriales, entraide et structures de soin
Régions	Nouvelle-Aquitaine, Auvergne-Rhône-Alpes et Occitanie	Auvergne-Rhône-Alpes, Occitanie et Grand-Est	Auvergne-Rhône-Alpes, Nouvelle-Aquitaine et Occitanie	Auvergne-Rhône-Alpes, Occitanie et Grand-Est
Départements	Lot-et-Garonne, Bas-Rhin et Vienne,	Rhône, Puy-de-Dôme et Loire	Charente-Maritime, Haute-Garonne, Drôme/Meurthe-et-Moselle	Loire, Rhône, Var et Nord
Nombre d'articles	482 	387 	673 	984 ( 14 %)
Abonnés LinkedIn	/	/	2345	4 646 ( 98 %)
Abonné-es Facebook	2852 	3055 	3363 	3 717 ( 38 %)
Abonné-es Twitter/X	2014 	2133 	X ⁹	X
Inscrites à la newsletter	/	/	1217	2 241
YouTube (replay de webinaires)	/	/	/	« Animation d'un collectif SISM » 355 vues ¹⁰ « Mobilisation des ressources » 500 vues ¹¹

8. Chiffres relevés en décembre 2024.

10. Depuis la mise en ligne jusqu'à mars 2025.

9. En raison des dernières tendances de Twitter, devenu X, nous avons décidé de retirer notre présence de ce réseau social depuis 2023.

11. Depuis la mise en ligne jusqu'à mars 2025.

ÉVALUATION DES ÉVÉNEMENTS PAR LES ORGANISATEURS ET ORGANISATRICES

Organisateur·ices ayant répondu au questionnaire d'évaluation

Le Collectif national a mis en place un outil permettant aux organisateurs et organisatrices d'évaluer leurs événements via un formulaire en ligne sur le site SISM. Le formulaire d'évaluation a été réorganisé, et désormais il interroge plus en détail le processus d'élaboration de l'action.

Au total, 140 événements ont ainsi été évalués, sur 1760 enregistrés, soit un taux de retour de près de 8 %. L'année dernière, nous étions à un retour à 17 % (250 événements sur 1480).

La newsletter ayant dépassé les 2 000 abonnés début octobre 2024, un coût supplémentaire a été nécessaire pour changer de système d'envoi des newsletters. De ce fait, nous n'avons pas pu envoyer de newsletter du 7 octobre à début janvier et l'annonce de l'ouverture de la période d'évaluation n'a donc pas pu être faite, par la newsletter ainsi que les relances habituelles. Ce qui a eu une influence sur le taux de retour cette année, plus bas que celui de l'année dernière. Pour tenter de compenser ce problème informatique, le délai de

renseignement du questionnaire d'évaluation a été rallongé : en étant accessible dès le début des SISM et jusqu'au 2 février 2025. À partir du 26 octobre, 3 invitations à le remplir ont été diffusées via les réseaux sociaux des SISM (Facebook et LinkedIn).

27 répondants·es ont renseigné les évaluations sur le site des SISM. Ce questionnaire a pour objectif d'évaluer : la satisfaction des organisateurs et organisatrices, le type de public accueilli, les sources de financement et la communication autour de l'événement.

Le Collectif national tient à remercier les répondants·es pour le temps qu'elles ont dédié à ce travail d'évaluation qui nous permet d'avoir une vision plus fine des SISM, et représente une occasion d'interroger ses actions et d'avoir des perspectives d'amélioration.

Les personnes ayant répondu à ce questionnaire sont :

Type d'organisateur	Nombre d'organiseurs
Structure de soin (CMP, hôpital...)	6
Collectivité locale ou territoriale (mairie, conseil régional, CLSM, ASV, CLS...)	5
Groupe d'entraide mutuelle (GEM)	3
Autres (point écoute...)	3
Structure promotion de la santé (IREPS, CODES, mutuelles, associations...)	2
Structure d'accompagnement (sociale et médico-sociale)	2
Collectif SISM local	2
Structure d'éducation et de préservation de l'environnement	1
Unafam	1
Structure culturelle (médiathèque, MJC, cinéma...)	1
Association d'entraide (association de patients, proches, aidants)	1
TOTAL	27

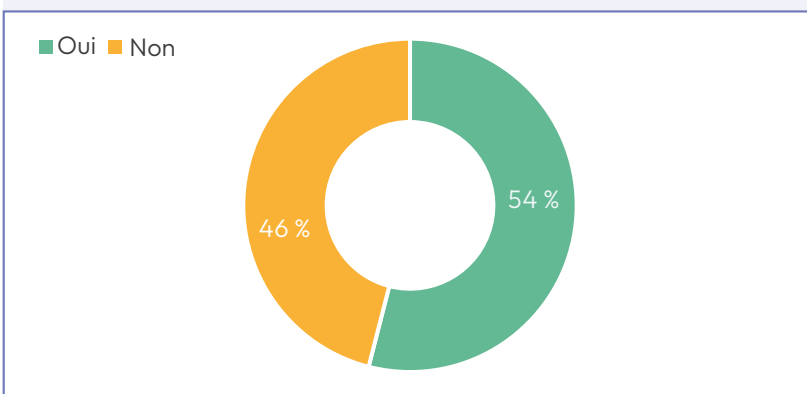
Satisfaction vis-à-vis du site des SISM

La refonte du site Internet des SISM est une réussite puisqu'aucune personne n'est pas satisfaite, au contraire, la très grande majorité est satisfaite ou très satisfaite.

L'année dernière, huit personnes avaient suggéré de simplifier le questionnaire d'évaluation pour

éviter d'avoir à remplir plusieurs fois les mêmes informations. Cet élément a été pris en compte dans la refonte du site internet, c'est pourquoi, aucune personne n'a mentionné ce point.

Avez-vous utilisé la carte des événements (en page d'accueil) ?



La **carte des événements** est plutôt à destination des personnes intéressées par les SISM, et qui sont à la recherche des actions menées sur leur territoire, mais on observe qu'elle est également utile pour les organisateurs et organisatrices d'actions qui aimeraient mieux se rendre compte des actions SISM locales puisque 54 % ont répondu qu'ils avaient utilisé la carte. Le taux de satisfaction par rapport à la cartographie est bon puisque 87 % se disent satisfaites ou très satisfaites. Le secrétariat du Collectif national se mettra en contact avec celles et ceux qui le sont peu.

De même pour **l'outil de recherche d'événement**, près des 2/3 des personnes ont recherché des événements, et 99 % en sont satisfaites ou très satisfaites.

Concernant **l'espace organisateur**, dans lequel on peut retrouver le guide méthodologique, le kit de communication, ou encore le dossier de presse, **26 répondants (sur 27)** déclarent utiliser cet espace.

Sur ces 27 répondant·es, 1 seule personne est peu satisfaite. Les 26 autres étant satisfaites ou très satisfaites. **L'espace organisateur est donc tout à fait adapté** aux besoins des personnes organisant les SISM.

Retours post-refonte du site internet des SISM

Sur 27 répondants, **13 personnes n'ont pas de proposition d'amélioration et trouvent le site très bien fait** : « *Je trouve le site très pratique et agréable à naviguer* », « *il est parfait* » ou encore : « *C'est déjà très bien depuis l'évolution du site* ».

Concernant les **formulaires d'ajout d'événement et d'évaluation**, 7 personnes ont fait des retours.

1 personne souhaite simplifier ces formulaires et deux autres souhaiteraient que le renseignement des points GPS soit retiré ou amélioré. La refonte du site internet avait pour objectif cette simplification des démarches. On peut donc se féliciter que sur les

27 répondants, seule 1 personne ait fait ce souhait de simplification. Le secrétariat pourra se mettre en contact avec cette dernière pour avoir des informations plus précises.

Au niveau de la **communication**, 2 personnes ont fait des retours : 1 personne proposer de **créer une chaîne YouTube SISM** pour mettre en valeur les actions sur le plan national et une autre aimerait que le site des SISM soit plus connu.

Sur **l'expérience du site des SISM**, 4 personnes émettent des recommandations : 1 personne souhaiterait que, sur l'espace organisateur, les

événements puissent être **listés par date**. Le secrétariat va se mettre en contact avec elle pour mieux comprendre les difficultés. 1 autre personne indique que le site a rencontré des bugs lors de l'enregistrement des événements, 1 personne souhaiterait que la carte des événements soit plus simple et intuitive.

À propos **des liens avec le collectif national**, 1 personne souhaite faciliter les modalités de contact entre les organisateurs et le collectif national.

Pour rappel, une **adresse mail contact et un formulaire de contact sont disponibles** sur le site des SISM.

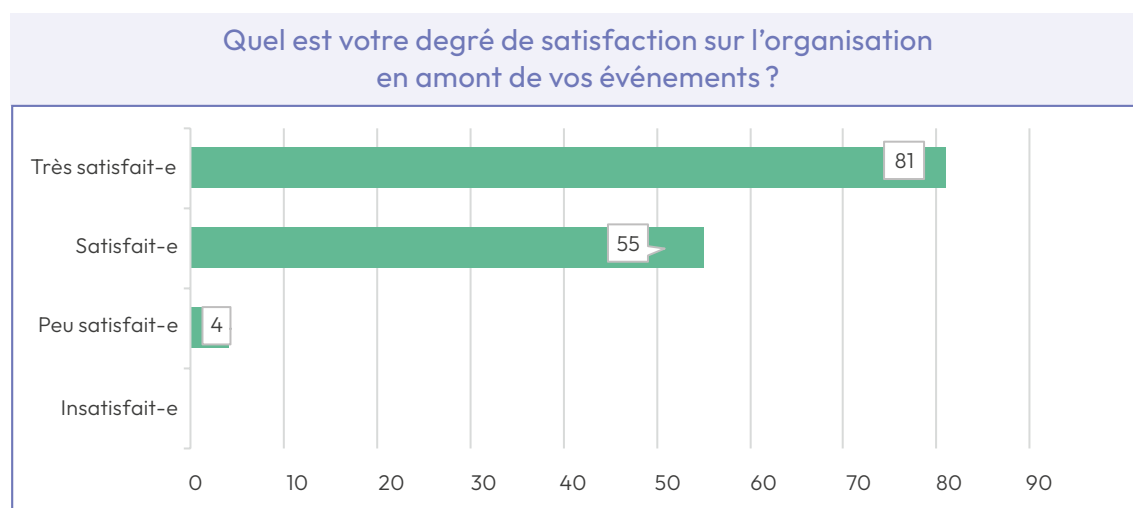
Évaluation de processus, de l'action et des résultats

Sur les 3 événements pour lesquels le **GPS Anti-Stigma**¹² a été utilisé, les deux répondants indiquent qu'il a été utilisé auprès des partenaires-organisateurs d'événements pour les aider à construire leurs actions. Le second a été utilisé également en amont de l'action pour aider à l'élaboration de celle-ci et pour les évaluer : *« D'abord pour évaluer les événements avec les participants ensuite en construction d'actions avec le collectif local. »* La très faible utilisation de mon

GPS nous indique l'importance de davantage communiquer sur cet outil auprès des organisateurs et organisatrices.

Une action inspirante, construite par la répondante dont la citation est ci-dessus, est décrite dans ce bilan et illustre la pertinence de l'utilisation de l'outil GPS Anti-Sigma dans l'élaboration d'action SISM.

12. Le GPS Anti-Stigma – PSYCOM – Santé Mentale Info



À **97 % l'organisation des actions a été satisfaisante ou très satisfaisante**. Seules 3 personnes déclarent que pour 4 actions, ils ou elles ont été peu satisfaits-es de l'organisation et ces 3 répondantes ci-dessus ont rencontré les obstacles suivants :

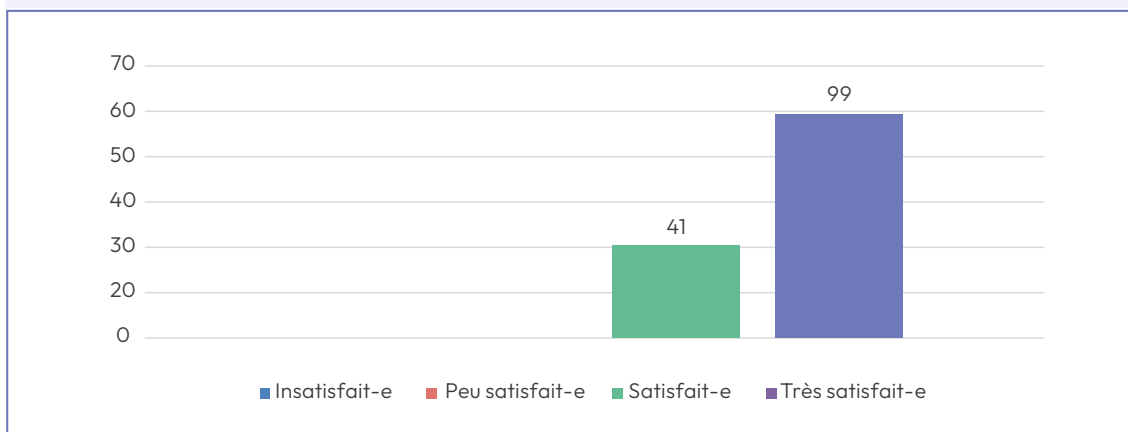
- Une mauvaise météo (sans explication supplémentaire).
Le groupe organisateur semble ne pas avoir prévu d'autres actions pour remplacer celles impactées par la météo.

- Une communication trop tardive et pas assez diversifiée.
- Une prise de poste tardive a décalé le début de la construction des événements SISM.

120 événements ont été construits en suivant partiellement une méthodologie de projet et 4 événements ont été adossés pleinement à cette méthodologie. Neuf personnes ont répondu qu'elles ne s'étaient pas adossées à une méthodologie de

projet représentant 20 événements. Nous n'avons pas d'élément de comparaison puisque cette question a été ajoutée dans le questionnaire de 2024.

Comment évaluez-vous la qualité du partenariat (communication entre partenaires, engagement sur la durée, présence et participation et entraide) ?



Cette question a été ajoutée par rapport au dernier bilan. En effet, dans le cadre de l'évaluation du processus, et étant donné le travail partenarial que nous retrouvons dans les événements SISM, il paraissait essentiel d'interroger ce critère.

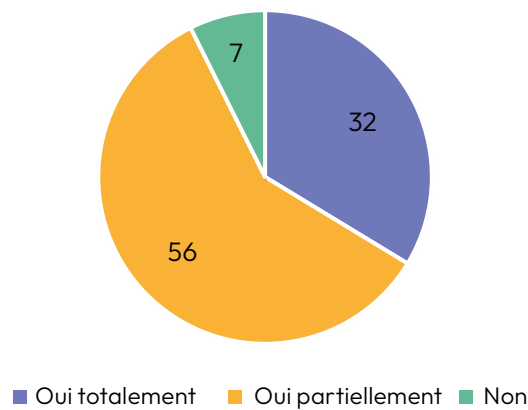
Ces résultats confirment les résultats de l'enquête « Pratique des collectifs SISM locaux » réalisée en 2024 pour lequel 140 porteurs de projet SISM avaient répondu. C'est dans l'ADN des organisateurs SISM de produire des actions en partenariat et de s'appuyer sur de nombreux facteurs de réussite, connus en santé publique pour être favorables aux collaborations.

