

Pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement

10 > 20 octobre
2022



- * Échanges
- * Rencontres
- * Infos
- * Spectacles
- * Ciné-débat

**Semaines d'information
sur la santé mentale #33**

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), sont organisées chaque année dans toute la France pour informer, débattre et construire autour d'une thématique commune.

Cette année, les échanges aborderont le thème : « Pour ma santé mentale, agissons pour notre environnement ».

La crise sanitaire et les confinements successifs ont révélé à quel point notre environnement physique et social a un rôle important sur notre équilibre psychique. L'environnement physique renvoie à l'environnement immédiat (le logement...), plus large (l'aménagement des communes...) ou encore plus lointain (la planète et la crise écologique actuelle). L'environnement social comprend les relations sociales et les milieux culturels dans lesquels les personnes fonctionnent et interagissent.

Alors en quoi les environnements dans lesquels nous vivons, évoluons, ont-ils un impact sur notre santé mentale ? Nous comptons sur votre présence et votre participation pour faire avancer nos réflexions.

Nous dédions cette édition à Dominique Launat qui a participé à la création du collectif SISM et œuvré en son sein depuis 1983.

LE COLLECTIF SISM DE RENNES

Français simplifié



Pour faciliter la lecture du programme des SISM, ce document contient, pour chaque évènement, une traduction en français simplifié signalée par ce logo. Chaque texte a été retravaillé par Aurélie Chasles spécialisée dans le facile à lire et à comprendre.

Pour en savoir plus : www.aureliechasles-falc.fr



Quand vous voyez ce dessin, le texte est en français simplifié.



Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale, c'est quoi ?

La santé mentale, c'est se sentir bien.

Chaque année, il y a les Semaines d'Information sur la Santé Mentale en France.

C'est pour débattre, s'informer et réfléchir sur le thème de la santé mentale.

Cette année, les associations et partenaires ont réfléchi à la santé mentale et son environnement.

L'environnement, c'est le lieu où on vit, notre logement mais aussi la planète.

Quel est le lien entre la santé mentale et l'environnement ?

Pendant ces semaines, il y a des débats, des projections, des rencontres.

Lundi 10 octobre

14h à 16h • Vernissage

Pour ma santé mentale, je nettoie mon quartier

Une action de ramassage de déchets, initiée par plusieurs partenaires, a eu lieu dans le quartier du Blosne. Des photographies ont été capturées et des créations artistiques, composées des déchets récoltés, ont été produites par des usagers d'établissements et services d'aide par le travail et d'un hôpital de jour.

Ce vernissage sera l'occasion de présenter les Semaines d'Information sur la Santé Mentale, l'exposition photos, les œuvres produites et la démarche créative.

L'exposition sera disponible du 10 au 24 octobre dans le hall du centre social Ty-Blosne puis circulera dans différents lieux le reste de l'année (médiathèque du Volume, les institutions de soins, établissements et services d'aide par le travail...).

*** Avec la présence de :**

Professionnels des Établissements et Services d'Aide par le Travail (ESAT), Les Ateliers de l'Espoir, UTOPI St Jacques et UTOPI l'Hermitage, d'infirmières du Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel (CATTP) La Sauvaie et de l'Hôpital de jour de la Thébaudais, Aiguillon Construction, ATYPlcK et le Centre Départemental d'Action Sociale (CDAS) du Blosne



En septembre, des personnes ont ramassé des déchets dans le quartier du Blosne.

Des photos ont été prises pendant le ramassage.

Des personnes d'Établissements et Services d'Aide par le Travail (ESAT) et d'un hôpital de jour ont créé des œuvres avec ces déchets.

Pendant ce vernissage, on peut voir les photos et les œuvres.

Il y a aussi une présentation des Semaines d'Information de la Santé Mentale.

