

PREFACE

En 2024, nous avons recensés plus de 2000 évènements, dont 140 évalués sur le site internet des SISM. Afin de mettre en valeur la richesse de ces évènements nous avons souhaité créer un document complémentaire au bilan des SISM. La réalité des SISM dans les territoires est plurielle, et de nombreuses actions sont très réussies. Nous pensons que prendre connaissance de ce qui se fait à d'autres endroits en matière de SISM ne peut que vous enrichir dans vos pratiques.

L'objectif de ce document complémentaire est avant tout d'inspirer les organisateur.ices d'évènements SISM. Dans le document complémentaire au bilan des SISM 2023 vous pouvez retrouver 3 actions inspirantes (escape game, soirée festive « open bar santé » et un concert). Les évènements présentés dans ce document complémentaire au bilan 2024 sont tous des évènements en lien avec le thème 2024. Ainsi, les 4 évènements présentés ont été centrés sur la mise en mouvement des participant.es et la sensibilisation à la santé mentale, présentant ainsi des co-bénéfices.

Tous ces évènements ont **une diversité de partenaires et ont su toucher les publics ciblés** (trois évènements pour les jeunes et 1 pour le grand public). Ces évènements ont été sélectionnés parce qu'ils sont originaux, traitent de la thématique de manière créative et sont portés par des organismes variés (un collectif SISM, une communauté de communes avec l'UNAFAM, un CLSM ou encore un atelier santé-ville).

L'implication des collectivités locales dans les SISM est primordiale.

En effet, au-delà de contribuer à asseoir le sujet de la santé mentale comme un sujet légitime et ainsi à lever le tabou auprès de la population, leur engagement permet de simplifier l'organisation au niveau local :

- > En apportant une aide financière (via par exemple, le dispositif « action projet »)
- > En mobilisant les services techniques (prêt de matériel, de salle, etc.)
- > En mobilisant les services de la communication (mise en page d'un programme, relais de la communication au niveau départementale, diffusion de l'information SISM sur les abribus, panneaux publicitaires, etc.)
- > En favorisant la mise en réseau pour les organisateurs.
- > Etc.

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

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

TABLE DES MATIÈRES

UTILITE DES OUTILS PRODUITS PAR LE SECRETARIAT GENERAL (PSYCOM) ET UTILISES PAR LES ORGANISATEUR.ICES 5

L'ÉVÈNEMENT « *Bougeons pour ne pas s'prendre le melon* » à Cavaillon, dans LE VAUCLUSE (84) 6

- 1 • L'historique d'implication dans les SISM 6
- 2 • La méthodologie de projet au sein du groupe 6
- 3 • La création de l'évènement 6
- 4 • La mobilisation des ressources 12
- 5 • La communication faite sur l'évènement 12
- 6 • Les publics présents et leurs avis 14
- 7 • Les retombées dans la presse 15
- 8 • L'impact de l'engagement dans les SISM sur les membres du collectif 15
- 9 • Perspectives pour 2025 15

L'ÉVÈNEMENT « *Les foulées douces* » à MONTFAVET, dans LE VAUCLUSE (84) 16

- 1 • Historique d'implication dans les SISM 17
- 2 • Méthodologie au sein du groupe 17
- 3 • Création de l'évènement 18
- 4 • Mobilisation des ressources 19
- 5 • Le public présent et leurs avis 21
- 6 • La communication faite sur l'évènement 22
- 7 • Les retombées dans la presse 23
- 8 • L'impact de l'engagement dans les SISM sur le groupe de travail 23
- 9 • Perspectives 2025 23

suite >

L'ÉVÈNEMENT « BOUGE TON MENTAL »
à VEYNE, dans LES HAUTES ALPES
pour les jeunes (05) **24**

- 1 • Historique d'implication dans les SISM 24
- 2 • Méthodologie au sein du groupe 25
- 3 • Création de l'événement 25
- 4 • Mobilisation des ressources 27
- 5 • Les publics présents et leurs avis 27
- 6 • La communication faite sur l'événement 29
- 7 • Les retombées dans la presse 29
- 8 • L'impact de l'engagement dans les SISM sur le groupe de travail 30
- 9 • Perspectives 2025 30

L'ÉVÈNEMENT LA SOIRÉE « VIENS DANSER SUR LA GLACE »
à TROYES, dans L'AUBE pour les jeunes (10) **31**

- 1 • L'historique d'implication dans les SISM 31
- 2 • La méthodologie de projet au sein du groupe 31
- 3 • La création de l'événement 32
- 4 • Mobilisation des ressources 33
- 5 • La communication faite sur l'événement 33
- 6 • Les publics présents et leurs avis 33
- 7 • Les retombées dans la presse et sur les réseaux 33
- 8 • L'impact de l'engagement dans les SISM sur le groupe de travail/
collectif SISM local 34
- 9 • Perspectives pour 2025 34

UTILITE DES OUTILS PRODUITS PAR LE SECRETARIAT GENERAL (PSYCOM) ET UTILISES PAR LES ORGANISATEUR.ICES

Dans les différents évènements SISM décrits ci-dessous vous trouverez les cheffes de projets qui s'appuient sur les outils SISM de l'édition 2024 dans l'organisation de leurs évènements. Ces outils sont produits chaque année par le secrétariat général du collectif national des SISM (assuré par Psycom) pour le collectif national et sont à retrouver sur le site des SISM, dans l'espace organisateur (<https://www.semaines-sante-mentale.fr/connexion/>). Ces outils sont entièrement gratuits.

Un évènement décrit ci-dessous contient une fiche action. Pour rappel, une **fiche action SISM** vierge a été produite pour vous aider à structurer votre évènement. C'est un outil précieux qui résume les différents éléments de votre évènement et centralise donc les informations pour les partenaires (financeurs, opérationnels, etc.).

- > **L'ARGUMENTAIRE** est aussi utilisé, en première réunion de travail SISM, pour explorer la thématique SISM et orienter les réflexions.
- > **UN KIT DE COMMUNICATION** (différents formats disponibles), produit chaque année par une graphiste est également disponible. Vous retrouverez, dans un évènement présenté dans ce document, le format gabarit de l'affiche 2024.
- > **LE GUIDE MÉTHODOLOGIQUE**, qui recense des conseils pour construire vos évènements et une liste de ressources de films, documentaires (etc.), en lien avec la thématique SISM de l'année, a été diffusé dans le 3^{ème} évènement de ce document.
- > **LE COMMUNIQUÉ DE PRESSE** des SISM est un outil utilisable pour communiquer sur vos évènements.
- > **LES** autres outils (**WEBINAIRES** sur la mobilisation des ressources ou sur l'animation d'un collectif SISM, etc.) sont à retrouver dans votre espace organisateur.



Tous les évènements SISM peuvent être **ajoutés et évalués sur le site des SISM**.

Le secrétariat général rappelle que le formulaire d'évaluation existant permet d'évaluer le **processus** d'élaboration de l'évènement, son **résultat** ainsi que la **satisfaction** des participants. Le secrétariat général souhaite travailler dans les prochains mois à l'amélioration du questionnaire d'évaluation pour y intégrer des indicateurs d'impact.

L'ÉVÈNEMENT

« **Bougeons pour ne pas s'prendre le melon** »,
à Cavailon, dans le Vaucluse (84)

L'Atelier Santé Ville (ASV), porté par le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Cavailon et ses partenaires jeunesse ont proposé une animation autour du parcours d'orientation du site naturel du Grenouillet. Appuyé par des stands et des livrets d'information, les jeunes ont pu échanger autour de la santé mentale, au travers d'un quizz, et de l'impact du sport. Une vidéo, réalisée par les jeunes de la mission locale, montre le succès de cette journée SISM.

1 | L'historique d'implication dans les SISM

Parole de Cécile NEMROD, Coordinatrice Atelier Santé Ville, porté par le CCAS de Cavailon,

“ Suite à la prise de poste en tant que coordinatrice ASV en mai 2023, nous avons souhaité avec le coordonnateur de la Maison des Adolescents initier une action jeunesse dans le cadre des SISM. Cela n'a pas pu se faire en 2023 mais le « Groupe Pluri » (groupe de travail partenarial jeunesse porté dans le cadre de l'Espace Ecoute Jeune – MDA 84), constitué d'une diversité de partenaires (infirmiers, association de prévention, etc.) a souhaité la tenue de cette action en 2024. ”

2 | La méthodologie de projet au sein du groupe

La proposition (en « groupe pluri ») de faire une action sportive s'est faite en raison de la thématique SISM 2024 « En mouvement pour ma santé mentale ».

Pour réaliser cette action, un groupe de travail opérationnel entre l'ASV, la Mission Locale et la « Maison Sport Santé Luberon et Pays de Sorgues » (MSS) s'est constitué. C'est l'Atelier Santé Ville qui a mobilisé la MSS, partenaire habituel du CCAS. La Mission Locale a proposé immédiatement son service de communication pour valoriser cette action, encadrer la journée et mobiliser du public.

La Coordinatrice de l'ASV pilotait le projet avec le groupe de travail constitué. Toutes les réunions ont été faites en physique.