En effet, l'ensemble des organisateurs sont satisfaits-es ou très satisfaits de la qualité du partenariat à l'image d'une répondante qui a écrit : « Très bonne communication au sein du collectif, permettant une cohésion et une fluidité dans la gestion et la mise en œuvre de nos projets. »

Par ailleurs, bien que l'action puisse parfois ne pas satisfaire le groupe organisateur (l'organisation en amont ou la différence entre ce qui était attendu/arrivé) on remarque que la qualité partenariale est quant à elle, systématiquement présente et enrichit donc localement le travail en réseau et l'interconnaissance.



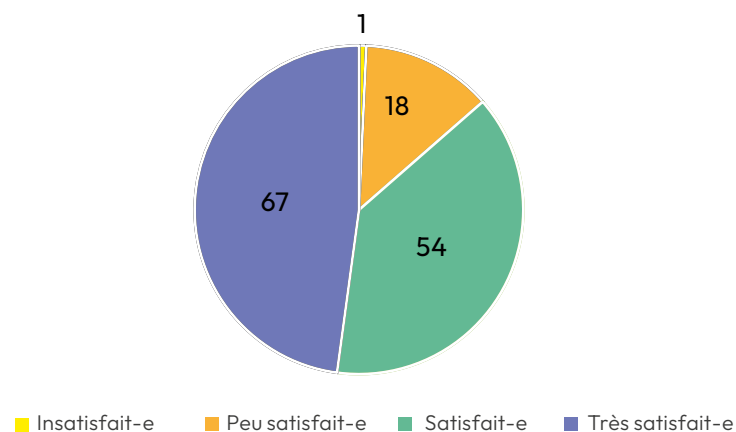
Avez-vous fixé des objectifs pour cet événement ?



Cette question a été également ajoutée dans le questionnaire de 2024 et nous n'avons donc pas de comparaison. On peut donc observer que sur les 140 événements évalués, des objectifs étaient

présents pour 95 d'entre eux ce qui montre que les acteurs de terrain essaient de structurer la création de leurs événements SISM.

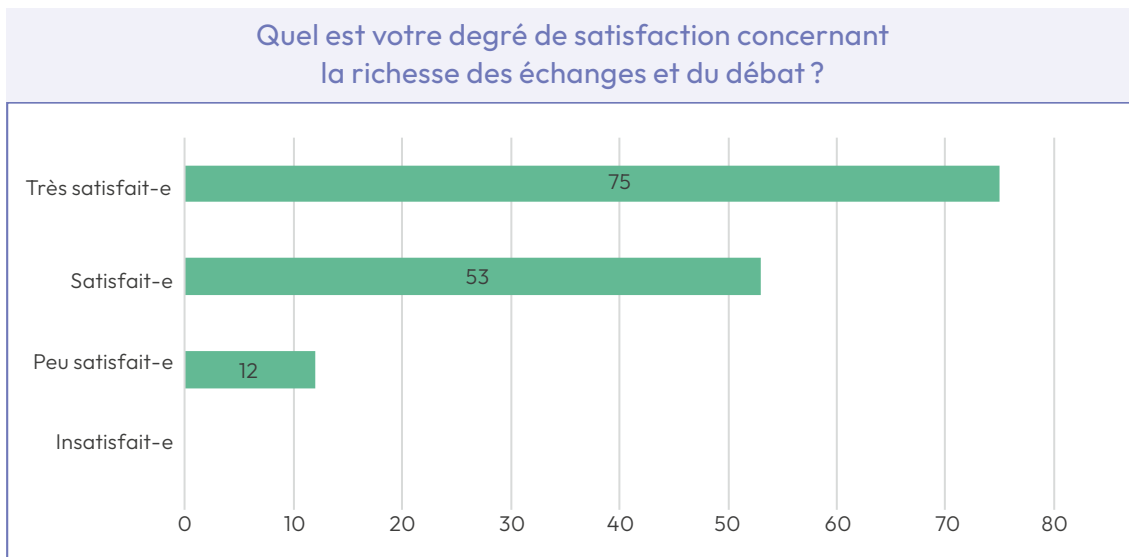
Quel est votre degré de satisfaction concernant le contenu de l'événement (différence entre ce qui était attendu et ce qui a été réalisé) ?



86 % des événements évalués, soit 23 autres répondant·es, les personnes se disent satisfait·es ou très satisfait·es du contenu de l'événement et de son déroulé par rapport à l'attendu.

1 seule répondante (couvrant 1 événement) est insatisfaite du contenu de son événement mais

ne donne pas d'information sur cette réponse. Les répondant·es qui ont notifié qu'ils et elles étaient peu satisfait·es (18 événements), il s'agit des mêmes 3 répondantes, relevées plus haut, insatisfaites.



Dans **128 événements (91 %)**, les groupes organisateurs des SISM se disent **satisfaits ou très satisfaits de la richesse des débats et des échanges**. Les 12 événements pour lesquels

la richesse des débats a été notée comme peu satisfaisante correspondent aux mêmes personnes insatisfaites citées plus haut.

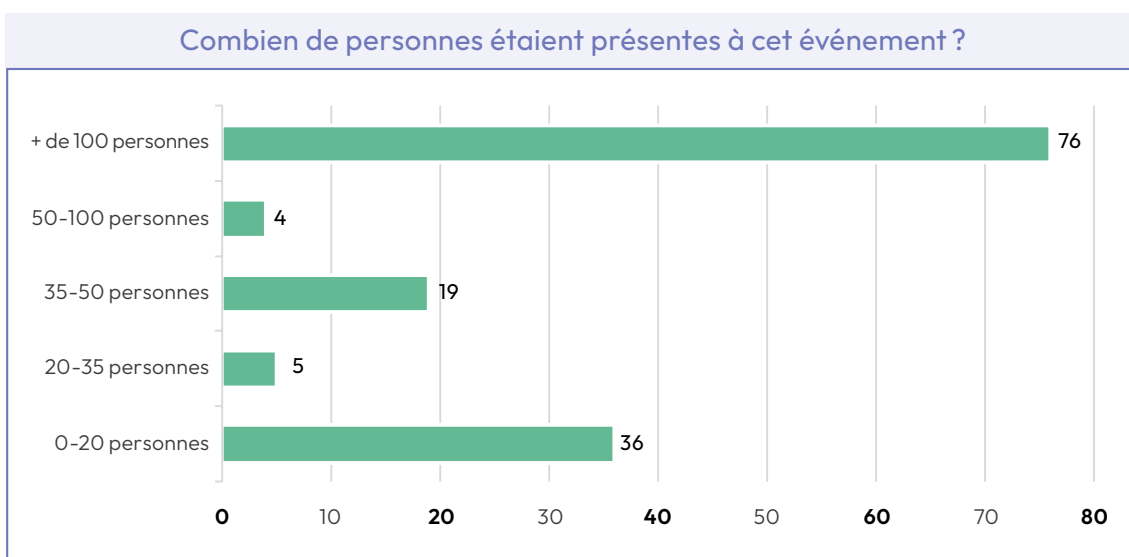
Publics

Sur les 140 événements, 112 événements visaient un **public cible particulier**. En méthodologie de projet, la définition d'un public cible est importante pour mieux ajuster la typologie de l'action au public visé.

Pour les 111 autres événements (80 %), les 24 répondant·es, sont **satisfaits·es ou très satisfaits·es de la pertinence de l'événement**

au public cible. Les 12 événements pour lesquels les répondantes ont indiqué qu'elles étaient peu satisfaites ou insatisfaites sont en fait les mêmes 3 personnes citées plus haut.

Pour les personnes qui avaient ciblé un public, 74 % des événements ont en effet **touché le public souhaité**, ce qui est très positif.



En 2022, la répartition du nombre de personnes présentes aux actions SISM était pour la moitié

des actions (43 %) comptabilisant entre 20 et 50 personnes, et un tiers (28 %) entre 0 et 20.

En 2024, les tendances sont différentes de celles de 2022 et de 2023 :

- **moins d'actions touchant de 0-20 personnes** (35 % en 2023 et 25 % en 2024) ;
- **plus d'actions touchant de plus en plus de personnes, plus de 100 personnes** : 76 événements, donc plus de 50 % des actions évaluées contre 16 % en 2023.

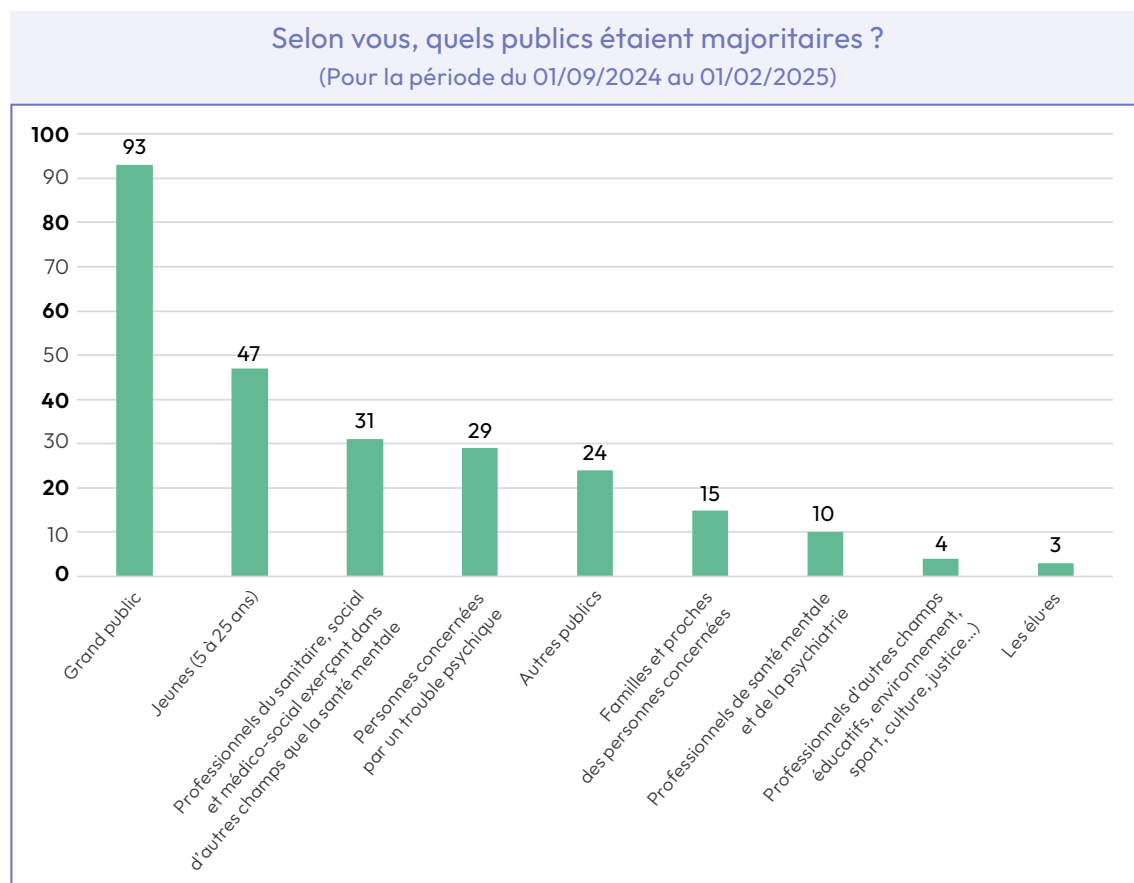
Globalement, sur les 140 événements, 80 événements ont eu un nombre de participants de plus de 50 personnes.

Effectivement, nous avons pu observer une augmentation du nombre de festivals, de forums centrés sur la santé mentale pendant les SISM, d'action en pleine nature (sportive, randonnée, collecte de déchets, etc.) et ces événements attirent beaucoup de personnes.

Globalement les groupes organisateurs sont satisfaites ou très satisfaits du nombre de participants pour plus de 76 % des événements. Par rapport à 2023, les tendances sont similaires.

Neuf répondantes disent être peu ou insatisfaites. Une s'étant trompée, seules 8 personnes sont mécontentes. Parmi celles-ci nous retrouvons les mêmes 3 personnes citées plus haut (problème lié à une préparation trop tardive, et problème de météo). Pour les 5 autres, les difficultés mentionnées sont liées à une mauvaise communication avec un faible niveau de diffusion. Pour ces 5 personnes, c'est vraiment la mobilisation du public et celle du grand public qui est justement le point à améliorer pour les prochaines éditions SISM : « Mobilisation de participants », « Difficultés de mobiliser le grand public ».

Pour les autres évaluatrices, **la participation élevée du public est une source de fierté.**

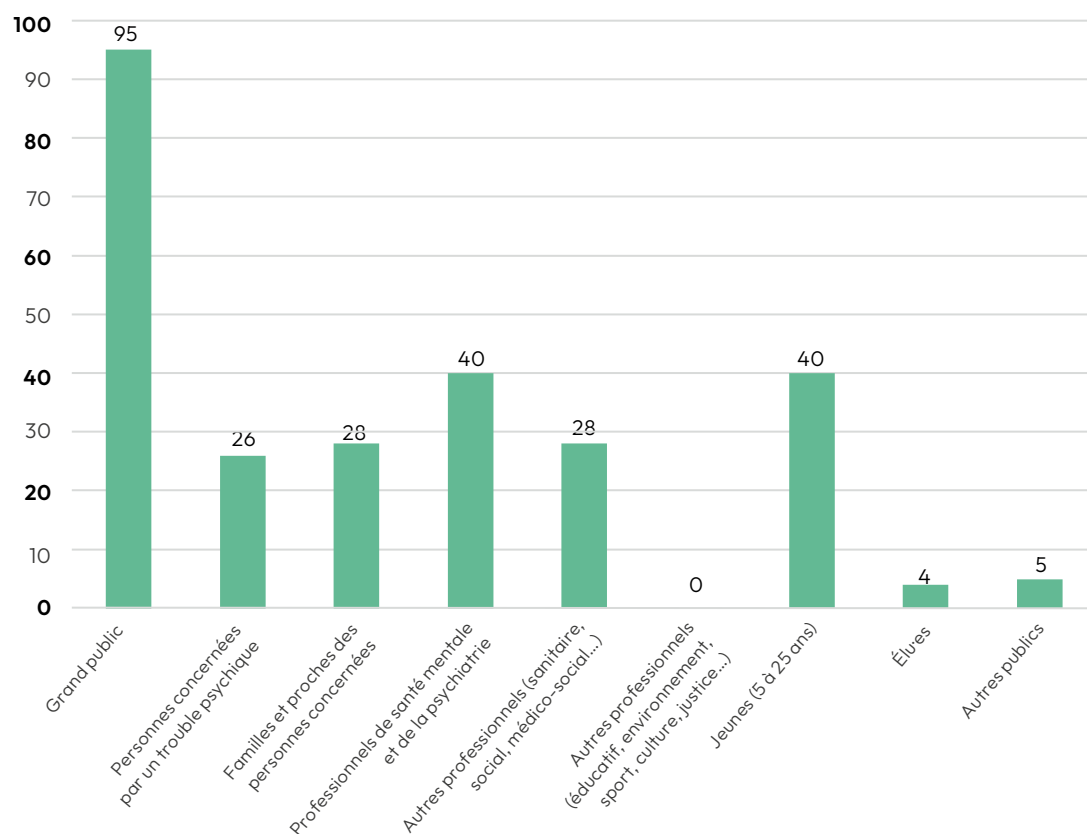


Pour 93 événements (67 %) évalués, le **public majoritaire était le grand public**. C'est la première fois, que le grand public est majoritaire dans une édition SISM, dans les actions évaluées. En 2023, le grand public était majoritaire dans 23 % des actions.

