

Service de Presse

Rennes, Ville et Métropole

Tél. 02 23 62 22 34



@Rennes_presse

Mercredi 13 mars 2019

«La santé mentale à l'ère du numérique»

Semaine d'information sur la santé mentale

Du samedi 16 mars au vendredi 5 avril 2019

Les semaines d'information sur la santé mentale, événement national organisé chaque année au mois de mars, sont des temps dédiés à l'échange, au débat et à l'innovation autour d'une thématique en lien avec les questions de santé mentale. Les partenaires rennais saisissent ainsi l'opportunité de participer à la "déstigmatisation" et à l'information en santé mentale en organisant, du 16 mars au 5 avril, la 30^{ème} Semaine d'information sur la santé mentale. Cette année, le thème retenu porte sur "la santé mentale à l'ère du numérique" et servira de fil rouge pour les nombreux rendez-vous proposés : débats, conférences, projections...



La santé mentale à l'ère du numérique

Les progrès des technologies de l'information et de la communication (TIC) ont touché toutes les sphères de la société et la santé mentale est aussi concernée par ce virage numérique. Internet est un lieu d'information, d'entraide, et de plus

en plus de technologies peuvent désormais être employées au service de la santé mentale : l'Organisation Mondiale de la Santé parle ainsi de la e-santé mentale, définie comme "les services du numérique au service du bien-être de la personne".

Mais l'évolution des usages des technologies de l'information et de la communication peut aussi être une source potentielle de mal-être : cyberharcèlement, cyberdépendances à tous les âges de la vie... À cela s'ajoute une vigilance particulière nécessaire face à la surproduction et la surconsommation d'informations de qualité variable.

Cette 30^{ème} édition de la Semaine d'information sur la santé permettra de se pencher sur cette problématique et d'aborder de nombreuses questions : Quels sont les bénéfices et les risques des dispositifs d'e-santé ? Comment les TIC peuvent-elles influencer sur notre bien-être psychique ? Quels sont les problèmes liés à l'usage de ces technologies ? Quel est l'impact des médias numériques sur les personnes concernées par les troubles psychiques ?

Les temps forts du programme

Le programme complet est disponible [ici](#).

On a tous une santé mentale

Le collectif de la Semaine d'information sur la santé mentale et ses partenaires proposent aux Rennais de débattre, de s'informer et de s'amuser pour faire évoluer les représentations sociales de la santé mentale. Une invitation à partager un moment convivial avec la mise à disposition de jeux-vidéo coopératifs, de temps d'échanges, et la présence du duo théâtral *Psycomédie* !

Samedi 16 mars, de 11 h à 17 h. Place de la Mairie.

Rencontre plénière du Conseil rennais de santé mentale

Lors de cette rencontre annuelle ([lien vers l'ordre du jour](#)) les citoyens rennais (usagers, élus, professionnels, bénévoles) sont invités à s'informer et échanger pour contribuer au développement de la politique locale de promotion de la santé mentale. Cette année seront proposés des temps de conférences, de rencontres et la mise en lumière d'expériences autour de la question de la santé mentale à l'ère du numérique.

Mardi 26 mars, de 9 h à 14 h. Maison des associations, 6 cours des Alliés. Inscription préalable : <https://framaforms.org/rencontre-pleniere-du-conseil-rennais-de-sante-mentale-2019-1551782939>

Conférence sur les dangers du numérique : mythes et réalités

Troubles du sommeil, obésité, désocialisation, addiction... autant de symptômes ou de représentations que l'on relie aujourd'hui à un usage excessif du numérique. Qu'en est-il ? Quel est l'effet du numérique sur nos comportements ?

Yann Leroux, psychologue et psychanalyste, spécialiste du monde numérique résume les connaissances actuelles et donne des outils pour remettre en question les nombreuses idées reçues.

Mercredi 27 mars, à 18 h 30. Les Champs Libres.

À propos de la Semaine d'information sur la santé mentale

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, collectivités, associations et professionnels organisent des actions d'information et de réflexion à travers toute la France. Ces actions poursuivent cinq objectifs :

- Sensibiliser le public aux questions de santé mentale.
- Informer, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale.
- Rassembler par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
- Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
- Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Fort de un réseau dense et dynamique d'acteurs autour de la santé mentale, la Ville de Rennes soutient chaque année cet évènement national.

→ À propos du Conseil Rennais de santé mentale

Créé par délibération du Conseil Municipal, le Conseil rennais de santé mentale a été installé le 1^{er} avril 2010 et a acté la volonté de coopération des élu(e)s, de l'ensemble des acteurs publics, privés, associatifs ainsi que des usagers (association de patients et de familles) et des habitants. Il se définit comme une plateforme de concertation et de coordination ayant pour objectif de définir des politiques locales et des actions permettant l'amélioration de la santé mentale de la population.

- Plus d'informations avec la [Charte du conseil Rennais de santé mentale](#).

Pour une meilleure prise en compte de la santé mentale dans la ville

En lien avec les orientations nationales et régionales de santé publique, la Ville de Rennes mène des actions de proximité en faveur de la santé, dans une logique de concertation et de mobilisation des partenariats, afin de réduire les inégalités sociales et territoriales de santé et rendre chacun acteur de sa santé. Le Plan local de santé rennais constitue le cadre d'actions des services de la Ville dans ce domaine.

La Ville de Rennes fonde son action en faveur de la santé sur une approche positive et très large de la santé qui la situe bien au-delà de l'absence de maladie. Ainsi, chercher à améliorer la santé pour tous, c'est agir sur les facteurs qui influencent l'état de santé des habitants : conditions de vie et de travail, qualité de l'environnement et des relations sociales, etc.

La santé mentale a donc toute sa place dans cette approche. *é"*. Garante de l'intérêt général et du vivre ensemble sur son territoire, la Ville de Rennes est fortement engagée en faveur d'une meilleure prise en compte de la santé mentale dans la ville. Cet engagement repose sur plusieurs axes :

- Promouvoir une dynamique d'insertion dans la Cité
- Favoriser la coopération et la complémentarité entre les acteurs du territoire
- Promouvoir l'accès aux soins et aux droits.

Pour plus de détails, consulter la brochure éditée par la Ville de Rennes ([Plan Local de Santé de la Ville de Rennes, Pour une meilleure prise en compte de la santé mentale dans la ville](#)).

Pratique

- [Programme](#)
- [Pour une meilleure prise en compte de la santé mentale dans la ville.](#)
- [Charte du Conseil rennais de santé mentale](#)