3 | La création de l'évènement

Trois réunions avec le groupe de travail ont eu lieu, la première en mai 2024 et la dernière en septembre. Très rapidement, l'évènement allait être une course d'orientation pour les jeunes, dans un parc, avec un quizz sur la santé mentale. L'accès au parc est libre mais il a été nécessaire de remplir un « Dossier de demande de manifestation » pour obtenir un arrêté municipal, autorisant les différents partenaires à accueillir du public et occuper l'espace public. Ce dossier doit être envoyé 2 mois avant.

Des partenaires ont été sollicités et le rôle de chacun a été listé :

- > Mobilisation du public jeune (Mission Locale, Programme de Réussite Educative, Ecole de la deuxième chance – E2C...)
- > Tenue de stands : Maison des adolescents (MDA), Consultation Jeunes Consommateurs (Addictions France), Centre d'Information et d'Orientation (CIO) avec 2 psychologues de l'éducation nationale, l'association DUNES (association de prévention spécialisée), le Centre social La Passerelle qui a proposé une animation : karaté en famille ainsi que le service jeunesse de la ville qui a proposé un « mur de parole »¹.
- > L'enseignante en activité physique et adaptée (APA) qui est aussi la coordonnatrice de la MSS assurera l'évolution, au sein du parcours, de tous les jeunes. Elle tiendra un stand et distribuera des goodies.

Des jeunes de la mission locale ont été mobilisés dans l'organisation le JOUR J pour encadrer cette journée.

Le départ des jeunes s'est fait au fur et à mesure. Pour avancer dans le parcours d'orientation, c'est la coordonnatrice de la MSS et les jeunes de la Mission Locale qui s'assureront de l'avancée des publics.

Pour réaliser le **quizz du parcours d'orientation**, le groupe de travail SIMS s'est appuyé sur l'outil créé par la fondation « Jeunes en têtes » pour la semaine pour l'école publique (voir ci-dessous).







1. Qu'est-ce qu'une bonne santé mentale?
a. Ne pas avoir de maladie mentale
b. Être bien avec toi-même, les autres et ton environnement
c. Faire du yoga tous les jours

2. La moitié des troubles de santé mentale commencent avant quel âge?
a. 14 ans
b. 6 ans
c. 22 ans
d. 40 ans

3. Vrai ou faux? On peut « travailler » sa santé mentale.
a. Vrai
b. Faux

4. Qu'est-ce qui peut influencer positivement ta santé mentale?
a. Multiplier les activités (sportives, scolaires, etc.) toute la journée sans faire de pause
b. Regarder les photos d'influenceurs fitness ou lifestyle pour tenter de leur ressembler
c. Passer du temps avec tes amis ou tes proches

5. Quand tu es stressé-e ou anxieux-se, quel est le meilleur moyen pour faire baisser la pression?
a. Regarder tes séries préférées en boucle
b. Agacer ton petit frère/tes amis/tes parents
c. Faire de la méditation

6. Quels sont les indices qui peuvent te faire remarquer qu'un-e ami-e ou un-e camarade de classe est en détresse?
a. Il-elle se fâche pour un rien
b. Il-elle est toujours triste
c. Il-elle ne veut soudainement plus faire d'activités
d. Toutes ces réponses

7. Quand tu te chicanes avec un-e ami-e, quelle est la meilleure façon d'agir?
a. Prendre une pause pour te calmer avant de répondre
b. Lui dire sans attendre tout ce que tu penses de lui-elle
c. Attendre que la personne fasse les premiers pas, c'est sa faute après tout!

8. Si un-e ami-e ou un-e camarade de classe présente des signes de détresse, où peux-tu trouver des ressources pour lui venir en aide?
a. À l'école, par exemple auprès du/de la technicien-ne en éducation spécialisée (TES)
b. À l'extérieur de l'école, par exemple auprès de Tel-jeunes
c. Auprès de tes parents, de ta famille ou d'un adulte de confiance
d. Toutes ces réponses

9. Vrai ou faux? Quand tu ne te sens pas bien, le mieux est d'attendre que ça passe.
a. Vrai
b. Faux

10. Qu'est-ce qu'une pensée parasite?
a. Une pensée qui bloque le cerveau
b. Une pensée qui vient se nourrir d'une autre pensée
c. Une pensée qui occasionne de la souffrance et empêche d'avancer

11. Que faire quand tu es stressé-e?
a. Faire le tri dans tes pensées
b. Te parler comme à un-e ami-e
c. Faire une méditation
d. Toutes ces réponses

12. Qu'est-ce que l'autocompassion?
a. Être centré sur soi
b. Avoir un dialogue intérieur bienveillant
c. Ne pas avoir de compassion pour les autres

1. <https://www.addcaes.org/wp-content/uploads/2019/12/Fiche-animation-Porteur-de-parole-1.pdf>

Une autre page (format A4 recto verso) a été créée pour donner des conseils pour prendre soin de santé mentale afin de compléter les réponses au quizz.

 Semaines d'information sur la santé mentale 

1 La **santé mentale** est un état de bien-être :
- Avec nous-mêmes; on s'aime.
- Avec les autres; nos ami(e)s, notre famille.
- Et avec notre environnement; à l'école, dans nos équipes sportives, troupes de danse, à la maison, et aussi les environnements virtuels comme Facebook, Instagram, Tik Tok, jeux vidéo, etc.
C'est aussi un état **d'équilibre** à maintenir avec des hauts et des bas. Tout le monde peut prendre soin de sa santé mentale et ça, qu'on ait un diagnostic de maladie mentale ou pas.

~~~~~

50 % des troubles de santé mentale commencent avant l'âge de 14 ans, et 75 % avant 22 ans. Il est donc important de t'occuper de ta santé mentale, même si tu es jeune! **2**

~~~~~

3 Une bonne santé mentale, ça se construit. Tu peux l'entretenir chaque jour avec de petits exercices et de **bonnes habitudes de vie**, comme dormir 8 à 10 heures par nuit, manger sainement, faire de l'exercice (même modéré) au moins 1 h par jour, réguler ton temps d'écran, et plus encore. Tu verras qu'à force de pratiquer, ça devient de plus en plus facile, un peu comme avec le **sport**.

~~~~~

**10** Une **pensée parasite** est une pensée qui occasionne de la souffrance et empêche d'avancer. En effet, cette pensée est basée sur une histoire que ta tête te raconte. Cette histoire peut être une situation passée à laquelle tu repenses, ou une situation future qui n'a pas encore eu lieu et que tu anticipes. La pensée parasite n'aide pas à trouver des solutions aux problèmes. Au contraire! Elle a tendance à te tirer vers le bas et te paralyser. Inversement, la pensée utile est une pensée basée sur tes sens, qui a lieu dans le moment présent et qui traite d'une situation qui est possible. Lorsque tu fais le tri dans tes pensées, tu dois écarter les pensées parasites et poser une action sur les pensées utiles.

~~~~~

11 Faire le tri entre tes pensées utiles et tes pensées parasites, te parler comme à un-e ami-e, ou encore faire une méditation sont tous de bons trucs pour t'aider à gérer ton stress.

~~~~~

**12** Avoir un dialogue intérieur **bienveillant**. Quand tu vis une épreuve ou que tu fais face à un obstacle, as-tu tendance à te critiquer et à être dur envers toi-même? Avoir un dialogue intérieur bienveillant, c'est te parler dans ta tête comme si tu parlais avec ton-ta meilleur-e ami-e, c'est-à-dire avec gentillesse et bienveillance. Savais-tu que la méthode du « bon coup de pied au derrière » fonctionne rarement et qu'elle n'est pas durable? Avoir de l'**autocompassion**, ce n'est pas être passif ou résigné. Au contraire, c'est être actif pour alléger sa souffrance.

**4** Passer du temps avec tes amis-es ou tes proches! Pourquoi? Parce que ça va te faire un grand bien de voir des personnes en chair et en os et de pouvoir parler ou faire une activité que tu aimes avec eux. Inversement, te surcharger ou te comparer à des personnes dont l'image ne reflète pas toujours la réalité comme les influenceurs créent du stress, de l'anxiété et minent l'estime de soi.

~~~~~

Faire de la **méditation**! Vouloir fuir ton problème en te vidant la tête, en t'activant ou en te défoulant sur les autres ne fait que le repousser et ne règle rien. La méditation te permet donc de faire une pause dans tes pensées en te concentrant sur l'instant présent. Tu pourras donc te reconnecter à tes émotions et aux sensations de ton corps, mais aussi à ce qu'il y a autour de toi. **5**

~~~~~

**6** Quand on vit une détresse, on change et on a une rupture dans notre fonctionnement. Nos **émotions**, nos comportements et notre façon de penser changent, et pas pour le mieux. Si ces changements durent dans le temps, s'ils deviennent intenses, s'ils empêchent de fonctionner et qu'il n'y a aucun signe d'amélioration, ça peut être une **dépression**.