Par ailleurs, la part des jeunes en tant que public majoritaire a explosé passant de 6 % à 34 %

(47 événements évalués). Ce point confirme ce qui a été observé au secrétariat général lors de la validation des événements SISM : plus d'une trentaine de villes ont organisé des événements spécialement pour eux.

Selon vous, quels publics étaient présents ?



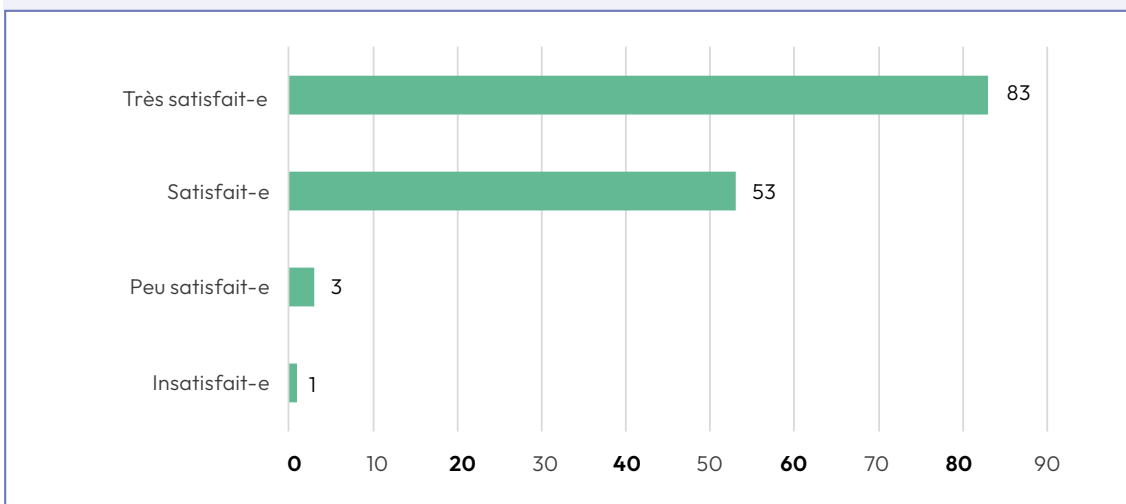
On remarque une diversité des publics présents :

- le grand public ;
- les jeunes (29 %) et les professionnels de santé (29 %) ;
- les personnes concernées (20 %) et les proches aidants (environ 20 %).

Le public des élèves – dont la présence lors des SISM est importante et traduit un engagement politique fort – semble de moins en moins participer aux actions : 17 % en 2022 versus 7 % pour l'édition 2023 et seulement 3 % en 2024.

Les personnes évaluatrices sont **satisfaites de la diversité des participants** voire très satisfaites pour 90 événements évalués sur 140, c'est-à-dire 65 % des événements. La part des personnes très satisfaites a augmenté, quant à elle de 4 % passant à 35 % (contre 31 % en 2023). La part des personnes peu satisfaites a augmenté en passant de 16 % à 30 %. Pour 10 événements, cette différence est expliquée par l'organisation, qui n'a pas été assez anticipée.

Selon vous, les participants étaient :



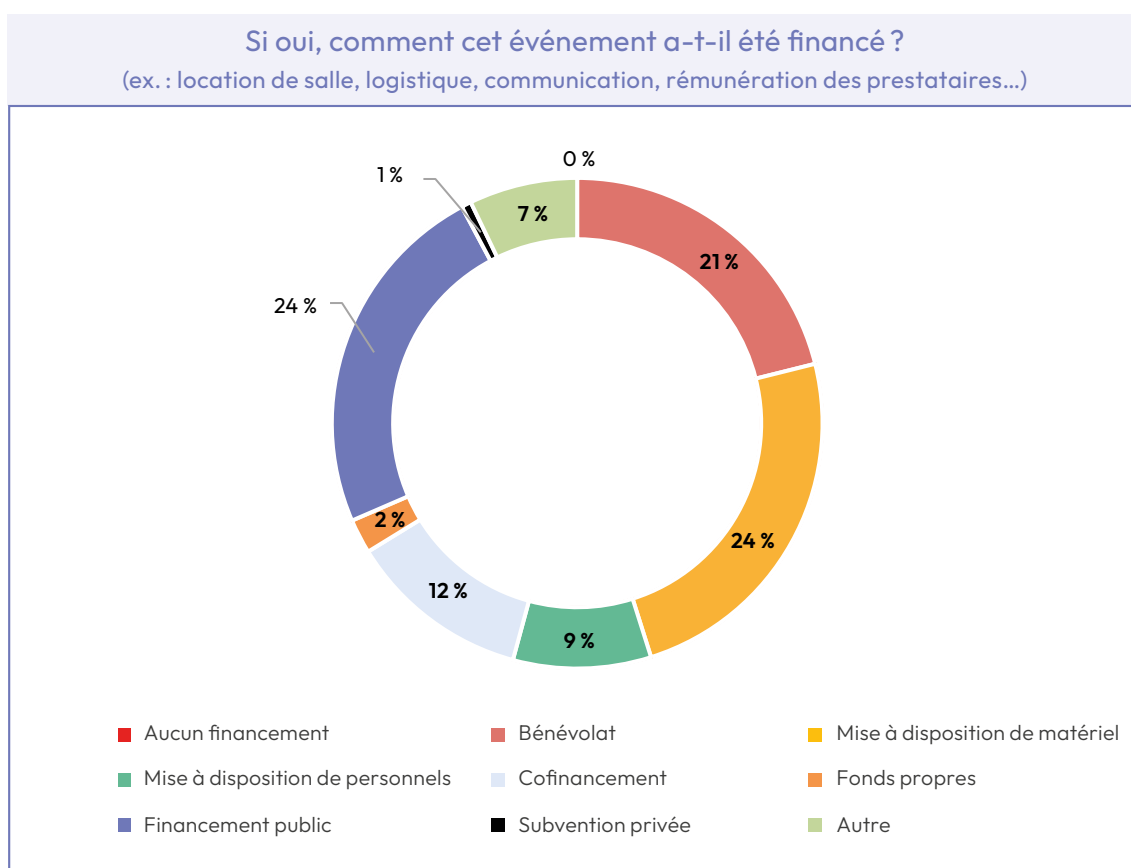
On note que pour 136 événements, soit près de 97 % des événements, les **participants seraient satisfaits ou très satisfaits selon les groupes organisateurs**. Il s'agit des mêmes tendances qu'en 2022 et 2023 avec un taux très élevé de satisfaction (+ 90 %).

La part des événements pour lesquels les participants-es seraient insatisfait-es ou peu satisfait-es (4 événements, soit un peu plus de 2 %), correspondants à deux des 3 mêmes personnes globalement mécontentes de leurs actions citées plus haut.

Financements

Dans 24 % des actions, les événements sont organisés grâce à la **mise à disposition de matériel** (locaux, matériel, personnels) et 21 % des événements reposent sur **du bénévolat**. Seulement

24 % des événements ont été couverts par des financements publics et les cofinancements (sans précision) 12 %.



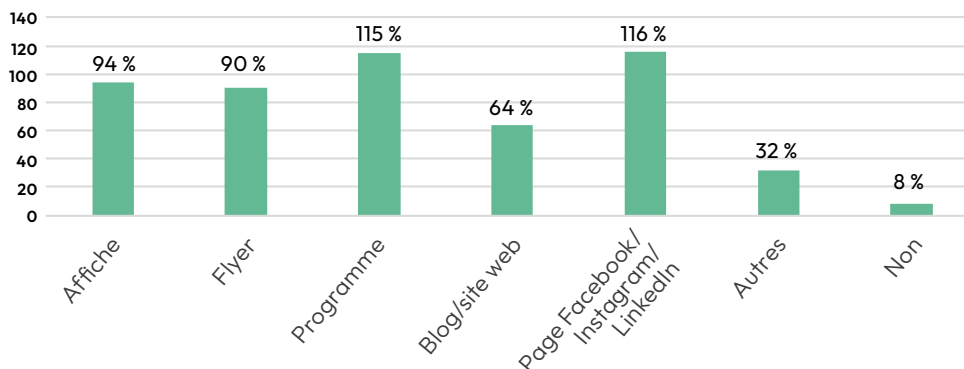
100 % des organisatrices et organisateurs attestent que les ressources (humaines, financières et

matérielles) ont été utilisées à bon escient.



Communication

Avez-vous réalisé des supports de communication pour cet événement ?



À propos des supports de communication ayant pour objectif de rendre visibles les actions, la grande majorité des organisateurs et organisatrices a produit **un programme (82 %)**, **des affiches (67 %)**, **des flyers (64 %)**. Les **réseaux sociaux** ont été fortement utilisés (**83 %**). Pour un même événement, les personnes organisant les SISM utilisent simultanément, plusieurs moyens et

modes de communication : affiche, programme, flyer, réseaux sociaux, etc. Le flyer est d'ailleurs un nouvel outil que le secrétariat général a créé.

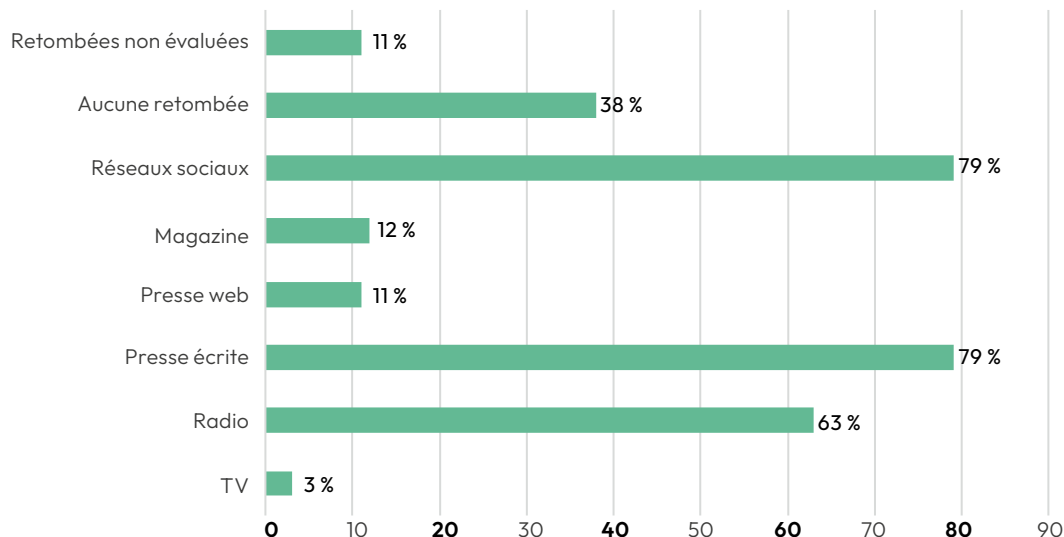
Cette année, le secrétariat du Collectif national a pu observer que **l'affiche nationale a été reprise dans de nombreux programmes**. Ces différentes données montrent la pertinence et l'importance de ces outils de communication.

Relations presse

Les organisateurs et organisatrices contactent la presse pour augmenter la visibilité de leurs actions et le nombre de personnes sensibilisées.

Pour 81 événements sur 140 évalués, la presse était présente pour 58 %. Ce chiffre est dans la même tendance que celle de 2023 (environ 60 %)

Avez-vous eu des retombées dans les médias ?



Pour l'édition des SISM de 2024, tout comme l'édition 2023, **la presse s'est davantage emparée du sujet** puisque seulement 27 % des événements

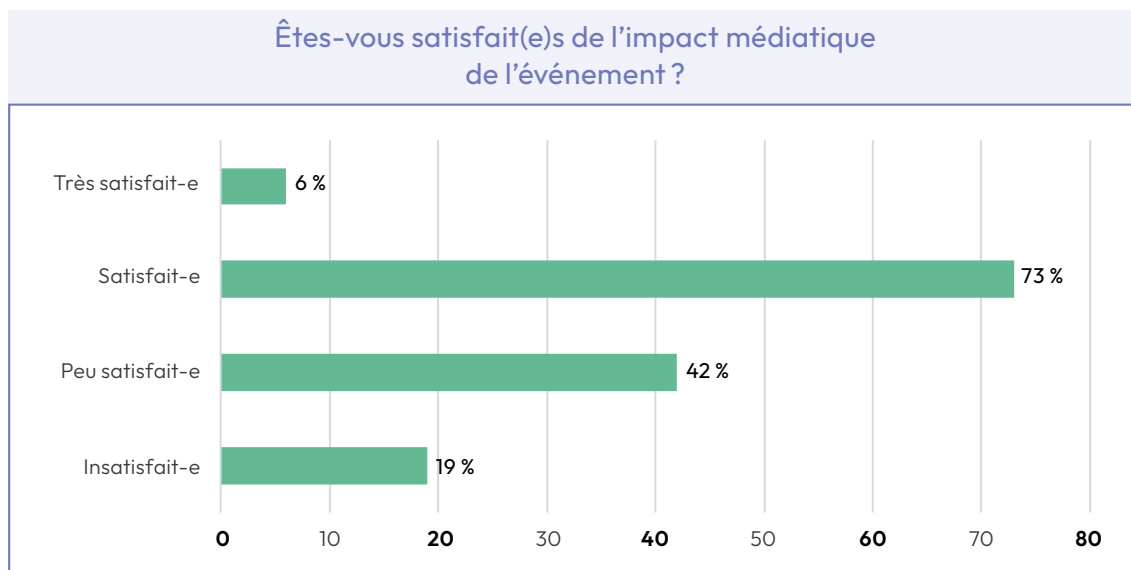
(38 sur 140) n'ont eu aucune retombée dans les médias, contre 33 % en 2023 et 58 % en 2022.

Globalement, on voit que la couverture médiatique a largement augmenté en comparaison à 2023 :

- **Presse écrite** passant de **16 % en 2023 à 56 % en 2024** (contre 4 % en 2022)

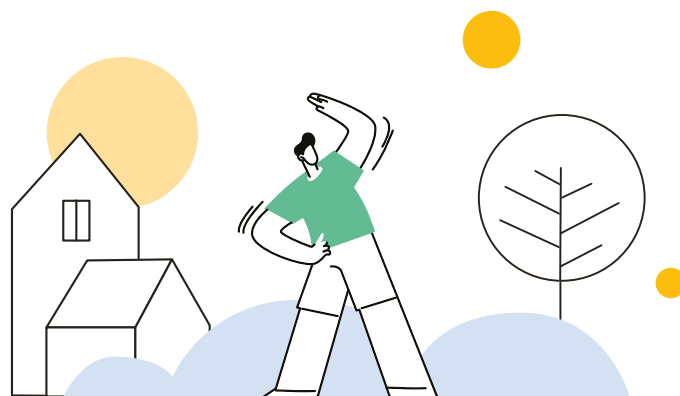
- **Réseaux sociaux 56 % en 2024** (nouvelle catégorie, pas de comparaison avec 2023)

- **Radio 45 % en 2024** (nouvelle catégorie, pas de comparaison avec 2023)



En comparaison avec 2023, les tendances sont les mêmes : une majorité (56 %) de personnes évaluatrices satisfaites et très satisfaites (79

événements sur 140). On peut noter toutefois, la baisse des personnes « peu satisfaites » : 30 % en 2024 (42 événements) contre 38 % en 2023.



SYNTHÈSE DES DONNÉES D'ÉVALUATION

Les résultats obtenus mettent en lumière plusieurs points.