~~~~~

7 Prendre une pause pour te calmer avant de répondre. Cette pause te permettra de penser plutôt que d'agir trop vite, de mieux te comprendre toi-même, de montrer plus de **tolérance** et d'ouverture, et de changer d'avis sur les gens et les situations.

~~~~~

Plusieurs **ressources** à l'école, à l'extérieur de l'école et à distance sont disponibles pour répondre à tes questions. Alors, si un-e ami-e, un-e camarade de classe ou toi-même n'allez pas bien, n'hésite pas à faire appel à l'aide disponible autour de toi! **8**

~~~~~

9 Savais-tu que la majorité des gens qui vont chercher de l'aide en santé mentale s'en sortent? Quand tu ne vas pas bien, il est important d'en parler à une personne de **confiance** à qui tu peux te confier et qui pourra t'orienter vers les bonnes ressources, si nécessaire.

~~~~~

Un **livret de ressources** a été créé à partir d'un document existant qui listait les ressources en santé mentale du territoire. Ces deux derniers documents ont été mis en page par la coordonnatrice de l'ASV.



A l'arrivée du parcours d'orientation, les jeunes ont débriefé de leurs réponses avec la médiatrice santé du CCAS, les coordonnatrices MSS, PRE et ASV. Des lots offerts par la MSS ont été remis aux participants. Les jeunes ont pu, ensuite, aller dans les différents stands tenus par les partenaires. Dans le cadre de cet évènement, **une fiche action**, ouverte à la première réunion, puis mise à jour au fur et à mesure par la coordinatrice de l'atelier santé ville a été réalisée (cf page suivante).



## FICHE ACTION

### « Bougeons pour pas s'prendre le melon »

|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Date</b>                                                                                                                                            | Mercredi 9 octobre - 14h à 17h <i>(Repli le mercredi 16 en cas de mauvais temps)</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Type de Projet</b>                                                                                                                                  | Parcours d'orientation                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Porteur de projet</b>                                                                                                                               | ATELIER SANTE VILLE – CCAS                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Personne responsable</b>                                                                                                                            | Cécile NEMROD - COORDINATRICE ASV                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>PROBLÉMATIQUE : Comment aborder / parler du mal être ou du bien être des jeunes ; comment trouver des ressources dans la famille et en dehors ?</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Contexte</b>                                                                                                                                        | <b>SEMAINES D'INFORMATION EN SANTE MENTALE</b><br><i>En Mouvement pour notre Santé Mentale</i><br>7 au 20 octobre 2024                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Objectif Général</b>                                                                                                                                | <p><b>1 PROMOUVOIR</b> une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.</p> <p><b>2 INFORMER</b> 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.).</p> <p><b>3 DÉSTIGMATISER</b> les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.</p> <p><b>4 FAVORISER</b> le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.</p> <p><b>5 FÉDÉRER</b> les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.</p> <p><b>6 FAIRE CONNAÎTRE</b> les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.</p> |
| <b>Objectif Opérationnel</b>                                                                                                                           | <p>→ <b>ACCOMPAGNER</b> des jeunes de 11 à 25 ans autour du parcours d'orientation à répondre à un quizz sur la santé mentale (encadrement réalisé par la Maison Sport Santé et accompagnement des groupes par les jeunes de la mission locale).</p> <p>→ <b>INFORMER, SENSIBILISER</b> par la tenue de stand par les partenaires de la santé mentale et de la jeunesse.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Mise en œuvre</b></p>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Création de support de communication</b></li> <li>✓ <b>Création du quizz et mise à jour du guide de la santé mentale</b></li> <li>✓ <b>Mobilisation des jeunes et de leurs parents</b></li> <li>✓ <b>Intervention des partenaires</b> sous forme de stand : information, animation, exemples : <ul style="list-style-type: none"> <li><b>PRE/ASV – Médiation Santé</b> : animation autour de l’outil « tabous de la santé mentale » / débrief du quizz</li> <li><b>MDA</b> : présence d’un agent de la MDA + psychologue / offre de services</li> <li><b>Mission Locale</b> : interviews / film réalisé sur le site le jour J – micro trottoir : créer un outil « cavaillonnais » « Qu’est-ce que la Santé Mentale ? Par des jeunes et pour des jeunes</li> <li><b>Club Jeunes – Espace Jeunesse</b> – Animation stand autour d’un mur de parole sur la santé mentale</li> <li><b>DUNES</b> : jeu santé mentale</li> <li><b>CJC</b> : stand de prévention</li> <li><b>CIO</b> : présence des psychologues de l’éducation nationale</li> <li><b>Centre Social La Passerelle</b> : karaté en famille + satnd offre de service <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demander l’autorisation au service des sports / occupation publique</li> <li>• CTM pour les tables / chaises</li> <li>• Feuille d’émargement par quartier QPV</li> <li>• Gouter ASV + MIN</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul> |
| <p><b>Partenaires envisagés</b></p> | <p><b>Partenaires jeunesse de l’ASV – Groupe Pluri</b></p> <p>MDA / MISSION LOCALE / SERVICE JEUNESSE / CS LA PASSERELLE &amp; LA BASTIDE / CPTS / CJC / EDES / EQUIPE MOBILE ADDICTIONS FRANCE / Psy et infirmières de l’EDUCATION NATIONALE / MLDS / MAISON DE SANTE PLURIPROFESSIONNELLE / CRPS / DUNES / E2C / CMPEA / CMPP / GEM .....</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <p><b>Coût</b></p>                  | <p>Valorisation de la Maison Sport Santé par l’ASV</p> <p>Gouter / ASV + MIN</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <p><b>Calendrier</b></p>            | <p>14 mai 2024 : 1<sup>er</sup> groupe de travail issu du GT Santé Mentale (17-04)</p> <p>23 juillet : 2<sup>ème</sup> groupe de travail + repérage du parcours</p> <p>10 septembre : 3<sup>ème</sup> groupe de travail</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Evaluation du projet</b></p>  | <p><b>Points faibles</b> : action entre jeunes – ouvrir au champ du handicap pour 2025</p> <p><b>Points forts</b> : participation 62 bénéficiaires – réalisation de la vidéo – implication des partenaires</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

#### 4 | La mobilisation des ressources

L'action n'a demandé que très peu du budget : l'évènement a eu lieu sur un site naturel de la commune, qui dispose de plusieurs parcours d'orientation.

Par ailleurs, l'atelier santé ville est un dispositif de la politique de la ville porté par le CCAS lui-même rattaché à la ville. Les liens entre ces différentes structures sont réguliers

Pour la collation, le marché intérêt national (MIN) de Cavaillon qui regroupe des producteurs du territoire et sont partenaires de la ville. Le MIN de Cavaillon a fait don de fruits pour composer le goûter.

L'atelier santé ville a complété en achetant de l'eau, du chocolat et des amandes pour un coût de 76 euros.

D'un point de vue technique : c'est le centre technique municipal qui a prêté les tables et les chaises pour les stands.

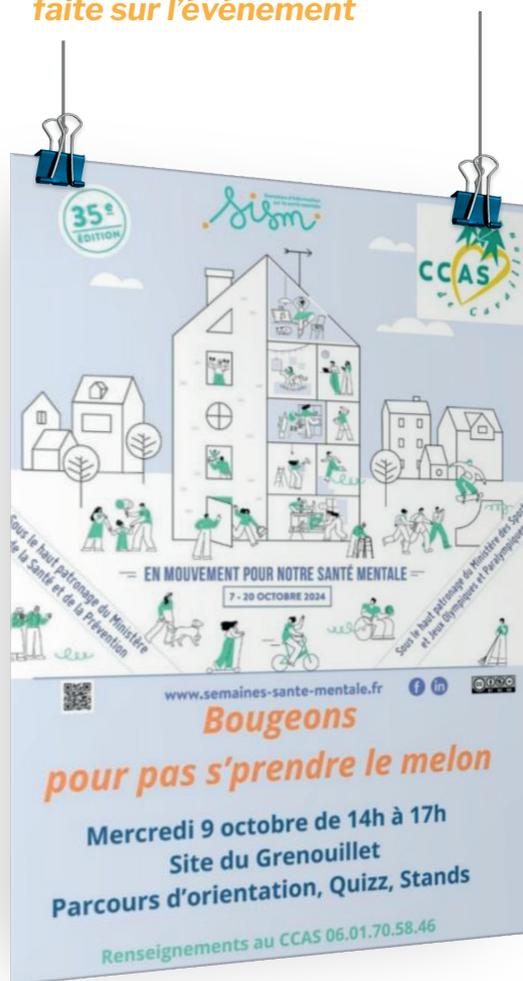
Concernant les livrets ressources (deux pages format A4 non reliés), c'est le CCAS qui en a fait imprimer 70.

L'implication de la coordonnatrice de la MSS a été rémunérée pour les deux réunions auxquelles elle a participé et les trois heures de présence le JOUR J.

Concernant les goodies distribués, soit les « lots gagnés » (gourdes et tee-shirt dans un petit sac à dos), c'est la coordonnatrice de la MSS qui les a apportés. Ceux-ci ont été financés par l'ARS pour un autre évènement « Jeux me bougent » qui est une action nationale portée par la MSS.



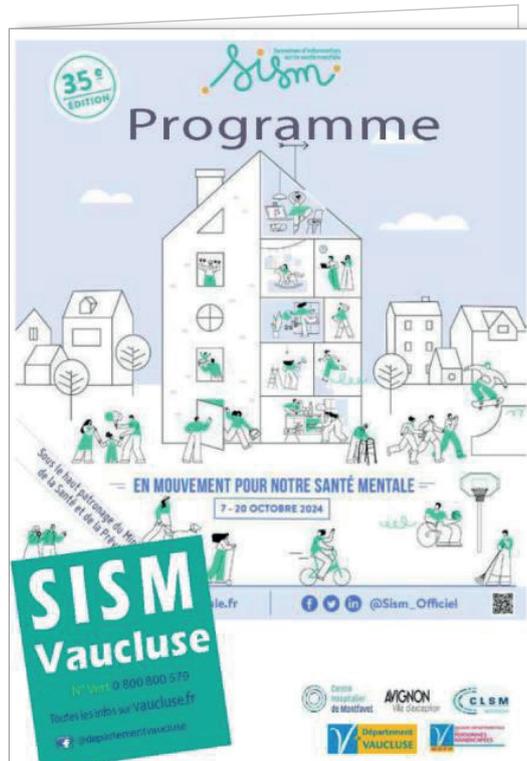
#### 5 | La communication faite sur l'évènement



Une affiche a été éditée à partir de l'affiche nationale.

Les invitations ont été lancées aux partenaires par mail afin de **mobiliser les jeunes**.

Cette action a été également ajoutée dans le programme SISM du département :



**Semaines d'information sur la Santé Mentale**

**SISM 2024 en Vaucluse**  
PROGRAMME du 7 au 13 octobre 2024

**Atelier Santé Ville**

L'Atelier santé ville (ASV) est à la fois une démarche locale et un dispositif public qui se situe à la croisée de la politique de la ville et des politiques de santé, dont l'objectif est de contribuer à la réduction des inégalités sociales et territoriales de santé. L'ASV participe à l'amélioration de l'état de santé des populations et en particulier des habitants des quartiers les plus défavorisés, et vise à réduire les inégalités sociales et territoriales de santé. Porté par le CCAS de la ville de Cavailon, l'Atelier Santé Ville contribue à l'animation territoriale.

**04.90.78.03.45 / 06.01.70.58.46**  
asv@ccas-cavailon.fr

**Maison Sport Santé Cavailon**

Les Maisons Sport-Santé appartiennent à un réseau national reconnu par le Ministère des Sports et de la Santé. Initié en 2019, ce programme compte à ce jour environ 500 structures réparties sur le territoire français. Près de 360 000 personnes ont pu bénéficier d'un accompagnement vers l'activité physique à des fins de santé. Elles réunissent des professionnels de santé et du sport.

**Maison Sport Santé Luberon & Pays de Sorgues**  
393 Avenue Georges Clémenceau 84300 CAVAILLON  
maisonsportsante.lps@gmail.com

mercredi  
9 octobre 2024

Bougeons pour pas s'prendre le melon !

Site du Grenouillet - Cavailon  
de 14h à 17h

L'Atelier Santé Ville (CCAS) et la Maison Sport Santé vous proposent un **parcours d'Orientation** !

Autour d'un **quizz sur la santé mentale**, (re)découvrez le parcours d'orientation du site du Grenouillet !

**Animations, stands d'information**, en présence des partenaires jeunesse de la ville de Cavailon,

**Venez Bouger pour pas s'prendre le melon**

Renseignements au **04.90.78.03.45 / 06.01.70.58.46**  
asv@ccas-cavailon.fr  
(en cas de mauvais temps, la journée sera reportée le **16 oct. 24**)

## 6 | Les publics présents et leurs avis

La journée est une réussite. Au niveau des professionnels : **7 stands de partenaires et une quinzaine de professionnels**. Au niveau des participants, **62 bénéficiaires** (jeunes et adultes) dont :

- > Jeunes de la Mission Locale
- > Jeunes de l'Ecole de la deuxième chance
- > Jeunes du Programme de Réussite Educative
- > Familles du centre social municipal La Passerelle
- > Des adultes du Service Accueil de Jour (SAJ) de la structure A3 LUBERON
- > Des adultes du Groupe d'Entraide Mutuel Revenir vers les autres (GEM REVLA)

Les adultes des deux dernières structures (GEM et SAJ) ont participé grâce à la diffusion de cet évènement dans le programme départemental.

Une **vidéo a été réalisée par les jeunes de la Mission Locale du Luberon** pour revivre cette journée : « Retour en images sur l'opération "Bougeons pour ne pas s'prendre le melon !" qui s'est déroulée à Cavaillon le jeudi 17 octobre au Parc du Grenouillet ».

La vidéo est à retrouver ici : **Opération "Bougeons pour ne pas s'prendre la tête"**.

Prise de parole de deux jeunes participants, extraite de la vidéo :

« Aujourd'hui on fait une course d'orientation. **Je suis fière de moi** car je suis partie dernier et je suis arrivé premier. Cette course fait découvrir le parc et le côté un peu retiré [de ce parc] avec les chemins et les activités. **Pour avoir une bonne santé mentale (...), la musique, le sport, c'est ce que je propose et surtout savoir se remettre en question, prendre du recul, réfléchir à soi** ».

« Les balises nous donnent des questions sur la santé mentale et on doit y répondre. Le but c'est d'aller le plus vite possible mais doit quand même le faire correctement. **Honnêtement faudrait pas avoir honte d'aller chez les psychologues ou les psychiatres. Aller pas bien, je ne vais jamais dire que ce n'est pas grave mais il faut en parler, il ne faut pas le garder pour soi. Il y a des psychologues ou des personnes de confiance comme par exemple, tes parents, tes amis. Ils ne vont pas te juger. Et s'ils te jugent, c'est qu'ils ne sont pas faits pour l'écoute et là, qu'il faut aller chercher quelqu'un d'autre. Mais ce n'est pas grave, tu trouveras toujours quelqu'un.** »



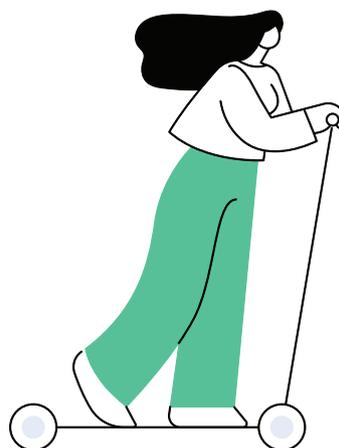
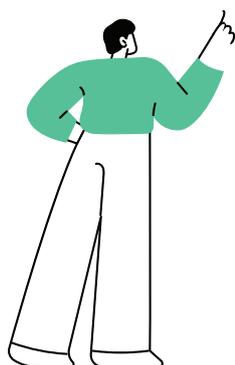
## 7 | Les retombées dans la presse

La valorisation de cet évènement a été faite sur les réseaux sociaux du CCAS et du Mission Locale, relayée par les services de communication de la ville Cavaillon et de la communauté d'agglomération agglomération (Lubéron Mont de Vaucluse LMV).

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

Parole de Cécile NEMROD, Coordinatrice Atelier Santé Ville,

“ Il n'y avait pas à proprement dit de collectif SISM sur notre territoire. Toutefois il y a des liens avec le collectif SISM porté par le CLSM d'Avignon. Nous participons à leurs réunions de travail et notre action a été publiée dans le programme SISM départemental. ”



## 9 | Perspectives pour 2025

Parole de Cécile NEMROD, Coordinatrice Atelier Santé Ville,

“ Grâce à l'ajout de cet évènement dans le programme SISM du département, d'autres acteurs ont pris connaissance des porteurs de projet SISM à Cavaillon et ont donc spontanément souhaiter rejoindre ce groupe de travail. Ainsi, pour 2025, il est prévu de proposer un évènement, inspiré de cette journée et d'ouvrir davantage au champ du handicap. Par ailleurs, nous souhaitons anticiper davantage la relation avec la presse et ainsi améliorer la couverture de cet évènement. ”

## L'ÉVÈNEMENT

« *Les foulées douces* »,  
à Montfavet, dans le Vaucluse (84)

Le collectif SISM de Vaucluse a organisé un événement en s'appuyant sur l'outil « GPS Anti-stigma »<sup>2</sup>. Pour la première fois, une course sportive, portée par une pluralité de partenaires, a été proposée.

Dans une ambiance conviviale et chaleureuse, le grand public, des personnes concernées par un trouble psychique, personnes en situation de handicap (etc.), ont participé à cet événement sportif et inclusif, dans un lieu habituellement stigmatisé.



2. Le GPS Anti-Stigma – Psycom – Santé Mentale Info



## 1 | Historique d'implication dans les SISM

Depuis 2019, le groupe de travail<sup>3</sup> est animé par le conseil local de santé mentale (CLSM) d'Avignon et la MDPH de Vaucluse. En 2024, il a souhaité se structurer, pour figurer comme **collectif SISM local** sur le site national ([www.semaines-sante-mentale.fr/les-sism/lescollectifs-sism-locaux/](http://www.semaines-sante-mentale.fr/les-sism/lescollectifs-sism-locaux/)) et gagner ainsi en visibilité. Il s'est doté d'une **charte**, largement inspirée de celle du collectif national. Voici un extrait de cette charte : « Les membres du collectif SISM s'engagent à :

- > Respecter les valeurs fondamentales des SISM.
- > Travailler dans un esprit de coopération et d'entraide.
- > Favoriser la participation des personnes vivant avec des troubles psychiques aux événements, de leur conception à leur mise en œuvre.

- > Se référer au collectif au moment de communiquer sur les événements et actions.
- > Contribuer à l'organisation et à l'évaluation des actions ».

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 ».

## 2 | Méthodologie au sein du groupe

La coordinatrice du CLSM assure 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.

**Parole d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,**

“ 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. ”

3. L'UNAFAM, l'association PREUVE (pairs aidants), le Centre Hospitalier de Montfavet, le CODES de Vaucluse, l'association addictions France (anciennement ANPAA84), la maison des adolescents, le CCAS d'Avignon, l'association ISATIS

L'outil GPS Anti-Stigma, développé par PSYCOM, est à retrouver sur :  
[www.psycom.org/agir/l'action-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/](http://www.psycom.org/agir/l'action-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**<sup>4</sup> 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 »<sup>5</sup> :

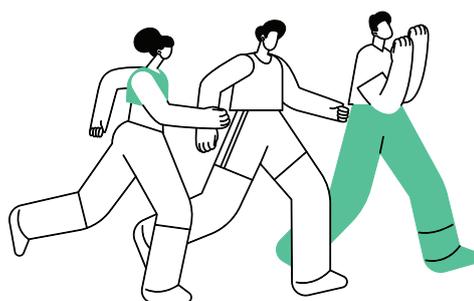
- > le coleadership par des personnes ayant une expérience vécue ;
- > le contact social ;
- > les partenariats inclusifs/collaboration significative.