• Sur les publics

- Le **grand public était majoritaire** (67 % des événements contre un tiers en 2023 et 2022).
- La **part des jeunes en tant que public majoritaire** est passée de 6 % à **34 %**.
- Le secrétariat général lors de la validation des événements SISM confirme l'élargissement du public bénéficiaire : plus d'une trentaine de villes ont organisé des événements spécialement pour ce public. Cela illustre les capacités des organisateurs et organisatrices à attirer ce type de public.
- Le public était principalement composé du **grand public**, des **jeunes** (29 %) et les **professionnels de santé** (29 %), des **personnes concernées** (20 %) et des proches aidants (environ 20 %)
- **57 % des événements** ont eu un nombre de participants de **plus de 50 personnes**.
- **50 % des événements** ont eu un nombre de participants de **plus de 100 personnes** contre 16 % en 2023. La part des événements touchant entre **0-20 personnes a baissé de 10 %** passant à 25 % en 2024.
- Les groupes organisateurs sont satisfaites ou très satisfaites du **nombre de participants** pour plus de **76 % des événements**.
- Pour 65 % des événements, les personnes évaluatrices sont satisfaites/très satisfaites de la **diversité des publics**.
- Pour **97 % des événements**, les **participants-es seraient satisfait-es/très satisfait-es** passant à 35 % (contre 31 % en 2023). La part des personnes très satisfaites a augmenté de 4 %.

• Sur la satisfaction des organisateurs et organisatrices

- Près de **98 %** des répondant·es, se disent **très satisfait·es/satisfait·es** de **l'organisation** de leur événement (94 % en 2023).
- **100 % des organisateurs-es sont satisfait·es ou très satisfait·es de la qualité partenariale** au sein de leurs événements SISM. Les commentaires dans les évaluations témoignent de cette richesse partenariale. Les SISM participent pleinement et sont **des catalyseurs du travail en réseau et d'interconnaissance sur le territoire**.
- 86 % des répondants·es, se disent satisfait·es ou très satisfait·es de l'adéquation entre ce qui était attendu et ce qui a été réalisé.
- **86 %** des événements évalués s'adossaient, même partiellement, à **une méthodologie de projet** et 68 % des événements évalués, avaient des objectifs. 80 % des événements ciblaient un public avec des besoins spécifiques (jeunes, femmes enceintes, etc.).
- 81 % des répondants·es, sont satisfait·es ou très satisfait·es de la **pertinence de l'événement au public cible**.
- 92 % se disent satisfait·es de la **richesse des débats**.

• À propos du site internet des SISM

- La refonte du site internet des SISM est une réussite puisqu'aucune personne n'est pas satisfaite : la très grande majorité est satisfaite ou très satisfaite.
- **L'espace organisateur** est adapté aux besoins des personnes organisant les SISM : 96 % des organisateurs·rices sont satisfait·es ou très satisfait·es.
- Qu'il s'agisse de la **carte des événements (87 %)** ou de la **possibilité d'en rechercher (99 %)**, les répondant·es sont satisfaits·es ou très satisfaits·es.
- L'outil de **recherche d'actions** est utilisé par 70 % des personnes ayant répondu, ainsi que la **carte des événements (54 %)**. Cela semble indiquer que ces personnes recherchent les actions ayant lieu sur leur territoire, afin d'identifier les organisateurs et mieux se rendre compte des initiatives locales.

• Sur la communication

- Cette année, tous comme les autres années, le secrétariat du Collectif national a pu observer que **l'affiche nationale a été reprise dans de très nombreux programmes**.
- 82 % des événements étaient notifiés dans un **programme** qui a été créé, 67 % sur des affiches, 64 % sur des **flyers**, et **réseaux sociaux** 83 %.
- Le nouveau logo des SISM a bien été intégré.

• Concernant les relations presse

- Cette année, **la presse a été sollicitée par les organisateurs·es**, pour augmenter la visibilité des événements, dans les mêmes proportions que 2023.
- Toutefois, pour l'édition des SISM de 2024, tout comme l'édition 2023, **la presse s'est davantage emparée du sujet** puisque seulement 27 % des événements n'ont eu aucune retombée dans les médias, contre 33 % en 2023 et 58 % en 2022.
- La **presse écrite** a été mobilisée dans 56 % en 2024 des événements. Elle ne cesse d'augmenter passant de 16 % en 2023 et 4 % en 2022.
- En comparaison avec 2023, les tendances sont les mêmes : une **majorité de personnes évaluatrices sont satisfaites** et très satisfaites du relais presse. D'ailleurs, on peut noter la baisse des personnes « peu satisfaites » : 30 % en 2024 (42 événements) contre 38 % en 2023.

• À propos des sources de financements

- Le fonctionnement des actions repose principalement (24 %) sur **la mise à disposition de ressources (locaux, matériel, personnels)** et sur 21 % des événements, celui-ci repose sur du bénévolat.
- Seulement 24 % des événements ont été couverts par des financements publics et les cofinancements (sans précision) 12 %.

POINTS DE MÉTHODOLOGIE DE PROJET À AMÉLIORER

Anticiper l'organisation

12 personnes, sur les 27 personnes ayant répondu au formulaire d'évaluation, considèrent n'avoir pas assez anticipé : « *anticipation, valider les modalités plus tôt* », « *anticiper au maximum* ». En effet, ce point est central pour mobiliser à temps les partenaires, prévoir les besoins logistiques, mobiliser le public souhaité, etc.

1 répondante rappelle l'importance de faire un rétroplanning.

- À ce titre, on retrouve une estimation des **étapes clés sur le site internet des SISM** dans l'onglet « Devenir organisateur ».

Améliorer le cadrage et l'organisation des actions

Quelques répondantes ont identifié des pistes pour améliorer le cadrage de leurs projets. En effet, trois répondantes n'avaient pas anticipé les éventuels problèmes météorologiques contraignant les organisatrices à annuler l'événement. Une autre a

mentionné les difficultés logistiques : « *la transition entre les deux lieux dans la journée n'a pas été évidente* » ou encore les difficultés liées à la jauge de la salle réservée.

Ainsi voici les diverses recommandations :

- « *Prévoir un lieu couvert* »
- « *Mettre en place une signalétique sur les lieux spacieux* »
- « *Organiser plutôt sur un week-end pour toucher plus de monde et veiller à l'horaire* »
- « *Utiliser le levier de la musique pour attirer le regard* »
- « *Prévoir des inscriptions du public auprès des partenaires de la ville* »

Investir et anticiper la communication

Pour 8 répondantes, elles ont reconnu que **la communication n'avait pas été suffisamment investie ou anticipée**. Toutes ces personnes souhaitent anticiper davantage la communication « *Communiquer bien avant les événements* » et à l'améliorer : « *continuer à améliorer la communication* ». Les objectifs sont de « *gagner en visibilité* » et « *d'améliorer la mobilisation des publics* ». 1 autre personne souhaiterait créer des « *outils pour atteindre le tout public notamment en les rendant plus accessibles et attractives* ».

relayée par ceux-ci (dont la ville), **l'anticipation de cette communication**.

- Le secrétariat général rappelle, en effet, que **s'associer avec les mairies et faire porter la communication par tous les partenaires impliqués et issus de champs diversifiés** (social, éducation nationale, sport, santé, etc.) augmente les chances.
- On peut également commencer à diffuser ses informations aux réseaux de presse locaux dès les mois de mai juin, afin d'anticiper le plus possible les publications qui seront faites.
- Enfin, pour garantir un nombre de participant·es satisfaisant, différents paramètres entrent en jeu. Il y a des aspects de **communication** (qui a été prévenue ? comment ? quand ?), mais aussi **d'accessibilité** (où se trouve le lieu ? est-il accessible en transports ?) et **d'attractivité** (de quoi est faite mon action ? donne-t-elle envie ? peut-elle parler à tout le monde ?).

Développer des partenariats

La **création et le maintien de partenariats** sont perçus comme une ressource pour de nombreuses personnes. Parmi les répondant·es, 5 se sont données comme objectif d'en développer de nouveaux afin d'alimenter leur programmation des SISM, et parmi elles, 1 a pour projet de **créer un collectif SISM** local afin de fédérer davantage sur leur territoire. 1 personne rappelle qu'il faut « mobiliser le plus en amont possible pour répartir le travail plus équitablement ».

- > Le secrétariat rappelle l'importance de **l'implication des élus dans l'organisation des SISM** que ce soit par **son appui politique ou par l'aide support** des différents services techniques de la ville.
- > Avoir une diversité d'acteurs et d'actrices investies pendant les SISM permet de proposer une **programmation riche**. Cela la rend

attrayante pour des publics plus variés. En fonction des thématiques des SISM, d'autres partenaires peuvent être sollicités (sport, Éducation nationale, justice, etc.), et cela favorise la créativité et l'innovation en termes d'événements SISM.

Le secrétariat souhaite rappeler un point apportant : la diversité des partenariats et la typologie d'action originale (festival de musique, événement sportif, collecte de déchets dans un lieu naturel, etc.) sont essentielles pour toucher largement les publics mais il ne faut pas perdre de vue l'objectif initial : parler de santé mentale dans les événements.



PAROLES D'ORGANISATRICES ET D'ORGANISATEURS

« Mixité des animations, mixité du public
qui ont permis de nombreux échanges,
interactions.
Un beau moment d'échanges
à la fin avec le public. »

« Parce que c'était
une première édition,
un événement de grande ampleur
qui a vraiment touché
le grand public. »

« Une première à La Réunion, nous
avons touché tous types de publics, pas
de tabous, plein de bonne énergie, très
festif, beaucoup de retombées presse, les
personnes concerné·e·s se sont amusé·e·s
et se sont senti·e·s valorisés. »

« Une forte participation
avec une diversité de publics
et de magnifiques
exploits sportifs. »

« Une belle dynamique et une ambiance conviviale.
Retours positifs des participants qui ont livré leurs
impressions à chaud pendant le goûter.
Ils ont éprouvé une fierté d'avoir osé participer
à des activités sportives nouvelles pour la plupart :
escalade, tennis de table et rugby touché.
Le bien-vivre ensemble au-delà des différences
(quelles qu'elles soient) ne s'est pas exprimé
mais s'est vécu naturellement. »

« Pour une première action
dans la cadre de la santé mentale
ce fut une belle réussite : atteinte
des objectifs, satisfaction du public. »

« Satisfaction
des intervenants
et usagers »

« Ma source de fierté :
des mois de préparation,
de travail en collaboration
et de nouvelle connaissance
sur le territoire »

« Très bonne communication
au sein du collectif,
permettant une cohésion
et une fluidité
dans la gestion et la mise
en œuvre de nos projets. »

« Nouveauté de l'action,
succès auprès du public
et la valorisation
des patients
en psychiatrie. »

« Course-Forum :
une belle réussite pour une première.
Conférence sport-santé :
intervenants au top.
Groupe de travail : belle participation
et nombreux partenaires. »

« Activité fédératrice »,
« participation active
des personnes concernées. »

« Actions
d'aller-vers et
multipartenariales. »

RETOUR SUR UNE ACTION INSPIRANTE CONSTRUITE AVEC LE GPS ANTI-STIGMA

« Les foulées douces, courir pour la santé mentale », Collectif SISM de Vaucluse

En Vaucluse, les Semaines d'information sur la santé mentale sont coorganisées par de nombreux acteurs, professionnels, représentants d'usagers, familles et citoyens du territoire. Des événements

sont proposés partout dans le département, et depuis 2019, le collectif est animé par le conseil local de santé mentale (CLSM) d'Avignon et la MDPH de Vaucluse.

**Pour la construction de chaque action SISM, la coordinatrice du CLSM,
Emmanuelle Faure, utilise le GPS Anti-Stigma**

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« Le **GPS Anti-Stigma de PSYCOM**[®] est connu des organisateurs. Depuis plusieurs années, il sert de référence au moment de la construction des actions. Les 6 critères sont faciles à identifier et à suivre tout au long de l'organisation. Ils peuvent être repris au moment de l'évaluation. Le collectif est particulièrement vigilant à l'identification du public cible et à la participation de personnes directement concernées aux actions, le plus tôt possible dans le processus. La médiatisation des actions constitue quant à elle chaque année le point le plus critique. Les foulées douces ont bénéficié de la visibilité du centre hospitalier de Montfavet ce qui a permis la parution d'un article dans un journal local et une interview en direct le jour de la course sur la radio locale. »

L'outil GPS Anti-Stigma, développé par PSYCOM, est à retrouver sur :
www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/



Cet outil pédagogique permet de :

- > Consulter une typologie d'actions anti-stigmatisation.
- > Auto-évaluer une action anti-stigmatisation au regard de 6 critères validés.
- > S'approprier les recommandations de bonnes pratiques pour agir contre la stigmatisation.
- > Trouver des ressources pour améliorer son action.

Le **GPS Anti-Stigma**¹³ est un outil qui répond **pleinement aux trois principes fondamentaux sur lesquels est fondée la boîte à outils « MOSAIC de l'OMS pour mettre fin à la stigmatisation et à la discrimination dans le domaine de la santé mentale »**¹⁴⁻¹⁵ :

- > le coleadership par des personnes ayant une expérience vécue ;
- > le contact social ;
- > les partenariats inclusifs/collaboration significative.

13. www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/

14. www.who.int/europe/publications/i/item/9789289061384

15. www.who.int/europe/fr/news/item/26-06-2024-the-overwhelming-case-for-ending-stigma-and-discrimination-in-mental-health

Historique du collectif SISM et fonctionnement

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« En 2024, le groupe de travail a souhaité se structurer, dans l'intention de demander à figurer comme **collectif SISM** local sur le site national (www.semaines-sante-mentale.fr/les-sism/les-collectifs-sism-locaux/) et gagner ainsi en visibilité. Il s'est doté d'une charte, largement inspiré de celle du collectif national.

Chaque année, la thématique des SISM amène de nouveaux partenaires à s'engager dans les projets d'événements et/ou renforce des partenariats existants. En 2024, le thème était : « En mouvement pour notre santé mentale ».

C'est pourquoi, le collectif SISM du Vaucluse, dans le cadre du programme SISM local, a proposé l'action « **Les foulées douces, courir pour la santé mentale** » portée par de nombreux partenaires, certains sollicités spécialement pour les SISM 2025 ».



Construction de l'action et contribution de chaque partenaire

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« La course "Les foulées douces" a été organisée pour la première fois en 2022 par le Centre hospitalier de la Chartreuse à Dijon, dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale et en lien avec le Projet territorial de santé mentale de Côte d'Or. En 2024, à l'occasion de la troisième édition de l'événement, le CH de la Chartreuse a proposé à d'autres établissements spécialisés de rejoindre le projet au vu de la thématique des SISM de l'année, "En mouvement pour ma santé Mentale".

C'est dans ce cadre que le **collectif vauclusien** s'en est saisi car le CLSM d'Avignon bénéficie d'un portage du centre hospitalier de Montfavet. L'équipe dijonnaise a été sollicitée en amont de l'organisation des Foulées douces en Vaucluse et a donné son accord pour l'utilisation du nom et du logo ».