C'est également la coordinatrice qui s'est chargée de l'inscription de l'évènement sur le site national des SISM et du report de son évaluation après les réunions de bilan.

### 3 | Création de l'évènement

Parole d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,

“ 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'évènement, 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. ”

4. [www.psycom.org/agir/l'action-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/](http://www.psycom.org/agir/l'action-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/)

5. [www.who.int/europe/publications/i/item/9789289061384](http://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289061384)

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. Comme la plupart des courses amateur et dans le but d'être accessible au grand public, les foulées douces ont été programmées un dimanche.

#### Les partenaires impliqués :

- > La Ville d'Avignon
- > Le Club sportif Avignon Montfavet athlétisme
- > L'association Hey ! Agroparc
- > L'association Vivre Doux'heureux
- > Le Comité départemental des sports adaptés de Vaucluse (CDSA84)
- > Le Club de triathlon du Pontet
- > Le centre hospitalier psychiatrique de Montfavet



#### Les objectifs de l'évènement :

- > Faire découvrir l'environnement du centre hospitalier de Montfavet
- > Déstigmatiser 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 d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,**

“ 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. ”

Le déroulement de l'action est à retrouver dans le bilan de l'édition 2024 des SISM

#### 4 | Mobilisation des ressources

Cet événement a bénéficié d'une subvention de délégation départementale de l'ARS, 1000 euros, qui a été utilisé pour financer l'orchestre et le speaker de la course, et aussi de dotations de partenaires de proximité. Ces dotations étaient des cadeaux en nature pour les gagnant.es :

- > L'orchestre national d'Avignon Provence : deux bons de deux places pour un concert
- > De la part de l'ESAT La Roumanière : deux paniers gourmands avec des confitures, produits locaux

Si les organisateur.ices souhaitent récompenser les participant.es ou les gagnant.es, le secrétariat général des SISM les invite à envisager **des lots relevant du réseau culturel de la ville, subventionné par celle-ci** (pass découverte de certains musées, cinémas, théâtres, etc.) ou **relevant de structures sportives à but non lucratif** (comme les associations).

En effet, les SISM étant un moment fort chaque année, certaines personnes/professionnel.les/entreprises/structures privées à but lucratif pourraient être **tentés de tirer profit de cette visibilité**. En effet, des personnes/structures ayant une activité libérale, commerciale ou promotionnelle, sous couvert de proposer des messages sur la santé mentale, pourraient profiter des SISM pour :

- > **Faire du « greatwashing »<sup>6</sup> ; ou du « mental health washing »**
- > **Faire connaître leurs activités et gagner en visibilité ;**
- > **Faire du rabattage de clientèle ;**
- > **Vendre leurs services.**

**Il paraît donc important de vérifier les intentions/ motivations de ces nouveaux acteurs de terrain.**

**Un document du secrétariat général, pour les organisateur.ices, précisant les vigilances et les risques à avoir dans le cadre des SISM, sera bientôt disponible.**

La chronométrie représentait le budget le plus important mais a été complètement couverte par la vente des dossards :

- > 6 € pour la marche
- > 8 € pour la course de 5,5kms
- > 10 € pour les 11 kms

**Les patients et résidents ne payaient pas et les professionnels accompagnant des patients ou résidents avaient leurs dossards pris en charge par l'hôpital.**

**Dans la mesure du possible nous invitons les organisateur.ices à proposer des évènements gratuitement. En effet, la gratuité fait partie du cadre éthique des évènements SISM.**

**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.)
- > 150 totes bags pour les participants avec logo du Centre hospitalier de Montfavet
- > 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.

6. Le « greatwashing » fait référence à la différence entre la réalité des organisations de travail au sein des entreprises et ce qui est communiqué, à l'image du « greenwashing » des entreprises sur l'écologie, disponible sur <https://www.latribune.fr/opinions/tribunes/qualite-de-vie-au-travail-bienvenue-dans-l-ere-du-greatwashing-814138.html>

- > 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.

**Parole d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,**

“ 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.** ”

## 5 | Le public présent et leurs avis

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 ;
- > Présence d'**élus** ;
- > Forte présence des acteurs du territoire : **entreprises de la zone d'Agroparc**, personnes accompagnées par le **pôle senior** du CCAS d'Avignon ;

- > Présence d'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 personnes hospitalisées.**

**Parole d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,**

“ 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. ”

Plusieurs partenaires ont permis **la mobilisation du public en situation de vulnérabilité.**

## **Le centre hospitalier psychiatrique de Montfavet**

- > 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.

**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 Doux et 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. Les participant.es 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.

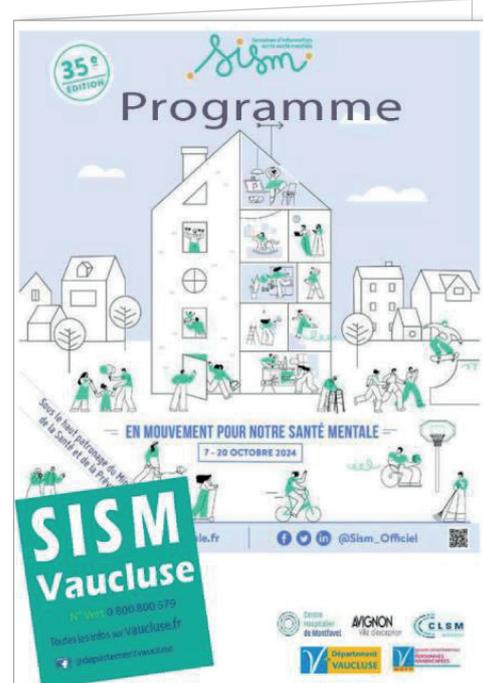


## 6 | La communication faite sur l'événement

Parole d'**Emmanuelle Faure**, coordinatrice CLSM d'Avignon,

« Dans les semaines qui ont précédé l'événement, **une série de publication** a été postée sur les réseaux sociaux sur le thème « il/elle participe aux SISM ». Elles ont pris la forme de **brefs portraits** dans lesquels le lien avec les Foulées Douces était présenté (par exemple, portrait du responsable de la salle de sport qui a soutenu l'événement, portrait du cadre de santé de l'hôpital de jour qui a accompagné des patients, etc.). »

Un programme SISM départemental a été édité dans lequel cet événement était mentionné, page 16. La communication a été relayée dans le journal municipal mais sans visuel.



Des partenaires privés comme l'association « Hey Agroparc ! » ou encore la société en charge du centre commercial Mistral 7 « Nhood » ont relayé l'information.

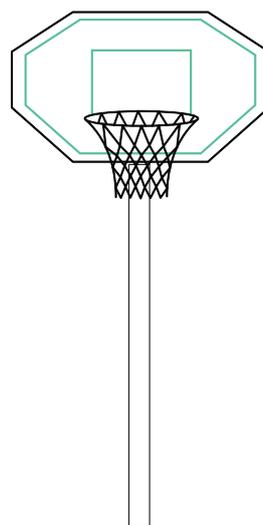
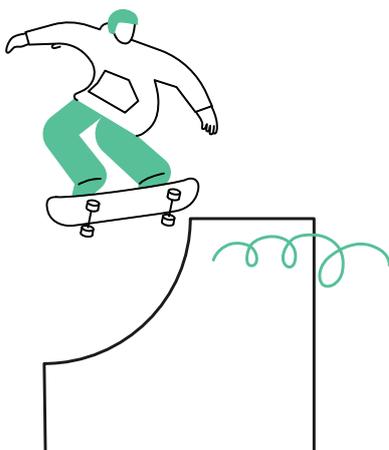
## 7 | Les retombées dans la presse

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

## 8 | L'impact de l'engagement dans les SISM sur le groupe de travail

Parole d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,

“ Les foulées douces et la thématique 2024 ont amené des partenaires à s'impliquer plus directement et de manière plus intense dans le collectif. Les liens se sont ainsi resserrés avec la Maison Sport Santé du territoire et le service des sports de la Ville. L'association Vivre Doux'heureux a également pris une place pérenne dans le groupe. **L'expérience partagée permet aujourd'hui d'envisager d'autres actions communes dans la période des SISM et au-delà.** ”



## 9 | Perspectives 2025

Parole d'Emmanuelle Faure, coordinatrice CLSM d'Avignon,

“ De façon unanime, les participants à l'événements se sont accordés pour renouveler l'expérience des Foulées Douces en 2025. Le bilan de l'édition 2024 nous a conduits à identifier les axes d'amélioration suivants :

- > Anticiper et mobiliser le plus en amont possible pour répartir le travail plus équitablement
- > 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. ”

## L'ÉVÈNEMENT

### « BOUGE TON MENTAL »,

à Veyne, dans les Hautes Alpes pour les jeunes (05)

Pour l'édition de 2024, le groupe de travail SISM porté par l'Unafam05 et la communauté de commune de Buëch Devoluy a imaginé une journée sportive avec de nombreux partenaires et en impliquant les jeunes dans la logistique de celle-ci.

### 1 | Historique d'implication dans les SISM

L'organisation des semaines d'information sur la santé mentale (SISM) a été initiée pendant 8 ans par le Codes 05 en partenariat avec l'Unafam 05 dans les Hautes Alpes. L'Unafam 05 a toujours été présente lors de l'élaboration du projet territorial en santé mentale (PTSM), et fait partie du bureau et des commissions en santé mentale. Suite au PTSM, l'agence régionale de santé (ARS) département 05 a nommé l'Unafam 05 comme organisateur principal, en collaboration avec la coordinatrice du PTSM depuis 2022. Une subvention de l'ARS a été accordée pour les SISM. L'ARS demande de sensibiliser les jeunes pendant les SISM.