Le rôle de chaque partenaire

- **La coordinatrice du CLSM** a assuré le lien entre les partenaires. La position du CLSM offre une vision d'ensemble du territoire et permet d'identifier des liens à faire et des ponts à construire. Pour la coordinatrice, cela se traduit par de nombreux rendez-vous, échanges formels ou informels, l'organisation de réunions, du travail de communication. Il peut aussi être nécessaire de faire « la petite main » en particulier quand le jour J approche. De plus, comme la plupart des courses amateur et dans le but d'être accessible au grand public, les foulées douces ont été programmées un dimanche. La participation des professionnels s'en est donc trouvée compliquée par des contraintes liées à l'organisation du travail. C'est également la coordinatrice qui s'est chargée de l'inscription de l'événement sur le site national des SISM et du report de son évaluation après les réunions de bilan.
- **Le Club sportif Avignon Montfavet athlétisme** a porté toute l'organisation logistique de la course en partageant son expertise par rapport au parcours et ses contacts pour faire intervenir un chronométreur.
- **L'association Hey ! Agroparc** a permis de faire le lien avec les entreprises privées implantées sur le territoire. C'est grâce à cette jeune association que le lien a pu être fait et que des équipes représentant les entreprises ont participé à la course. Jusqu'ici, le secteur privé restait peu accessible, même si les questions de santé mentale y sont de plus en plus abordées.
- **L'association Vivre Doul'heureux** au quotidien a composé une équipe de personnes atteintes de douleurs chroniques, les Licornes, qui se sont données pour défi de participer à la marche. Ils et elles ont marché en arborant un serre-tête cornes de licorne pour les dames ou bois de cerf pour les messieurs ce qui a aussi facilité les échanges.
- **Le Comité départemental des sports adaptés de Vaucluse (CDSA84)** a assuré le lien avec les associations locales sensibilisées à la question du handicap en lien avec le sport.
- **Le Club de triathlon du Pontet** a participé en accompagnant des athlètes en situation de handicap ou en soin, en binôme avec la personne de leur choix.
- **Le centre hospitalier psychiatrique de Montfavet** a accueilli le départ et l'arrivée de la course, ce qui s'est traduit par la mobilisation de ses services.

> **Services techniques** : branchements électriques, sécurité, service cuisine pour l'accueil café et le ravitaillement des coureurs, transformation des espaces (ouverture des grilles, installation des barrières, etc.)

> **Pôles handicap adulte** : participation des personnes en situation de handicap et des professionnels qui les accompagnent.

> **Pôle sanitaire** : présence de binômes soignant-soigné et mobilisation des personnels soignants au sens large pour qu'un maximum de patients puissent participer.

> **Pôle précarité** : les personnes accueillies ont aidé à l'installation des barnums et différentes installations. L'équipe et les résidents du Centre d'hébergement et de réinsertion sociale ont mis à disposition des participants et spectateurs un buffet composé de plats réalisés par leurs soins qui a apporté beaucoup de convivialité à l'événement.

- La Ville d'Avignon

> **L'élue, conseillère municipale d'Avignon**, présidente du CLSM et vice-présidente du CCA a facilité les contacts avec les services de la ville, négocié la participation du Crédit municipal par la fourniture des goodies, contribué au partage des messages de sensibilisation avec les autres élus de la collectivité. En d'autres circonstances, elle a aussi facilité le contact avec la presse, mais à l'occasion des foulées douces, ça n'a pas été nécessaire.

> **Le service des sports** est celui auprès de qui nous avons centralisé toutes les demandes et qui les a transmis aux autres services : réservation du matériel comme l'estrade ou les barrières, faire valider le parcours par la police municipale, effectuer le marquage au sol pour les coureurs avant la course.

> **Le service technique de la ville** s'est chargé de la livraison et de l'installation de l'estrade et des barrières avec l'appui du service compétent de l'hôpital.

> **Le service de la vie participative** a mobilisé sa réserve citoyenne. Il s'agit d'un dispositif qui facilite la mise en relation des organisations et des bénévoles. La plateforme a permis de mobiliser des citoyens pour des tâches support indispensables comme les signaleurs sur la course.

La communication

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« La communication a utilisé le canal habituel des SISM en Vaucluse, c'est-à-dire que l'information a circulé par l'intermédiaire des adresses mails des membres du réseau. En complément, une communication sur les réseaux sociaux a été réalisée avec notamment des portraits des partenaires sur Facebook et LinkedIn. Les partenaires engagés ont mis à disposition leur propre réseau. **L'appui de l'association Hey ! Agroparc a permis une diffusion en dehors des réseaux habituels, notamment le gestionnaire d'un important centre commercial local.** La charte graphique conçue par le centre hospitalier de la Chartreuse de Dijon a été utilisée. »



Objectifs de l'action SISM « les foulées douces »

- Faire découvrir l'environnement du centre hospitalier de Montfavet
- Désstigmatiser le lieu, les personnes qui y travaillent et celles qui s'y soignent
- Sensibiliser aux liens entre l'effort physique et la santé mentale.

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« La stigmatisation en santé mentale ne se limite pas aux personnes étiquetées comme malades, mais touche également les proches et les soignants. Malgré l'évolution des représentations, les lieux de soin comme le centre hospitalier de Montfavet restent la projection d'idées reçues.

Y organiser un événement sportif et convivial avait pour but de l'associer à une expérience différente pour tous les participants et de véhiculer une image inédite, loin des clichés et des faits divers trop souvent mis sur le devant de la scène.

Rassembler autour d'un événement sportif et convivial, partager, discuter, se décaler de ses représentations, telles sont les finalités des foulées douces. La course s'adresse à tous les publics (personnes concernées, usagers, familles, professionnels, sportifs et citoyens...), des plus novices aux plus aguerris, et propose à chacun de s'informer et de s'engager en faveur de la santé mentale. »

Déroulement de l'action

Les foulées douces se sont tenues le dimanche 13 octobre 2024. Les participants ont été accueillis dès 7h30 pour la remise des dossards. Puis les départs ont été donnés à 9h00 pour la course de 11 km.

À 10h00 pour la course de 5,5 km et à 10h10 pour la marche toutes distances (non chronométré).

Les droits d'inscription étaient de 6 € pour la

marche, 8 € pour la course 5,5 km et 10 € pour la course 11 km. Le prix des dossards visait uniquement l'équilibre budgétaire de l'événement sportif.

Les inscriptions étaient possibles individuellement ou en équipe (entendue comme un groupe de 3 à 5 personnes). Les équipes étaient invitées à s'identifier par un nom visant la lutte contre la

stigmatisation. Enfin, des binômes pouvaient s'inscrire selon une formule « un dossard pour deux » et acquitter le paiement d'une seule inscription pour deux participants sous réserve que le binôme soit constitué dans le respect des valeurs du sport adapté. C'est cette formule qui a donné lieu à la présence d'athlètes en situation

de handicap ou en démarche de soin.

Au moment de la remise des dossards, chaque coureur a reçu un tote bag contenant des goodies et un visuel d'un des **Mythes et réalités de PSYCOM**¹⁶

16. www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/



Ravitaillement et petite restauration

L'hôpital a mis à disposition du ravitaillement (bananes, chocolat et fruits secs pour les coureurs). Après la course et pour les personnes accompagnant des athlètes, les résidents et professionnels du pôle précarité ont mis à disposition des plats sucrés et salés avec la possibilité pour ceux qui le souhaitent de contribuer à une cagnotte à prix libre.

Les coureurs et marcheurs ont été récompensés par rapport aux performances réalisées mais

aussi en fonction de la composition d'équipe, du nom choisi pour cette dernière et également sur la base d'un tirage au sort. Les lots ont été offerts par des partenaires locaux : une salle de sport, un spa, l'orchestre national d'Avignon, un ESAT. Le crédit municipal a fourni des goodies, distribués aux participants.

Une interview en direct, le jour de la course, a eu lieu sur la radio locale.

Animation et sensibilisation à la santé mentale

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« Afin que l'événement laisse une trace chaleureuse dans la mémoire des participants, nous avons cherché à mettre l'accent sur la convivialité. C'était aussi une manière d'accompagner les messages de sensibilisation qui représentaient la finalité de cette action.

Nous avons fait appel à un speaker qui a animé le temps de la course en indiquant au micro quels partenaires étaient présents et pourquoi (présence d'un ostéopathe, proposition d'une séance de relaxation par la respiration, possibilité de se restaurer au buffet proposé par le CHRS, etc.). C'est également lui qui a annoncé les résultats des épreuves **en présence de l'élue** et d'une représentante de la MDPH.

Nous avons par ailleurs fait appel à une Peña (fanfare de rue), présente sur le parcours et au moment de la remise des récompenses. La diversité des athlètes, la présence des familles a contribué à rendre l'ambiance festive et chaleureuse. »

Résultat et co-bénéfices



Pour cette première édition en Vaucluse, « les foulées douces » du 13 octobre 2024 ont été un succès.

Le nombre de participants est très satisfaisant : 156 coureurs et environ 80 marcheurs.

La diversité du public participant à l'événement est un indicateur de réussite :

- Participation du grand public sportif ou amateur.
- Bonne représentation des associations sportives proposant des activités inclusives et donc des athlètes en situation de handicap.

- Mobilisation des professionnels du centre hospitalier de Montfavet, présence des soignants et des patients. La participation des patients, soignants et résidents du centre hospitalier de Montfavet a permis à toutes les personnes présentes de faire l'expérience d'une rencontre déstigmatisante : valorisation des compétences, plaisir partagé. Les participations multiformes ont fait vivre à l'établissement un temps communautaire constructif et fédéré les acteurs sans distinction de rôle ou de place.
- Bonne représentation des acteurs du territoire : entreprises de la zone d'Agroparc, personnes accompagnées par le pôle senior du CCAS d'Avignon.

Sur le plan de la couverture médiatique : parution d'un article dans un journal local et une interview en direct le jour de la course sur la radio locale.

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

« Sur le plan des partenariats, le fait que ce soit une première nous a obligés à tâtonner. Un premier partenaire de premier cercle a fait faux bond après quelques semaines. Au départ, nous n'avions aucun financement et aucun moyen humain dédié. Toutefois, les autres partenaires ont été formidables. Ils ont apporté leur savoir-faire et leur énergie dans un très bon état d'esprit. Il n'y a eu aucune tension dans le groupe d'organiseurs malgré la charge de travail et les incertitudes. »

Axe à améliorer pour les années suivantes

Parole de la coordinatrice CLSM, Emmanuelle Faure

- « Anticiper et mobiliser le plus en amont possible pour répartir le travail plus équitablement.
- Solliciter les partenaires financiers, notamment sponsors de manière à obtenir un soutien et une dotation pour les participants. Nous avons eu beaucoup de chance de pouvoir nous appuyer sur un financement exceptionnel de l'ARS et sur des partenaires de proximité qui ont contribué généreusement aux dotations. Cependant, les participations ne permettaient pas de récompenser les marcheurs et nous aurions aimé pouvoir offrir plus de récompenses aux participants. Nous espérons au vu de la belle fréquentation de la première édition obtenir des soutiens de la part de partenaires commerciaux.
- Améliorer la sensibilisation à la santé mentale et la visibilité des liens entre le thème de l'année (à travers l'action choisie) et la santé mentale. Pour la prochaine édition, le souhait du collectif est de proposer plus de stands d'associations ou de professionnels ou toute présence permettant de valoriser le rétablissement et la promotion de la citoyenneté des personnes vivant avec des troubles psychiques. »

Cette organisatrice a évalué son action sur le site des SISM

AFFICHES ET OUTILS DE COMMUNICATION CRÉATIFS

Certains événements SISM bénéficient de supports de communication attrayants pour valoriser les actions :

Programme du SICOVAL (extraits)



DEUX SEMAINES EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM), organisées chaque année au mois d'octobre dans toute la France, visent à :

- **Sensibiliser et informer** un large public aux questions de santé mentale
- **Rassembler** les acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale
- **Aider** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin
- **Faire connaître** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Le thème de cette 35^e édition « **En mouvement pour notre santé mentale** » nous concerne tous.

Selon l'**Organisation Mondiale de la Santé**, « *l'activité physique est bonne pour le cœur, le corps et l'esprit (...). Elle peut améliorer la réflexion, l'apprentissage et le bien-être général.* ».

De plus si l'activité physique permet de maintenir ou d'améliorer la santé mentale, la mise en mouvement au quotidien participe également au parcours de rétablissement des personnes concernées par un trouble psychique. Tout le monde a donc un intérêt à être plus actif au quotidien !

Ce programme d'animations des SISM sur le territoire du Sicoval est proposé dans le cadre du **Contrat Local de Santé de la Communauté d'Agglomération** avec le soutien financier de l'**Agence Régionale de Santé Occitanie**.

MERCREDI 2 OCTOBRE

ESPANÈS - 14H À 17H

Atelier de médiation animale

Animé par Patoun'émol. À destination des usagers de la Halte-répit.

- > Entrer en contact avec l'animal pour stimuler les fonctions cognitives (attention, langage, psychomotricité...), prendre confiance en soi, diminuer l'anxiété et augmenter le bien-être

VENREDI 4 OCTOBRE

BAZIÈGE/LA COOPÉ - 9H30 À 16H30

« Seniors, et alors ! En Forme à tout âge »

Entrée libre. Contact : 05 61 81 89 85

- > Toute la journée, les seniors et leurs proches aidants pourront participer à différentes animations, ateliers et conférences axés sur le bien-vieillir autour des thèmes du maintien de l'autonomie, de la santé physique et mentale et du bien-être

LACROIX-FALGARDE - 18H30 À 20H30

Découverte sensorielle de la Réserve naturelle

Sur inscription. Plus d'infos : m.nicolas@naturea.org / 06 36 47 99 67

- > Balade nature guidée organisée par Nature Occitanie à l'occasion de la journée nationale des aveugles et des malvoyants

EN MOUVEMENT POUR OCTOBRE ROSE

Campagne destinée à sensibiliser les femmes au dépistage du cancer du sein

MERCREDI 2 OCTOBRE

RAMONVILLE SAINT-AGNE / À PARTIR DE 14H

> Marche à la ferme de 50

SAMEDI 5 OCTOBRE

RAMONVILLE SAINT-AGNE / PORT SUD

10H À 12H

> Démonstrations et initiations à la pratique du Dragon boat sur le Canal du Midi

Animé par les Dragon Ladies
Entrée libre et gratuite. Plus d'info : CCAS Ramonville au 05 61 75 21 28
Et dès 14h, retrouvez les partenaires santé à la Maison des Solidarités (place Marnac)

Retrouvez toutes les actions
Octobre Rose près de chez vous
sur les sites de vos communes

SAMEDI 5 ET DIMANCHE 6 OCTOBRE

AYGUESVIVES / L'ORANGERIE

> Conférence, marches, stands et animations, restauration
Au profit de l'Oncopôle

LE 6/10 : AUZIELLE/PIGEONNIER - DÉPART À 10H

> Les courbes du 31 : foulées et marche

DIMANCHE 13 OCTOBRE

BAZIÈGE/ALLÈES PAUL MARTY - DÉPART À 10H30
> Marche solidaire

VENREDI 18 OCTOBRE

CASTANET-TOLOSAN/SALLE JACQUES BREL
20H À 21H

> La Fashion boob par les Bonnets glivrés
Défilé burlesque de soutiens-gorges customisés, pour notre plus grand plaisir !

À LECTURE DE CE PROGRAMME, LES PICTOS SUIVANTS SONT À PUBLIC VISÉ POUR LES DIFFÉRENTES MANIFESTATIONS.

HANDICAP PROFESSIONNELS PARENTS TOUT PUBLIC

t ouverts au grand public et aux professionnels.
ins inscription dans la limite des places disponibles.

Programme Navarre-Côte Basque (extraits)

[illegible]

Programme de Montélimar (extraits)

Montélimar PROGRAMME

5 > 17 OCT.

Flash mob Animations sportives Scène ouverte

Mouv' en tête !

Edito

En mouvement pour notre santé mentale !

Nous avons toutes et tous une santé mentale, quel que soit notre âge, que l'on ait un trouble psychique ou pas. Toute activité qui nous met en mouvement compte : les déplacements à pied, à vélo, au travail, sous forme de sport ou de loisir, en faisant des tâches ménagères et quotidiennes. L'activité physique régulière, est bonne pour le cœur, le corps et l'esprit. Elle peut améliorer la réflexion, l'apprentissage, le bien-être général, maintenir ou améliorer la santé mentale, favoriser l'arrêt des pensées négatives associées au stress, à la dépression et à l'anxiété. L'activité physique motivée par l'intérêt et pour le plaisir que l'on y trouve (s'amuser, désir de relever un défi, se détendre) est associée à des indicateurs positifs de santé mentale. C'est le sens de ce programme.

S'il ne devrait plus être tabou de parler de notre santé mentale, de partager son expérience quand on est confronté, à du mal-être ou à des troubles, poursuivre le travail de désigmatisation, des troubles psychiques, des personnes concernées, et des ressources sanitaires, sociales et médico-sociales, restent essentielles.

Julien Cornillet
Maire de Montélimar
Président de Montélimar Agglomération

Pauline Cabano
Adjointe déléguée à l'éducation,
à la jeunesse et à la santé mentale

FESTIVAL
En mouvement pour notre Santé Mentale

MERCREDI 16 OCTOBRE

STANDS D'INFORMATION, D'ÉCHANGES ET ANIMATIONS
De 10h à 16h
KIOSQUE du Jardin Public

- Restauration sur place à midi avec foodtruck et buvette organisés par les jeunes avec la Sauvegarde 26
- Un porteur de parole, ira à votre rencontre durant toute la journée. Animé par Promotion Santé Avenir Rhône-Alpes.
- Des stands d'information, de découverte, et d'échange. Venez rencontrer sur un même lieu les acteurs locaux ressources. Adhésion France, le SEM l'em, l'Embarcadere, l'UNAFAM Messidor, la Mission Locale Portes de Provence, le REPSY, le Comité Dbase, l'ADAFI 26, Foyers appartements et SAVS, le Centre d'information et d'orientation de l'éducation Nationale, la Croix Rouge Française, la Fondation « Partage et Vie », les services de tutelle de l'UDAF, de l'ATMP du PARI, mais aussi l'emploi avec CAP emploi et France Travail.

Qu'ils soient professionnels, bénévoles, personnes concernées, c'est une occasion de mieux les connaître et connaître leurs activités, de vous informer, d'échanger, trouver de l'aide si besoin, d'aborder la santé mentale et les addictions, parfois de façon ludique.

FESTIVAL
En mouvement pour notre Santé Mentale

MERCREDI 16 OCTOBRE

La CHEUCHEU Synchro sera là pour nous mettre en mouvement dans la joie et la bonne humeur. Venez chenniller pour votre Santé Mentale !

AVANT 12H ET APRÈS 14H

SOUS LE KIOSQUE
Scène ouverte. Venez avec vos instruments, vos textes, votre voix... Animé par le comité Dbase, avec différents artistes pour lancer le mouvement, les Psy'chiques au chant.

Renseignement coordination CLS / CLSM : 04 75 00 25 07

MERCREDI 9 OCTOBRE

- **ESCALE DU CAMION PSYTRUCK « LES TROUBLES PSYCHIQUES, J'ASSURE ! »**
De 10h à 16h30
Place de l'Europe
Nos partenaires seront présents pour répondre à vos questions.
Animé par le RePsy avec des élèves, des bénévoles et professionnels de l'UNAFAM, l'Embarcadere, Messidor, le Centre Hospitalier Saint Marie.
- **« LE JARDIN DU DEDANS » SUR LES ÉMOTIONS**
14h et à 16h
Médiathèque Intercommunale
bd Charles De Gaulle
Théâtre d'animation Kamishibai, animé par le service jeunesse. Enfants à partir de 6 ans et leur famille.
Inscriptions 04 75 92 22 62
- **ATELIER « À LA DÉCOUVERTE DE SOI POUR MIEUX RÉUSSIR À L'ÉCOLE »**
À 14h
CIO, MAISON DES SERVICES PUBLICS
1 av Saint Martin, 2^e étage nord
Animé par des psychologues du Centre d'information et d'orientation de l'Éducation Nationale
Inscriptions 06 28 22 94 95 ou cio-montelimar@ac-grenoble.fr
- **COURSE D'ORIENTATION ET JEUX SUR LA SANTÉ MENTALE**
Après-midi
KID'O VERT
Route de Saint-Gervais
Deux groupes d'adolescents seront accueillis au Kid'O Vert pour l'après-midi.
Animé par l'UNICEF DRÔME

COLLÈGE MARGUERITE DURAS
(réservé aux élèves de 5^e)
Animé par l'UNICEF DRÔME

• **PORTE OUVERTE AU GROUPE D'ENTRAIDE MUTUELLE (GEM) L'ENVOI**
De 10h à 16h
GEM L'ENVOI
6 bis chemin du Roublion
Les adhérents présenteront la structure, ses missions et actions. Pour les personnes ayant un trouble psychique, les familles, les professionnels.

CENTRE SOCIAL MUNICIPAL COLUCCI
8 avenue Stéphane Mallarmé
Avec une coach sportive, ouvert à tous dans la limite des places disponibles
Animé par une coach sportive
Inscriptions 04 75 01 04 32

- 45 -

Programme de la ville de Bordeaux (extraits)



Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale qu'est-ce que c'est ?

Nous avons tous une santé mentale.
La santé mentale c'est ce que l'on ressent entre le bien-être et le mal-être.

Il est important de savoir quand on a besoin de parler de sa santé mentale.

La journée mondiale de la santé mentale est le 10 octobre.
Il y a des événements pendant 2 semaines en France au mois d'octobre.
Ce sont les Semaines d'Information sur la Santé Mentale.

Ces 2 semaines servent

- à expliquer à tout le monde ce qu'est la santé mentale
- à trouver de l'aide
- à s'informer sur les troubles psychiques

Un trouble psychique est une maladie comme

- le trouble anxieux
- la dépression
- le trouble bipolaire
- la schizophrénie

Un trouble psychique est annoncé par un médecin.
Un trouble psychique a un impact sur la vie de tous les jours.
On parle de handicap psychique.

.5

Les personnes qui vivent avec un trouble psychique sont souvent **stigmatisées**.
Être **stigmatisé** c'est être mis à l'écart

- de l'école
- du travail
- des proches

Être **stigmatisé** quand on vit avec un trouble psychique c'est être mis à l'écart par des personnes

- qui ne connaissent pas les troubles psychiques
- qui ont peur des troubles psychiques

Les personnes qui vivent avec un trouble psychique ont droit à la même vie que tout le monde.
C'est le message des Semaines d'Information sur la Santé Mentale.



6.



Tous les ans, les Semaines d'Information sur la Santé Mentale ont un thème.

En 2024, le thème est :

« En mouvement pour notre santé mentale »

Être en mouvement, c'est :

- ✋ Marcher
- 🏃 Courir
- 🚲 Pédaler
- 👉 Se déplacer
- 💃 Danser
- 👉 Bouger
- 🏆 Faire du sport

Être en mouvement, c'est bon pour :

- 💖 Le cœur
- 💪 Le corps
- 🧠 Et la tête

Être en mouvement c'est bon pour sa santé mentale.

.7

Jeudi 10 octobre

« Activité physique, sport et santé mentale »
Table ronde.

Une table ronde est une discussion entre plusieurs personnes sur un sujet particulier.

📍 Amphithéâtre du Centre Hospitalier Charles Perrens

Entrée : 137 bis rue Léo Saignat (rond-point de Canolle) 33000 Bordeaux

🕒 De 19 heures à 21 heures

Inscription sur [Bordeaux.fr](https://bordeaux.fr)

ou



Si vous avez des questions : ✉ mlevel@ch-perrens.fr ☎ 05 56 56 39 07

Le Centre Hospitalier Charles Perrens organise une table ronde sur le thème

« activité physique, sport et santé mentale » :

- **santé mentale et sport de haut niveau** : un membre du personnel de l'équipe de rugby de l'Union Bordeaux Bègles (UBB) et un champion international de tennis adapté
- **activité physique à l'hôpital** : témoignages d'un patient et d'un enseignant en activité physique adaptée
- **prescription médicale de l'activité physique adaptée** : témoignage d'un psychiatre du Centre Hospitalier Charles Perrens

Cette table ronde sera suivie d'un apéritif.

8.

COMMUNICATION SISM PAR LE MINISTÈRE DE LA SANTÉ

En 2024, grâce à un partenariat PSYCOM et DICOM (mission « Information et communication » à la Direction générale de la Santé), une communication sur les SISM a été envoyée auprès de toutes les ARS et, pour la première fois, le ministère de la Santé a relayé les SISM à travers différentes communications, certaines préfectures ou encore d'ARS. Nous pouvons en mentionner certaines :

- **Ministère de la Santé**

- > Site internet Santé.gouv : 35^e édition des semaines d'information sur la santé mentale - Ministère de la santé et de l'accès aux soins
- > Site internet : Info.Gouv : www.info.gouv.fr/actualite/sante-mentale-deux-semaines-pour-sinformer
- > Réseau social LinkedIn : www.linkedin.com/posts/minist%C3%A8re-des-solidarites-de-la-sant%C3%A9_santaezmentale-sism2024-activity-7251537978085228544-JWdF?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

- **Préfecture de Haute-Savoie**

Santé mentale - Santé - Risques particuliers - Prévenir le risque et se protéger - Actions de l'État - Les services de l'État en Haute-Savoie

- **ARS Guyane**

- **ARS Hauts-de-France**

www.linkedin.com/posts/agence-regionale-de-sante-hauts-de-france_sant%C3%A9-mentale-dans-le-cadre-des-semaines-activity-7249708822074638336-15pq?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

- **ARS Nouvelle-Aquitaine**

www.linkedin.com/posts/ars-nouvelle-aquitaine_sism-santaezmentale-informer-activity-7248950263435132928-1wjn/?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

- **ARS Auvergne-Rhône-Alpes**

www.linkedin.com/posts/agence-r%C3%A9gionale-de-sant%C3%A9-auvergne-rh%C3%B4ne-alpes_santaezmentale-activity-7250033571434815488--4Hk/?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

Des personnalités comme :

- **Monsieur Franck Bellivier**

www.linkedin.com/posts/agence-r%C3%A9gionale-de-sant%C3%A9-auvergne-rh%C3%B4ne-alpes_santaezmentale-activity-7250033571434815488--4Hk/?utm_source=share&utm_medium=member_desktop

- **Daniel Labaronne**, député de la 2^e circonscription d'Indre et Loire : dans la newsletter de la commune.

Malgré les éléments de langage transmis par PSYCOM au ministère de la Santé, le compte LinkedIn des SISM n'est pas systématiquement mentionné.

RETOMBÉES PRESSE ET RÉSEAUX SOCIAUX

Présence sur les réseaux sociaux

Les informations concernant l'édition des SISM sont diffusées régulièrement sur les comptes dédiés (Facebook et LinkedIn). Nous communiquons également via une newsletter dédiée aux actualités du secrétariat général.

Au 31 décembre 2024 :

 **La page Facebook comptait 3 717 abonné·es**, soit une augmentation de plus de **11 %** par rapport à 2023 (3 363 abonnés). Entre 2023 et 2024 il y a eu une hausse de 65,5 % des visites de la page Facebook.

 Le compte **LinkedIn**, ouvert au 1^{er} mars 2023, comptabilise **4 649 abonné·es** (**↗98 %**).

 En raison des dernières tendances de **Twitter**, devenu X, nous avons décidé de retirer notre présence de ce réseau social.

 Concernant la **newsletter** des SISM, celle-ci est de plus en plus suivie et a atteint les **4 649 abonné·es**. Elle représente une manière de mobiliser les organisateur·ices d'actions en faisant passer les grandes informations des SISM (publication de l'argumentaire, annonce d'un webinaire, rappel du délai pour évaluer ses actions sur le site, etc.). Nous avons un rythme d'envoi régulier, allant d'une fois par mois au minimum en période creuse à une fois par semaine en période plus active.

 Les **deux webinaires**, hébergés sur **YouTube** et produits en 2024 : « animation d'un collectif SISM » (à date d'aujourd'hui) et celui portant sur la « mobilisation des ressources » comptabilisent respectivement **355 vues** et **500 vues**.



Nombre d'articles de presse

984 articles ont été recensés dans les médias, ce qui correspond à une augmentation de 14,5 % par rapport à 2023. 5 médias nationaux ont couvert les SISM cette année :

- *La Croix Hebdo*
- *Francetvinfo*
- *France bleu*
- *La Gazette des communes*
- *Sport Stratégies*

Les **médias en parlent de plus en plus**, notamment dans les médias régionaux ou départementaux. Cela entre en cohésion avec la valeur d'action de proximité que revêtent les SISM.

Cette veille presse a couvert les articles du 1^{er} septembre 2024 au 15 décembre 2024.

- 32 articles sont parus dans les médias départementaux,
- 813 articles parus dans la presse régionale, contre 521 en 2023,
- 130 articles ont été publiés en ligne (sites Internet ou réseaux sociaux).

Dans la presse régionale, c'est le quotidien *Ouest France* et ses nombreuses éditions en régions qui ont consacré le plus d'articles aux SISM.

Les médias en parlent



Lycée La Tournelle : les élèves entrent « dans Santéville »

Pour cette journée découverte « Entrez dans Santéville », la ville du bien-être, à l'initiative du centre médico-psychologique « La Passerelle », du CIAS et de nombreux partenaires, une série d'animations destinées à sensibiliser le public aux enjeux de la santé mentale, de quoi provoquer la réflexion pour mieux lutter contre la stigmatisation des troubles mentaux.

Divers ateliers mis en place

Les 21 élèves de terminale ASSP1 (Accompagnement, soins et services à la personne), et les 17 élèves de CAP AEPE (Accompagnement éducatif de la petite enfance), se sont mobilisés pour une organisation parfaite, sous la houlette de leurs enseignantes, Jennifer Davignon (lettres-histoire) et Christelle Schlauder (biotechnologie, santé, environnement). Les ateliers ont bien fonctionné, certains affichant complets dès 14 h 00 : bien-être (gym douce, yoga, danse thérapie, kinésithérapie,

sophrologie), salon de soin et beauté (massage visage et tête, massage des mains, coiffure), groupe de parole (jeu Dixiludo), gymkhana/vélo, bar à jus, karaoké, en balade (escape game et marche/test d'efforts)... L'atelier « médiathèque/ludothèque » n'a pas désempli de la journée grâce à la venue d'assistantes maternelles, de la salle multi-activités et de quelques parents.

Cette année, les SISM ont mis à l'honneur les liens bien souvent minimisés et pourtant si forts entre l'activité physique, sous toutes ses formes, et la santé mentale. En chiffres, les 36 partenaires et professionnels ont unanimement été convaincus par cette journée pour son organisation, la présence de nombreuses personnes, l'intérêt qu'ont porté les élèves et visiteurs à la santé mentale. Environ 60 visiteurs, dont des associations venues avec leurs bénéficiaires, sont repartis enthousiasmés. *L'Est républicain*



La Mad Pride sensibilise les Réunionnais à la santé mentale dans les rues de Saint-Paul

La Mad Pride s'est tenue ce mercredi 9 octobre 2024 à Saint-Paul. Cette parade festive lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques et mentaux. Environ 600 personnes ont défilé du débarcadère à la mairie de Saint-Paul, à l'initiative de l'association Balise Psy. Cette marche colorée et joyeuse est organisée pour contribuer à changer les regards sur la maladie mentale et le handicap invisible. L'événement existe déjà dans plusieurs pays à travers le monde, mais il n'avait jamais été organisé sur notre île.