L'Unafam 05 en partenariat avec l'association Isatis<sup>7</sup> et la coordinatrice du PTSM sont en charge de piloter la mise en œuvre des réunions pour l'organisation des SISM. La « Communauté de communes de Buëch Devoluy » (CCBD) fait partie du groupe de travail depuis 3 ans ainsi que le Proviseur du lycée professionnel de Veynes. La CCBD est représentée par la Directrice du service « d'aide aux habitants ». Le Codes 05 est disponible pour apporter son aide méthodologique et logistique (à travers la mise à disposition de salariés) dans l'élaboration des événements.



**Au gymnase régional à Veyne**  
Jeudi 17 octobre 2024 à 11h30

- Journée sportive (20 sports) : escalade, badminton, basket, etc.
- Ateliers de sensibilisation sur la santé mentale : quizz, jeux, etc.
- Ateliers de sensibilisation au tri des déchets et au risque incendie

#### Composition du groupe de travail depuis 3 ans :

- UNAFAM 05
- Coordinatrice du PTSM
- Cheffe de service ISATIS
- Directrice du service d'aide aux habitants (CCBD)
- Proviseur du lycée professionnel de Veynes
- Educatrice spécialisée service prévention SAH-CCBD

Des programmes SISM ont été proposés en 2022, puis en 2023 (7 événements). En 2024, à partir de la thématique : « En mouvement pour notre santé mentale », l'action « Bouge ton mental » a été créée.

7 . [www.isatis.org](http://www.isatis.org)

## 2 | Méthodologie au sein du groupe

L'UNAFAM 05, au côté de la coordonnatrice du PTSM et de la cheffe de service ISATIS animent les réunions. C'est à la première réunion que **les rôles sont répartis** (contacter les partenaires, faire les devis, les CR, etc.). Les comptes rendus sont rédigés par l'unafam 05 et la personne ressource de la CCBD.

Toutes les réunions se font en physique et le reste des échanges par mail. Le nombre de réunions varie en fonction des besoins. En 2024, 4 réunions ont eu lieu.

La première réunion a eu lieu à partir de juin car l'UNAFAM 05 s'investit dans les SISM sur d'autres territoires sur le département et commence, pour ces dernières, des réunions dès le mois de février. Les 4 réunions ont eu lieu : en juin, en juillet, fin août et en septembre. La première réunion sert à **amorcer une réflexion commune** sur le thème de l'édition grâce à l'argumentaire<sup>8</sup> de l'année. Les SISM étant connues sur le territoire, un certain nombre de partenaires viennent spontanément vers l'UNAFAM 05 pour participer au groupe de travail ou c'est le groupe de travail qui se charge d'inviter d'autres partenaires.



## 3 | Création de l'événement

**Lors de la première réunion**, il a été acté que des activités sportives adaptées au gymnase de la ville de Veynes seront proposées. C'est la personne de la CCBD qui se propose de contacter le responsable de l'Office Municipal des Sports de Veynes afin d'arrêter des dates concernant la disponibilité du gymnase. C'est

dans ce cadre qu'il a été invité à rejoindre le groupe de travail.

Les partenaires potentiels ont été listés afin d'être contactés pour proposer leur participation au groupe de travail et à la journée SISM :

- > Le Comité des sports adapté
- > Le centre sportif du Dévoluy
- > Le CMP (Centre médico-psychologique)
- > Le CODES 05 (Comité départemental d'éducation pour la santé des Hautes Alpes)
- > Le Service Départemental d'Incendie et de Secours (SDIS)
- > L'ambassadrice du tri à la CCBD
- > Educatrice spécialisée en prévention au pôle/service d'aide aux habitants (SAH) de la communauté de commune Buech Devoloy (CCBD)
- > La communauté territoriale de santé Buech Dévoluy (CPTS)
- > La maison des adolescents
- > Le CSAPA (centre de soins et d'accompagnement en addictologie)
- > Le DAHLIR : service d'aide aux personnes handicapées à avoir une activité sportive adaptée (participation au COPIL mais non présent le jour de l'événement)

Un mail personnalisé a été envoyé à chacun des partenaires potentiels avec :

- > Une description des SISM et l'annonce du thème
- > Un extrait de l'argumentaire
- > Une description de l'événement et des objectifs
- > Une description des rôles que chacun pourrait jouer.
- > Et, en pièce jointe, l'argumentaire complet

Les partenaires ont confirmé par mail leur participation. Au total, 14 partenaires ont été mobilisés

**Lors de la deuxième réunion** : les dates de disponibilité du Gymnase étaient connues. La date de l'événement a été fixée au jeudi 17 octobre, au Gymnase de Veynes. Pendant cette

8 . A retrouver ici : <https://www.semaines-sante-mentale.fr/sism-2025/les-sism-2025/>

deuxième réunion le public jeune a été choisi. C'est pourquoi, pour mobiliser ce public, c'est la directrice du service d'aide aux habitants qui a proposé de demander à l'éducatrice spécialisée en prévention du pôle Service d'aide aux habitants (SAH) de la CCBD de parler aux chefs d'établissements des collèges des villes environnantes.

A la suite de ce deuxième COPIL, un mail a été envoyé pour construire un tableau récapitulatif dans l'objectif de construire un préprogramme. Les partenaires devaient répartir leurs temps d'interventions sur la journée dans un tableau, indiquer leurs besoins de matériel ainsi que le nombre de personnes accepté par atelier. L'objectif étant de répartir les élèves selon un programme et des horaires.

**Lors de la troisième réunion**, l'éducatrice spécialisée a bien contacté les collèges environnants. Une confirmation du tableau récapitulatif est faite.



**Lors de la 4<sup>ème</sup> réunion**, un logo a été créé et le nom de la journée a été trouvé « Bouge ton mental ».

L'organisation logistique a été finalisé :

- > Affectation de deux cars, pour faire venir les élèves venant des collèges environnants.
- > Une participation des jeunes du lycée professionnel est prévue. Des jeunes seront présents toute la journée et en amont pour l'organisation (une vingtaine d'élèves) :
  - Assurer l'accueil et l'orientation des autres élèves dans le gymnase et ses annexes
  - Distribue le programme
  - Aider au service café

- > Ces jeunes auront des chasubles afin d'être reconnus : une vingtaine de chasuble avec le logo « Bouge ton mental » sont commandés pour les élèves du lycée pro
- > Une prévision de participation est réalisée donnée par l'éducatrice spécialisée (50 élèves de 4<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> des collèges de Serres, 50 élèves de Laragne, 50 élèves du collège de Veynes, 50 du lycée pro de Veynes).
- > Les demandes auprès des prestataires de faire des devis sont faites pour les cars et les chasubles.
- > La boîte à outils, présente dans le guide méthodologique des SISM 20241, a été transmise aux jeunes et professionnels de l'éducation nationale.
- > Un buffet pour les intervenants est prévu, les élèves devant prévoir leur déjeuner.
- > Un goûter leur sera proposé avant de reprendre le car.
- > Un flyer programme de la journée pour les élèves est rédigé et a été envoyé pour qu'il soit distribué dans les établissements et par mail aux enseignants.

Parole de Michel Ricou Charles, Président de la communauté de communes Buëch Devoluy,

“ Dans le cadre de la semaine de la santé mentale (SISM), la communauté de communes Buëch Devoluy et le pôle service aux habitants ont mis en place, avec différents partenaires, cette journée à destination des jeunes de plusieurs territoires (...) sous forme de différents ateliers (20taine d'ateliers) : sport adapté, escalade, etc.

**Un parcours** a été organisé et chaque jeune/adolescent a pu se rendre compte de tous les services qui étaient déployés, pour que la santé mentale de nos jeunes, qui est en grande difficulté (...) trouvent un point d'accroche et un nouveau départ pour améliorer la santé mentale **qui est une préoccupation de nos services dans le cadre de l'exercice de nos compétences.** ”

#### 4 | Mobilisation des ressources

D'un point de vue financier :

- > Mise à disposition gratuitement du gymnase régional de Veynes et de ses annexes.
- > Accueil Café avec viennoiseries offert par la CCBD
- > Goûter offert par le responsable des sports de Veynes
- > Prise en charge des frais de transport des élèves en car par l'Unafam 05

Pour la communication :

- > Logo qui existait et en droit libre
- > Création de chasubles avec logo par l'Unafam 05
- > Création d'un flyer par la communauté de communes