Dédiaboliser la folie

L'événement prend place dans le cadre de la 35^e édition des SISM (Semaine d'Informations sur la Santé Mentale) et de la Journée mondiale du handicap.

Pour les organisateurs, le but est de casser les préjugés et les fausses idées sur la santé mentale. Les personnes atteintes de troubles mentaux ou psychiques défilent aussi pour affirmer leur droit au respect et à une place dans la société.

Regardez le reportage de Réunion La 1^{re}

Environ 600 personnes ont défilé pour la Mad Pride à Saint-Paul. Cette parade festive lutte contre la stigmatisation des troubles psychiques et mentaux.

Témoigner pour faire changer les choses

Dans le cortège, les participants de tout âge dansent et chantent, accompagnés par les batucadas, les jongleurs, les échassiers.

Bien malin celui qui pourrait dire au premier coup d'œil qui sont les malades. Certains sont très jeunes, comme Amandine, 21 ans, affectée par un TPB : un trouble de la personnalité borderline. Accompagnée par l'association Balise Psy, elle a appris à surmonter la maladie, à en parler. Ne pas se cacher, faire face, c'est une façon de se battre. Ce défilé, c'est un vrai accomplissement pour la jeune fille, devenue bénévole pour Balise Psy : « *Je me suis préparée, j'ai travaillé dessus avec cœur, j'ai mis toute mon énergie dedans, je suis assez fière de moi, s'exclame-t-elle. J'ai pu retrouver un peu de confiance en moi. Je peux être avec des gens, me sociabiliser sans être stigmatisée.* » Amandine, 21 ans, atteinte de TPB

Un tabou vif dans la société réunionnaise

À La Réunion, la question des troubles mentaux ou psychiques reste tabou. Schizophrène, bipolaire, dépressif, cyclothymique, hypersensible, anorexique : tous ces mots provoquent le rejet, la peur ou le jugement.

Pour lutter contre cela, Thomas est dans la rue, dans le défilé. Dépressif, il avoue avoir souvent des idées suicidaires. Il a trouvé aide, écoute et solidarité au sein du Groupe d'entraide Ouest : « *ça me rassure, ça me donne de la confiance en moi, ça me permet de accompagner les autres aussi.* » La Mad Pride est l'occasion pour lui de se dresser contre les préjugés et la négativité. « Ce



La Mad Pride à Saint-Paul le 9 octobre. ©Harry Amourani

n'est pas parce que nous avons des difficultés que nous ne sommes pas comme les autres », insiste le quadragénaire. À ses côtés, Sabrina scande son message. Elle s'adresse à tous ceux qui cachent leur maladie, ont peur ou honte de l'assumer.

*« On n'a pas demandé à être comme ça. Noulé fé comme ça, peu importe les préjugés ou les critiques, peu importe les maladies, j'encourage tout le monde à être fier de ce qu'il est ! », s'exclame avec énergie Sabrina. **FranceTVinfo***



Bouger mentalement

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) se donnent chaque année la mission de promouvoir ce sujet auprès de toutes les populations. Pour cette 35^e édition, le thème choisi est celui de l'activité physique, dont le rôle est reconnu pour réduire le risque de troubles mentaux. Un peu partout en France, du 7 au 20 octobre, des projections, témoignages et conférences favoriseront le dialogue autour d'un sujet souvent tabou. Des initiations sportives (danse, boxe, yoga du rire, kin-ball...) seront de la partie pour se sentir bien dans sa tête et ses baskets! **La Croix Hebdo**



Place Royale, à Nantes, un village d'information autour de la santé mentale

Dans le cadre des Semaines nationales d'information sur la santé mentale, plusieurs acteurs associatifs qui œuvrent dans ce domaine seront présents, place Royale, ce vendredi 4 octobre. Organisées par la Ville et ses partenaires associatifs et publics, les semaines sur la santé mentale se penchent cette année sur les bienfaits de l'activité physique sur le bien-être psychique. Ce vendredi 4 octobre, place Royale, il sera possible de rencontrer des professionnels et acteurs de la santé mentale et découvrir les lieux ressources pour briser les idées reçues sur la santé mentale. Plusieurs animations seront proposées. Le public pourra notamment participer à des séances de dynamisation avec la maison Sport Santé (à 11h00, 13h00, 15h00 et 17h00) ou écouter des podcasts « Pendant que les psys causent », réalisés par le GEM Nouveau cap avec Jet FM, de 14h00 à 17h00.

Jusqu'au dimanche 20 octobre, plusieurs rendez-vous seront également organisés dans différents lieux de la ville. Comme des rencontres avec l'Orpan, pour les plus de 60 ans, des séances d'activités physiques adaptées pour des personnes en situation de précarité, des tables rondes sur la santé mentale des jeunes... **Ouest-France**



Groupement d'entraide mutuelle : « Notre but est de permettre aux gens de reprendre confiance en eux »

Dans le cadre de la semaine santé mentale (du 7 au 20 octobre), un groupe de travailleurs sociaux et médicaux a travaillé sur une thématique autour de « notre santé mentale ». (...) Sur l'ADLCA, c'est le Gem (Groupement d'entraide mutuelle) qui était sur le site dans les salles de sport.

Pour la présidente du Gem, Évelyne Chauvin, *« notre association a pour but d'apporter du réconfort. Il s'agit d'accueillir toutes les personnes majeures qui souffrent d'isolement, qui ont un passage à vide après un accident de la vie, qui se retrouvent seules face à des problèmes d'addictions ou qui sortent d'hôpitaux spécialisés. Et ce, bien que nous ne soyons pas une structure médicale »*. Recréer un lien social. Et d'ajouter : *« Le but est de renouer un lien social autour d'un café. Il s'agit de permettre aux gens de reprendre confiance en eux et de l'estime. »* L'association permet de partir sur des activités culturelles ou sportives. Pour l'animatrice Caroline Tournier, *« cette journée a pour but de montrer que bouger fait du bien au moral. On montre ainsi que l'on peut se motiver en faisant du sport ensemble »*. Cette journée à l'ADLCA a remporté un franc succès. **Le Progrès**



Onze maisons de retraite des pays de Vannes et d'Auray en Olympiades à Saint-Avé

Les Olympiades du réseau d'animation Animasavat regroupant quatorze structures d'accueil de personnes âgées du secteur se sont déroulées vendredi 11 octobre, à l'espace Jean Le Gac de Saint-Avé. Organisées sur le thème « bouger ensemble » et la semaine de la santé mentale, ces joutes amicales dédiées aux aînés ont été suivies par 80 résidents venant de onze Ehpad (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes). **Le Télégramme**



Un autre regard sur la santé mentale

Dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM), la Communauté municipale de Santé vous invite à découvrir jusqu'au 19 octobre, l'exposition « En 2 temps, 3 mouvements ». Mots, photos, peintures, collages et autres productions de patients réalisées au sein d'ateliers d'art-thérapie, pour échanger et lever les préjugés sur la santé mentale. Dix associations de personnes concernées par les troubles psychiatriques participent à cette exposition, démontrant

ainsi que la maladie n'affecte pas la créativité. L'objectif des SISM est de faire de la santé mentale une question centrale dans la cité, d'informer et de changer le regard porté sur les malades. Elles rassemblent, associations de patients, services de soins en psychiatrie, familles, aidants, structures sociales et médico-sociales, avec le soutien de l'ARS et de la mairie de Toulouse. De nombreux événements sont organisés, cette année, sur le thème du mouvement, physique ou psychique, comme vecteur de bonne santé mentale.

La Dépêche du Midi



Semaine sur la santé mentale : le sport un outil indispensable

Dans le cadre de La Semaine d'information sur la santé mentale, spectateurs, élus, bénévoles et travailleurs sociaux se sont réunis au Dôme cinéma pour un ciné-débat autour du film *En Corps*. « *Aller bien, c'est un privilège.* » Cette réplique du film, loin de résumer la soirée de ce jeudi au Dôme cinéma, a eu une résonance particulière auprès des spectateurs, intervenant, élus, personnes concernées, bénévoles et

travailleurs sociaux présents. Le contexte de la soirée : un ciné-débat autour de la santé mentale et du sport, de la mise en mouvement. Le sport est un véritable outil pour l'estime de soi. Cette mise en action nourrit et reconstruit Camille Fauquet, ancienne sportive de haut niveau. Pour échanger après la projection sur ce thème, deux intervenants : Camille Fauquet, ancienne sportive de haut niveau, aujourd'hui préparatrice mentale, et Lyderic Bouquet, directeur de dispositifs médico-social pour Espoir73.

Les témoignages ont été nombreux à l'issue de la séance pour affirmer à quel point, et à son niveau, le sport permet de se sentir bien. « Grâce aux hormones liées au plaisir et au bien-être, a rappelé Camille Fauquet, mais aussi parce qu'il permet de s'évader, de penser à autre chose, de se retrouver avec soi. Le sport est un véritable outil pour l'estime de soi. Cette mise en action nourrit et reconstruit. » **Le Dauphiné**

STATISTIQUES DE FRÉQUENTATION DU SITE NATIONAL

Le site comptabilise un nombre de visites total de **112 747¹⁷** avec un nombre de pages vues de **304 322**. Celui-ci a été pensé avec une double entrée :

- pour les organisateur·ices SISM,
- pour le grand public.

Ainsi, pour l'espace organisateur (réservé aux organisateur·ices) le nombre de vues pour la page d'accueil est de **8 874**. Le nombre total de téléchargement des différents outils produits par le secrétariat général à destination des organisateur·ices en 2024 est près de 50 000.

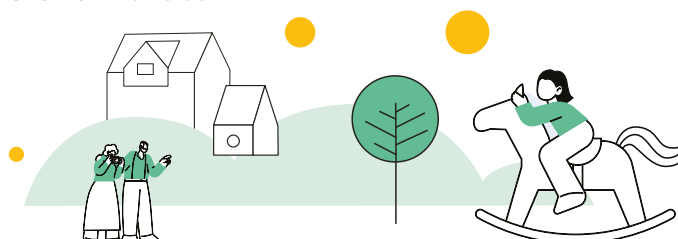
Par ailleurs, les 3 pages les plus vues du site sont :

1. la page les SISM 2024 : **63 502**
2. la page d'accueil : **57 318**
3. la page « Chercher un événement » : **48 057**

Ainsi, on peut voir que l'architecture du site des SISM à travers ses deux entrées possibles correspond bien à ce que cherchent les personnes sur le site des SISM.

Le collectif national s'est engagé à anticiper les SISM et produit donc la thématique 18 mois à l'avance. Cette anticipation est pertinente et utile puisque la page de l'édition de l'année d'après (c'est-à-dire celle de 2025) a été vue **8 598**, le 31 décembre 2024.

17. Toutes les données du site internet comprennent les 40 % de cookies non validés sur le site estimés par la Cnil.



PERTINENCE DES OUTILS PRODUITS ET COORDONNÉS PAR LE SECRÉTARIAT DES SISM

Rôle attendu du collectif national par les organisateur·ices

Le secrétariat général produit des outils, soumis à validation du Collectif national.

Ces outils permettent d'être en appui des acteurs de terrain et sont très largement utilisés, comme le confirment les statistiques de téléchargements (ci-après) et le questionnaire que nous avons adressé en 2024 sur l'usage de nos outils auprès des organisateurs de terrain (ci-après).

Dans l'évaluation des actions SISM, une répondante a écrit, concernant l'aide apportée par le collectif national : **« Exactement ce qu'il apporte : des supports, des propositions d'outils et un regard sur ce qui se passe sur d'autres territoires. »**

À la demande d'une répondante, une trame de fiche projet a été produite et diffusée par le secrétariat en mars 2025 :

 FICHE-ACTION ÉVÉNEMENT SISM 	
Depuis 1990, les SISM sont LE moment privilégié pour promouvoir la santé mentale de toute la population, partout en France métropolitaine et ultramarine. Pendant deux semaines au mois d'octobre, des centaines d'événements ont lieu : ciné-débats, expositions, animations, etc.	
Titre : Date : Horaires : Adresse :	Présentation courte de l'événement :
	Publics ciblés :
	Type d'action (ciné-débat, exposition, conférence, animation...) :
Référentes (prénom, nom, contacts) :	Rôles :
Partenaires :	Rôles :
Objectifs :	

Recto de la fiche

Verso
de la fiche

Déroulé détaillé de l'événement :	
Sur inscription ? ☐ Pré-inscription (comment ? via qui ?) : ☐ Inscription le jour J (comment ? via qui ?) : ☐ Entrée libre	
Coûts + moyens (financiers, matériels, RH) :	Actions de communication : ☐ Avant l'événement pour l'annoncer ☐ Après l'événement pour le valoriser Ce qui est prévu :
VIGILANCE, attention à :	POINTS FORTS, ça va marcher parce que :
Évaluation prévue pour l'événement : ☐ Formulaire de satisfaction à remplir sur le site Internet des SISM (espace organisateur)	
Ce qui est évalué : ☐ Satisfaction des publics ☐ Déroulé du projet ☐ Autre :	Comment cela est évalué : ☐ Questionnaire ☐ Entretiens ☐ Observations ☐ Autre :



Vous pouvez également créer un rétro-planning des étapes en fonction des mois : trouver le lieu, les intervenant·es, créer le flyer, contacter la presse, enregistrer l'événement sur le site des SISM, etc.

Retrouvez les outils des SISM (argumentaire, guide méthodologique, affiches, etc.) sur le site Internet : www.semaines-sante-mentale.fr



Les répondantes souhaitent également favoriser le partage d'expériences. Le secrétariat le permet à travers « **les actions inspirantes** » qui sont mises en avant le **bilan des SISM et le document complémentaire au bilan des SISM** détaillant quelques actions intéressantes. Une autre répondante souhaite avoir des idées novatrices pour toucher le public cible. Dans les actions inspirantes citées, le détail de la méthodologie

de projet est décrit, facilitant la reproduction de l'action. Le secrétariat a **organisé deux webinaires, disponibles dans l'espace organisateur**, en 2024 :

- **la mobilisation des ressources pour les SISM** ;
- **l'animation d'un collectif SISM**

Une répondante souhaitait d'ailleurs, avoir des idées pour « maintenir le dynamisme du collectif », ce deuxième webinaire répond pleinement à cet

objectif.

Une répondante **propose de créer une chaîne YouTube pour les SISM**. Le secrétariat trouve cette idée pertinente et permettrait d'héberger toutes les ressources spécialement pour les SISM (webinaires, échanges d'expérience, présentation du thème de l'année, une chaîne YouTube).

Enfin, de nombreuses répondantes ont mentionné l'intérêt d'une communication qui serait portée au niveau national : « *un appui sur la communication (spot TV...) au niveau national* », « *d'avantage de communication au niveau national sur ces semaines d'information sur la santé mentale* », etc.

Refonte du site internet et de la charte graphique

Pour rappel, comme il a été dit en amont, le site internet des SISM a été refait et la charte graphique a été complètement repensée. L'ensemble de la charte graphique est disponible dans l'espace organisateur sur le site des SISM.