- > Impression des flyers par les établissements scolaires



#### 5 | Les publics présents et leurs avis

Un film réalisé gratuitement par Cyrill Noyal qui est assistant d'éducation au lycée professionnel de Veynes. Ce film est libre de droit :

<https://paf.sictiam.fr/download/32f10ad322814293/#WI5dwoRLR7-8yMurqfmTew>

(vidéo à télécharger)

On y retrouve des propos de jeunes ou de professionnels ou élus présents à cette journée.



“



> 200 élèves dont 10 accompagnants

Voici quelques témoignages de participant.es :

**Participante :**

« J'ai fait une phobie scolaire (...) à cause d'une chose qui s'est passée (...). Je suis stressée aussi donc ça affecte mon mental. Je trouve que le sport c'est un échappatoire : quand tu es mal dans ta tête, tu te défoules physiquement. Après il n'y a pas que le sport, il y a

beaucoup de chose mais je trouve que le sport est très lié à la santé mentale. »

**Un jeune faisant de l'escalade (sécurisé), parlant avec un grand sourire :**

« Je me suis explosé le genou. J'étais là-haut, j'ai voulu sauter et mon genou a lâché. Donc je suis tombé. En fait, j'ai des problèmes de genou, c'est pour ça, de base, je fais rarement du sport ».

“



> 24 professionnels mobilisés, représentant 14 partenaires

Un professionnel devant les jeunes :

**« Bon les jeunes : s'il y a 3 choses à retenir :**

> La première, c'est quand même et ça rigole pas là, le suicide. C'est l'une des 1<sup>ère</sup> causes de mortalité chez les 12/25 ans. Donc si on peut éviter, c'est bien. Du coup, la dépression, c'est chouette si on peut la repérer, c'est chouette si on arrive à parler. *Il y a des lieux pour ça.*

> Deuxième chose : il y a les Maisons des adolescents (MDA), Centre médico psychologiques (CMP), la pédopsychiatrie, la médecine générale, des adultes au lycée. *Parlez-leur de vos souffrances.*

> Pour terminer : on est tous fou. C'est pas la question d'être fou ou pas. Car on est tous fou, le fou d'un autre, à des degrés différents. La question c'est : *Est-ce que je souffre ? Si on souffre, c'est pas normal ».*



**4 élus étaient présents :**

- > Communauté de communes Buëch Dévoluy Président, **Mr Michel Ricou-Charles**
- > Communauté de communes Buëch Dévoluy vice-président, **Mr Gérald GRIFFIT**
- > Communauté de communes Buëch Dévoluy Directrice Pôle Services aux habitants, **Mme Patricia Cardoso**
- > Députée Hautes Alpes, **Mme Marie-José Allemand**

**Parole Patricia Cardoso, pôle service aux habitants, de la communauté de communes de Buëch Devoluy,**

“ C’est une journée qui nous tient vraiment à cœur. Car on a fait le constat que la santé mentale se dégrade depuis quelques années et notamment chez les jeunes. Donc il ne faut pas qu’on reste sans rien faire. A côté de toutes les actions et des dispositifs qui existent : c’est de faire de la sensibilisation. Si aujourd’hui, on aura essaimé une petite graine dans la tête des jeunes, peut-être qu’on pourra éviter certaine chose. En tout cas, on a cet objectif. ”

**6 | La communication faite sur l'événement**

L'Unafam 05 et la directrice du service pôle aux habitants Buech Dévoluy ont lancé un communiqué de presse en septembre avec les logos des partenaires organisateurs afin d'inviter les médias et les élus le jeudi 17 octobre. Ce communiqué de presse présentait les autres événements sur le département. Celui-ci a été rédigé en s'appuyant sur le communiqué de presse national<sup>9</sup>.

Des flyers correspondants ont été réalisés et ont été diffusé par mail aux partenaires pour les autres événements. La journée du jeudi 17 octobre au Gymnase de Veynes n'est pas ouverte au public, car elle est uniquement réservée aux élèves des collèges et lycée ciblés.

**7 | Les retombées dans la presse**

« **Veynes. Santé mentale : déstigmatiser et sensibiliser** »

« *Nous ferons de la santé mentale la Grande Cause nationale 2025* » a affirmé le Premier Ministre Michel Barnier lors de son discours de politique Générale. Du 7 au 20 octobre s'est tenue la 35<sup>ème</sup> édition des Semaines d'informations sur la santé mentale (SISM) durant laquelle le Pôle services aux habitants de la communauté de communes Buëch-Dévoluy et ses partenaires ont organisé une journée intitulée « *bouge ton mental* » à destination des collégiens pour les sensibiliser aux bienfaits de l'activité sur l'esprit.

**Alpes midi du 23/10/2024**



9 . « Sensibiliser et informer pour déstigmatiser les problèmes de santé mentale »

Harmoniser le corps et l'esprit : c'est ce qu'écrivait le médecin et philosophe grec Hippocrate au IV<sup>e</sup> siècle avant notre ère. Il en était question dans les messages diffusés aux 200 élèves des collèges de Veynes, Serres, Laragne qui ont pu participer à cette journée de sensibilisation d'information sur la santé mentale, durant leur temps scolaire : ateliers sportifs, bien-être et également la diffusion du film « Le combat Ordinaire » porté par le comité départemental du sport adapté. Patricia Cardoso en charge du pôle services aux habitants : « Nous portons une attention particulière à la santé mentale des jeunes. On a fait le constat, qui est partagé par nos autres partenaires de travail, que depuis les confinements successifs, on a plus de jeunes en situation de phobie scolaire, de dépression, avec un mal-être. Cela fait quelques années que l'on s'inscrit dans cette semaine d'information sur la santé mentale » qui est portée par l'Unafam05 et Isatis, et financée par l'ARS. « Et le fait que les chefs d'établissement aient permis dans leur organisation de libérer des élèves sur le temps scolaire, montre l'intérêt qu'ils ont pour ce sujet parce qu'ils en ont fait ce constat aussi dans leurs établissements ». Les petits groupes de collégiens conduits par les 15 lycéens en bac pro section métiers de l'accueil du lycée professionnel Pierre Mendès-France...

**Alpes midi du 23/10/2024**

**Trois événements autour du sport et de la santé mentale**

**Le Dauphiné libéré**

## **8 | L'impact de l'engagement dans les SISM sur le groupe de travail**

L'intérêt de l'engagement des SISM est multiple.

**Parole Veronique Eliot, en charge des SISM pour l'UNAFAM 05,**

“ Le thème permet de sensibiliser les professionnels et les publics. Les SISM contribuent à porter à la connaissance des bénéficiaires les ressources disponibles localement. Les professionnels travaillent et collaborent ensemble et permettent donc une véritable interconnaissance entre les différentes ressources du territoire. Les bienfaits du travail partenarial élaboré dans les SISM dépassent le cadre des SISM puisque la communauté de communes a proposé à l'UNAFAM de faire une permanence dans leurs locaux municipaux ainsi qu'à ISATIS. Ces deux permanences sont disponibles. ”

## **9 | Perspectives 2025**

La porteuse de projet pour l'UNAFAM émet plusieurs objectifs :

- > Continuer la sensibilisation sur la santé mentale auprès des jeunes et des adolescents dans les collèges et lycées ;
- > Poursuivre la sensibilisation à la santé mentale des élus, et commencer celle des pompiers, de la gendarmerie et de la police ;
- > Avec la suppression de la subvention ARS, il est nécessaire de repenser des actions ;
- > Améliorer la communication médiatique, et sur les réseaux sociaux.

Sur l'aspect méthodologique :

- > Anticiper l'évaluation réalisée auprès des partenaires
- > Ajouter l'évaluation des participants (au moins satisfaction)

## L'ÉVÈNEMENT

### LA SOIRÉE « VIENS DANSER SUR LA GLACE »,

à Troyes, dans l'Aube pour les jeunes (10)

À la Patinoire des 3 Seine à Troyes, le 16 octobre 2024, une soirée étudiante organisée par le service Vie Etudiante de Troyes Champagne Métropole en partenariat avec la Ville de Troyes et la CVEC, dans le cadre d'un événement SISM particulièrement original, a eu lieu.

500 étudiants étaient présents, de 19 h30 à 22 h30. La soirée « Viens danser sur la glace » a été l'occasion de parler de santé mentale de manière ludique : stands de prévention, quiz sur la santé mentale et remise de goodies pour prendre soin de soi, le tout ambiancé par un DJ local.



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

Auparavant portées par l'UNAFAM et l'EPSMA (établissement publique de santé mentale de l'Aube), les SISM sont portées, à l'échelle du département, par un des groupes actions du PTSM 101, depuis 2023. Ce « groupe action » du PTSM 10<sup>10</sup> est porté par le centre médico-psycho-pédagogique (CMPP) de l'association sociale et sanitaire de gestion dans l'Aube