Le logo des SISM en 2022 puis en 2023 :



Le **nouveau logo des SISM** plaît beaucoup et a été complètement repris par les organisateur·ices de terrain. En cette édition SISM 2024, aucun événement ajouté sur le site des SISM ne présentait l'ancien logo des SISM.

Nouveaux outils SISM 2024 et statistiques de téléchargement

Le secrétariat général a produit de nouveaux outils en 2024, en plus des outils traditionnels (argumentaire, guide méthodologique, etc.) :

Nouveaux outils SISM	Nombre de téléchargements
Kakémono	1162
Flyer	1768
PowerPoint de présentation des SISM	917
Logo SISM	2808
Charte graphique	1656
QR Code	414

On remarque que **tous les outils sont utilisés**. Voici un exemple d'utilisation du flyer :



Mardi 8 octobre :
Concours de pétanque organisé par le GEM de 9h30 à 16h30.
Maison de la Multitude de Vichy
Sur inscription : gamvichy@gmail.com ou 04-70-98-34-96.
Clôture des inscriptions au 1^{er} Octobre.

Mercredi 9 octobre :
Organisation d'un village destinés aux familles et aux jeunes de 14h à 17h à Creuzier-le-Neuf, avec divers ateliers proposés (psychomotricité, sophrologie, lecture animée, etc.)
Accès gratuit sans inscription.

Jeu 10 octobre :
Journée bien-être : Ça bouge à l'ESAT de Creuzier-le-Neuf. L'idée est de proposer un ensemble d'activités aux travailleurs de l'ESAT (tennis, escrime, vélo adapté, relaxation, etc.)
Réservé aux travailleurs de l'ESAT.

Mardi 15 octobre :
Ciné-débat avec la projection du Film « À la folie » de Audrey Estrougo à 18h au centre social la Passerelle à Cusset avec la participation de l'UNAFAM, Mme Gaurde psychologue et les jeunes de la Mission Locale de Vichy.
Accès gratuit sans inscription.

Jeu 17 octobre :
• Village de clôture des SISM au Centre Omnisports de Vichy. De 9h00 à 14h30 : animations réservées aux usagers des structures (SAGES, ANEF, INTERMED, CADA). À partir de 14h30 : animations ouvertes à tous, gratuites et sans inscription (arrivée de la torche paralympique et animation danse, percussions).
• Vichy Communauté en partenariat avec le Service de Santé Universitaire de l'Université Clermont Auvergne, organise la journée « Une Pause pour moi » de 11h à 15h30. Réservé aux étudiants du territoire. De nombreuses activités seront proposées : sophrologie, automassage, yoga, art thérapie, etc.

Mardi 22 octobre :
En partenariat avec l'UNAFAM, le Contrat Local de Santé de Vichy Communauté organise une sensibilisation auprès des agents de la police municipale du territoire autour de la santé mentale.

Du 30 septembre au 26 octobre :
Exposition « Déprimé, mode d'emploi » dans le cadre de la semaine de la santé mentale. L'exposition sera accessible gratuitement à la BU de l'Orangerie.

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.

Retrouvez le programme complet sur : 



Outils SISM 2024	Nombre de téléchargements ¹⁸
Argumentaire	12421 (+ 22 %)
Guide méthodologique	6 348 (+ 1162 %)
Affiche nationale (tous formats)	14 169 (+ 42 %)
Communiqué de presse	2583 (-42 %)
Téléchargement total sur le site en 2024 tous documents confondus	48 297 (+ 93 %)

Tous les outils SISM ont connu une **augmentation massive du nombre de téléchargements**.

L'**argumentaire** est un outil bien identifié, et a été téléchargé 12 421, soit plus de 70 % de plus qu'en 2023 qui n'avaient été téléchargés que 7 265 fois.

Le **guide méthodologique** avait perdu en visibilité en 2023 puisqu'il était passé de 2 307 téléchargements à 358. Pour répondre à cette baisse importante, début 2024, le guide méthodologique a été rendu accessible au téléchargement même aux personnes n'ayant pas de compte organisateur. Ce fut un succès puisque le guide méthodologique 2024 a été

téléchargé 6 348 fois contre 358 fois en 2023, soit plus de 1600 %.

Le **communiqué de presse** a été légèrement moins téléchargé en revanche, mais se maintient autour de 2 583 (-4 %).

En 2024, l'**affiche nationale** (tous formats confondus) a été téléchargée 14 169 (+ 99 %). Par ailleurs, le secrétariat général a constaté que la très grande majorité des programmes la reprenait ce qui prouve que le graphisme de l'affiche plaît aux organisateurs.ices.

18. Audience réelle, calculée en tenant compte du taux de refus des cookies estimé à 40 % par la Cnil. Les chiffres de 2023 ont été recalculés en tenant compte de ce taux de refus : argumentaire 10 171, guide méthodologique 501, affiche nationale (tous formats) 9 956, communiqué de presse 4 384. Les téléchargements totaux sur le site en 2023 tous documents confondus étant de 25 012.

Questionnaire sur l'usage des outils produits par le secrétariat du Collectif national

Ces différentes données de téléchargement montrent l'intérêt qui est porté aux outils produits par le secrétariat général du Collectif national. De plus, le questionnaire porté aux acteurs de terrain en 2024 a confirmé la **pertinence** et l'**utilité de ceux-ci**.

En avril 2024, un questionnaire a été diffusé aux personnes organisant des événements dans le cadre des Semaine d'information sur la santé mentale (SISM). Ses objectifs étaient d'évaluer :

- > les méthodes d'animation des collectifs SISM locaux
- > la méthodologie de projet,
- > les impacts de l'engagement dans les SISM,
- > les usages des outils SISM.

Au total, nous avons récolté **143 réponses** couvrant **75 départements différents**. Le texte ci-dessous est tiré du document « Synthèse du questionnaire-retours de terrain », rédigé par Alice Pierre-François en 2024.

Concernant l'argumentaire, celui-ci est un texte rédigé par le Collectif national des SISM chaque année. Il présente la thématique choisie, et donne des éléments de contexte pour pouvoir mieux en comprendre ses enjeux. Il sert principalement à inspirer les acteurs dans leurs actions, et à donner un cap commun pour l'édition.

D'après les résultats du questionnaire, ce document est utile, notamment **pour se saisir du thème**, mais aussi **pour rassembler les membres autour d'une vision commune**.

« L'argumentaire permet d'orienter les SISM d'une année sur une thématique, sans nécessairement fermer à d'autres sujets. C'est un texte de ressources qui nous apprend des choses, et nous fait entrevoir un aspect de la santé mentale. Cela permet concrètement de nous donner des idées d'actions à mener, et d'avoir un « plaidoyer » pour la santé mentale auprès des publics que nous rencontrons. »

Concernant le guide méthodologique, celui-ci est rédigé par le secrétariat général pour chaque édition. Il contient des conseils pour mettre en place un événement et une centaine d'idées d'événements en lien avec la thématique (liste de films, outils pédagogiques, podcasts, livres, etc.). Il a pour objectif d'aider les organisateur·ices à monter en compétences de gestion de projet et à leur donner des idées d'événements afin de faciliter leur investissement dans les SISM. Cet outil est connu pour 81 % des collectifs, mais seulement 57 % le consultent et 19 % ne connaissaient pas son existence

Ainsi, le guide méthodologique permet **d'inspirer et d'outiller**, mais n'est pas indispensable pour chaque membre ou collectif SISM.

« Cela peut donner des idées, mais en général, les acteurs de notre territoire n'en manquent pas. »
« C'est également une référence partagée notamment pour éclairer les nouveaux membres. »
« C'est une mine d'or, merci pour ces guides, ils me servent sur tous les sujets : réflexion, outils, angle de réflexion, etc. »

Selon les membres des collectifs, **leur investissement dans les SISM correspond à plusieurs des 6 objectifs des SISM**. Pour la grande majorité, cela leur permet d'informer sur la santé mentale, de favoriser le travail en réseau, et d'agir contre la stigmatisation des troubles psychiques. Cet engagement améliore également la connaissance des acteur·ices en santé et santé mentale du territoire. Pour plus d'un tiers des collectifs, les SISM leur permettent aussi de faciliter le parcours de rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques.

Ainsi, les SISM sont une **occasion réussie** d'agir pour promouvoir la santé mentale, et faciliter la mise en lien et l'interconnaissance des acteur·ices.

Source de fierté des organisateur·ices

Les membres des collectifs SISM locaux ont également exprimé les éléments dont **ils et elles sont fier·ères**, issus de leur investissement dans les SISM :

- Dynamique et fidélité des membres du collectif (44)
- Promouvoir la santé mentale et déstigmatiser (40)
- Démarche multi-partenariale (29)
- Richesse de leurs programmes SISM (16)
- Satisfaction des publics participants aux actions (13)
- Se voir progresser dans la méthodologie au fil du temps (8)
- Créer des ponts entre les professionnel·le·s et le grand public (8)
- Investissement des personnes concernées par des troubles psychiques (5)

Les sources de fierté concernent donc **le collectif en lui-même (dynamisme, fidélité, progression, etc.)**, ainsi que les **actions SISM (richesse, publics, impacts, etc.)**.

« La fidélité des partenaires et l'entrée de nouveaux partenaires dans le collectif au fil des années. »

« C'est un excellent vecteur de communication vers les services sociaux et les habitants de l'arrondissement. »

« Travailler en réseau autour des questions de santé mentale est une volonté sur notre territoire et les SISM en sont une illustration. »

« Aboutir chaque année à des événements plus construits et de voir nos adhérents les plus anciens y trouver plaisir et aisance ; leur fierté d'eux-mêmes est au centre de notre motivation. »

« Que ma structure, le Groupe d'entraide mutuelle (GEM) Cèzâme, soit porteur de ce gros projet sur la ville. C'est important pour nous de pouvoir véhiculer une autre image de la maladie, mais surtout montrer aux partenaires que les adhérents sont CAPABLES de porter cette action, avec mon soutien. »



CONCLUSION

- Lors des SISM 2024, **près de 2000 événements** ont été comptabilisés dans toute la France métropolitaine et ultramarine, (+ **30 % en 2024** et + 29 % en 2023). Les SISM sont donc LE rendez-vous pour de très nombreux acteurs de terrain pour promouvoir la santé mentale.
- En 2024, **94 départements** ont été impliqués (seulement 7 départements n'en proposent pas), **soit 8 nouveaux départements participants**.
- **70 %** des événements SISM ont été **coorganisés**, ce qui illustre le travail en réseau qui a lieu pour les SISM. C'est 20 % de plus par rapport à 2023. L'augmentation du nombre de collectifs SISM locaux sur le site des SISM indique également un travail local en réseau de plus en plus construit. La qualité du partenariat a été relevée dans les évaluations.
- Parmi les événements évalués sur le site des SISM, c'est la première fois, que le **grand public est majoritaire** dans une édition SISM. En effet, dans 67 % des événements, le grand public est le groupe majoritaire. En 2023, il ne représentait que 23 % des actions.
- La part **des jeunes** en tant que public majoritaire a explosé passant de 6 % à 34 % dans les événements évalués. Ce point confirme ce qui a été observé au secrétariat général lors de la validation des événements SISM : **plus d'une trentaine de villes** ont organisé des événements avec des **centres de formation** (université, école, collège, etc.) : c'est plus de 194 % par rapport à 2023.
- La catégorie d'organisateur la plus impliquée est « **Collectivité locale ou territoriale** » (1021 événements, soit plus 87 % qu'en 2023) puis c'est celle des réseaux d'entraide : « **Association d'entraide** », dont les **groupes d'entraide mutuelle** (GEM) avec 949 événements (+ 88 % qu'en 2023).
- Les typologies d'action privilégiées sont les **animations (1015)**, les **conférences-débats (187)** et les **ciné-débats (155)**. Chaque année, de plus en plus d'actions, comme des festivals ou des événements en pleine nature (course sportive, randonnée, collecte de déchets, etc.) sont organisées. Or ces événements qui **présentent des co-bénéfices** (santé mentale et santé physique ou santé mentale et préservation de l'environnement), parviennent à toucher un grand nombre de personnes, de tout âge. Ainsi, on constate en 2024 un doublement des actions touchant plus de 100 personnes par rapport à 2023.
- Comme les années précédentes, les événements sont organisés grâce à la **mise à disposition gratuite de matériel (locaux, matériel, personnes)** et reposent principalement sur du bénévolat.
- Les organisateur·ices ont sollicité la presse, dans les mêmes proportions qu'en 2023, mais celle-ci **s'est davantage emparée du sujet** puisque seulement 27 % des événements évalués n'ont eu aucune retombée dans les médias, contre 33 % en 2023 et 58 % en 2022. Globalement, on voit que la couverture médiatique continue d'augmenter : la **presse écrite** est de plus en plus mobilisée, **5 médias nationaux** ont couvert l'édition des SISM 2024 et 984 articles sont parus (+ 14 % qu'en 2023).
- Le bilan confirme la **pertinence et l'utilité de l'aide apportée par le secrétariat du Collectif national** aux organisateur·ices SISM.
 - La refonte du site et de la charte graphique des SISM en 2023 est un succès. Celui-ci a été pleinement relayé par les personnes organisatrices : aucun événement inscrit sur le site des SISM ne présentait l'ancien logo. La fréquentation du site des SISM a été majorée et les réseaux sociaux des SISM sont de plus en plus suivis.
 - Le secrétariat général produit de nombreux outils dont le **nombre de téléchargements** a bondi de plus 93 % pour atteindre presque **50 000**. Le guide méthodologique qui était en forte baisse en 2023 a connu une forte augmentation passant de 503 à 6 348 téléchargements.
 - En plus des outils habituels (argumentaire, guide méthodologique, kit de communication), de **nouveaux outils** sont venus compléter cette offre en 2024, : un flyer, un kakémono, etc. Parallèlement à la production d'outils, le secrétariat a proposé **deux webinaires** d'appui méthodologique cumulant presque 1000 vues « Animation d'un collectif SISM » et « Mobilisation des ressources ». La pertinence et l'utilité des outils produits ont été confirmées via le **questionnaire « Pratique des collectifs SISM locaux »** réalisé en 2024 pour lequel 140 porteurs de projet SISM ont participé.

- Afin de répondre à une demande du terrain, le secrétariat souhaite créer une chaîne YouTube dédiée aux SISM. Plus largement, la demande la plus fréquente des porteurs de projet est **d'élaborer une communication nationale sur les SISM**. Les SISM ne sont pas encore assez connues du grand public (en comparaison avec octobre rose, par exemple). Les acteurs de terrain souhaiteraient donc pouvoir s'appuyer sur une communication nationale en complémentarité de celle réalisée au niveau local.
- Il est important de noter que pour la première fois en 2024, le ministère de la Santé a relayé les SISM à travers différentes communications via son site internet, les agences régionales de santé (ARS) ou encore les préfectures.

**Les prochaines Semaines d'information
sur la santé mentale auront lieu
du 6 au 19 octobre 2025
sur la thématique
« Pour notre santé mentale, réparons le lien social ».**

Nous vous souhaitons un beau travail de préparation de cette édition !



Semaines d'information
sur la santé mentale

©PSYCOM mai 2025, pour le Collectif national des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM)

Conception graphique État d'Esprit Stratis

Illustration Mathilde Fournier

Contact

Collectif national des SISM : 0145 65 77 24 sism.contact@gmail.com

Information, inscription et programme : www.semaines-sante-mentale.fr

 @Sism_Officiel

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

MEMBRES DU COLLECTIF NATIONAL