(ASSAGE) et la direction de la communication des Hôpitaux Champagne Sud (HCS).

En 2023, plus de 10 thématiques abordées « à tous les âges de la vie ma santé mentale est un droit » qui ont mobilisé 368 participants et impliqué plus de 25 partenaires.

#### Parole de la coordonnatrice du PTSM 10 :

“ La thématique des SISM 2024 a été particulièrement inspirante permettant de toucher un public plus vaste, via une action originale et de développer la connaissance de ces semaines au grand public. ”

### 2 | La méthodologie de projet au sein du groupe

Le groupe de travail pour les SISM 2024, a démarré en janvier 2024. Le portage par le PTSM facilite la mobilisation de nouveaux acteurs. Le groupe de travail se réunit mensuellement pour construire sa programmation. Le groupe utilise des compte rendus, rédigés après chaque réunion, un dossier collaboratif, et échangent par mail.

Pour construire les actions, le groupe de travail s'appuie sur les ressources du collectif national des SISM (argumentaire, guide méthodologique...) et cherche à coller au plus près à la thématique annuelle des SISM : « En mouvement pour notre santé mentale ».

10 . Composition du groupe action du PTSM 10 : AFG Autisme / APEI / Conseil Départemental de l'Aube / CMPP ASSAGE/ CREHPSY Grand Est / DSDEN/ EPSMA / HCS/ LADAPT Aube / MSA Services (porteurs des coordinations de CLS) / La Ville de Romilly-sur-Seine (CLS)/ Promotion Santé Grand Est / Maison des étudiants de Troyes Champagne Métropole (service à la Vie étudiante) / La Direction Santé Publique de la Ville de Troyes et de Troyes Champagne Métropole (incluant le CLS) et l'UNAFAM.

Le chef de projet pour chaque action est choisi en fonction des envies et des opportunités de chacun et des priorités d'action. Ainsi, des sous-groupes sont créés en fonction de chaque action.

Le préprogramme a été finalisé pour le début de l'été afin de permettre la réalisation d'un programme complet pour le département et ainsi permettre la diffusion de ce dernier dès la rentrée de septembre.

### 3 | La création de l'événement

Dans le cadre de la 1<sup>ère</sup> édition de la semaine de la santé mentale organisée par la Ville de Troyes et portée par sa direction santé, un partenariat avec le service Vie étudiante de Troyes Champagne Métropole s'est créé. Le thème des **SISM 2024** étant centré sur le mouvement et le sport, le **service Vie Etudiante de la Maison des étudiants** a imaginé une action en lien avec le patinage.

Pour l'action « **VIENS DANSER SUR LA GLACE** », différents partenaires ont été mobilisés : Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM), Université Reims Champagne Ardenne (URCA), Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM), IDEO (EPSMA) – Informer Désigmatiser Evaluer et Orienter (dispositif en santé mentale chez les jeunes). **Ce sous-groupe de travail a toujours été en lien la coordonnatrice du PTSM de l'Aube, en charge de la coordination des SISM sur le département.**

Les objectifs de la soirée sont :

- > Promouvoir la santé mentale en offrant un temps de convivialité et d'échanges de manière ludique et participative.
- > Lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques.

Plusieurs animations ont été pensées pour répondre à ces objectifs :

- > Des stands d'informations tenus par les partenaires : Unafam, addictologue
- > Un mur d'expression proposé par le IDEO

Un DJ accompagnera toute la soirée.

Extrait du programme SISM dans l'AUBE :



#### **4 | Mobilisation des ressources**

Il restait pour 2024 un reliquat du financement apporté par la Fondation de France pour les SISM 2023. Par ailleurs, l'ARS cible des crédits pour le PTSM 10. Ainsi, le PTSM bénéficie d'un crédit de 1500 euros en 2024 qu'il a fléché pour des actions SISM. Cette somme a été utilisée pour financer les collations sur tous les événements SISM du département.

La Patinoire des 3 Seine, le matériel (patins...) ont été mis à disposition pour l'évènement. L'action était gratuite pour les jeunes. Sur place, des mises à disposition de bénévoles ou de professionnels (dont la présence d'agents de sécurité), par les différents partenaires de l'action, ont permis de réaliser cette soirée.

#### **5 | La communication faite sur l'évènement**

Une affiche a été créée par le service communication de Troyes Champagne Métropole.

Pour créer le programme complet de communication en version numérique, une alternance entre les porteurs de projet permet de prendre en charge les frais de création, d'une année sur l'autre.

Une fois la version créée, chaque partenaire doit imprimer et diffuser sur ses propres réseaux. Le groupe de travail mène une réflexion pour répartir les communications.

La communication sur le programme des SISM a été faite sur les sites internet de chaque partenaire (dont les établissements d'enseignement supérieurs), les réseaux sociaux, dans les « Maisons pour tous », les pharmacies, les bibliothèques, les maisons de santé, quelques cafés/restaurants, sur les panneaux numériques de la Ville de Troyes.

La communication a été relayée également sur le journal local et une radio locale.

#### **6 | Les publics présents et leurs avis**

Les étudiants étaient plus de 500 étudiants. Les étudiants étaient très contents de se retrouver dans une ambiance chaleureuse et bienveillante. La soirée s'est déroulée en toute sérénité.

#### **7 | Les retombées dans la presse et sur les réseaux**

Des articles dans la presse locale sur quelques événements des SISM mais pas spécifique à cet événement. Différentes publications ont été réalisées sur les réseaux de Troyes Champagne Métropole pour réaliser un retour en images de l'évènement. Ces publications ont été commentées et relayées par les différents intervenants.

**V.Colin - Troyes Champagne Métropole**



## 8 | L'impact de l'engagement dans les SISM sur le groupe de travail/ collectif SISM local

### Parole de la coordonnatrice du PTSM 10 :

“ Aparavant, il y avait une réticence pour faire des animations sur la santé mentale et d'apposer les termes « santé mentale » dans les actions par les partenaires. Aujourd'hui, il y a une forte volonté sur le territoire de travailler les enjeux de santé mentale et de rendre visible ce sujet. Grâce aux ouvertures des thématiques SISM, la typologie d'action change et la mixité des publics est rendue possible comme en témoigne l'action « viens danser sur la glace ». Il y a aujourd'hui une vraie dynamique avec les anciens partenaires et ceux qui nous rejoignent spontanément, ou qui font suite à nos sollicitations. ”

Le groupe action PTSM avait souhaité pour cette année 2024 toucher l'ensemble du territoire aussi bien la partie urbaine de l'agglomération que la ruralité. La 1<sup>ère</sup> semaine a été dédiée à un tour de l'Aube et la 2<sup>ème</sup> semaine consacrée à Troyes et son agglomération. Les actions ont permis de toucher du grand public, des professionnels mais aussi des personnes concernées. La thématique de 2024 a favorisé grandement cette réussite ».

## 9 | Perspectives pour 2025

### Parole de la coordonnatrice du PTSM 10 :

“ Les jeunes ont réclamé que l'action « danser sur la glace » soit réitérée. La soirée patinoire, organisée par le service Vie étudiante de Troyes Champagne Métropole, est prévue dans les SISM 2025 : « Pour notre santé mentale réparons le lien social

Pour améliorer la sensibilisation à la santé mentale, de nouvelles animations grâce à la mobilisation de nouveaux partenaires comme Addiction France, Nightline, sont prévues. L'équipe IDEO sera de nouveau présente et proposera le jeu « d'accord/pas d'accord<sup>11</sup> ». En effet, dans la file d'attente de la patinoire, de nombreux échanges avec les jeunes peuvent avoir lieu.

**Sur le territoire, la dynamique SISM continue avec la création de collectif SISM locaux ». ”**

**Cette action a été évaluée sur le site des SISM**

---

11. <https://www.lecrips-idf.net/jeu-prevention-sante-mentale-d-accord-pas-d-accord>

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

**Rédaction** : Anne Nombrot (PSYCOM),  
Responsable du Secrétariat général du Collectif national des SISM

**Conception graphique** : Marie Facundo (ATRT Paris)  
Réalisé avec le soutien de la MGEN

**Illustration** : Mathilde Fournier

### Contact

Secrétariat du Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 [sism.contact@gmail.com](mailto:sism.contact@gmail.com)

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

@Sism\_Officiel

Semaine d'information sur la santé mentale (SISM)

### MEMBRES DU COLLECTIF NATIONAL