*** Où ?**

Centre social Ty-Blosne
Hall, 7 boulevard
de Yougoslavie, Rennes

 **Métro** : arrêt
Le Blosne ou Triangle

 **Bus** : 13, 61.
Arrêt Triangle

*** Pour qui ?**

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

*** Tarifs**

Gratuit

*** Des questions ?**

Elise Meyer
Hôpital de jour de la Thébaudais

 02 99 50 38 41
elise.meyer35@gmail.com

*** Organisé par**

Les ESAT Les Ateliers de l'Espoir,
UTOPI St Jacques et UTOPI l'Hermitage,
l'Hôpital de jour de la Thébaudais,
Aiguillon Construction, le CATTP La Sauvaie,
le CDAS du Blosne, l'Association ATYPlcK
(Photographie)

Mardi 11 octobre

14h à 16h30 • Vernissage

Nos regards sur notre environnement

Exposition photos « Suivez nos regards » sur le sujet de l'environnement ou des environnements et la santé mentale, réalisée par des adhérents d'ATYPlcK, des personnes accompagnées du Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) Altaïr et des patients de la Polyclinique Saint-Laurent.

Au-delà de l'exposition et de son vernissage, nous vous invitons à poursuivre l'après-midi, par des échanges sur les ressentis, les émotions, le projet artistique et créatif en lien avec la thématique et l'exposition.

L'exposition sera disponible du 5 octobre au 6 novembre inclus.



© ATYPlcK



C'est une exposition de photos.

Ces photos ont été prises par :

- * Des adhérents de l'association ATYPlcK
- * Des personnes accompagnées du Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) Altaïr
- * Et des patients de la Polyclinique Saint-Laurent.

Cette exposition a pour thème la santé mentale et ses environnements.

Après avoir vu l'exposition, vous pouvez échanger sur vos émotions et sur l'exposition.

* Où ?

**Polyclinique
Saint-Laurent**
Bâtiment C,
rez-de-chaussée,
sur la gauche,
320 avenue du Général
Patton, Rennes
 **Bus** : C3, 9.
Arrêt Saint-Laurent

* Des questions ?

Sandrine Corfmat
Polyclinique Saint-Laurent
 02 99 25 67 06
sandrine.corfmat@hstv.fr

* Organisé par

La Polyclinique Saint-Laurent,
l'association ATYPlcK et le SAVS Altaïr

* Pour qui ?

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

* Tarifs

Gratuit

Mardi 11 octobre

18h à 20h30 • Ciné et débat

Douce France de Geoffrey Couanon

Amina, Sami et Jennyfer sont lycéens en banlieue parisienne, dans le 93. Avec leur classe, ils se lancent dans une enquête inattendue sur un gigantesque projet de parc de loisirs qui implique d'urbaniser les terres agricoles proches de chez eux. Mais a-t-on le pouvoir d'agir sur son territoire quand on a 17 ans ?

Drôles et intrépides, ces jeunes citoyens nous emmènent à la rencontre d'habitants de leur quartier, de promoteurs immobiliers, d'agriculteurs et même d'élus de l'Assemblée Nationale.

Une quête réjouissante qui bouscule les idées reçues et ravive notre lien à la terre !

Le documentaire sera suivi d'un échange avec Jordy Stefan, Chargé de recherche au centre de recherche ASKORIA, qui abordera le sujet de l'importance de la nature sur notre santé !



Des lycéens de banlieue parisienne travaillent sur un projet de construction d'un grand parc de loisirs à la campagne.

Les lycéens rencontrent des habitants et des agriculteurs et découvrent l'importance de la nature.

Après le film, il y a un échange avec Jordy Stefan, chargé de recherche au centre de recherche Askoria.

Il nous parle de l'importance de la nature sur notre santé.

* Où ?

Cinéma Arvor
11 rue de Châtillon,
Rennes

 **Métro** : Charles
de Gaulle et Gares

 **Bus** : C1, C2, 11. Arrêt
Gares.
C3, 12. Arrêt Gare Sud
Féval.
54, 55, 56. Arrêt Charles
de Gaulle

* Pour qui ?

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

* Tarifs

Tarifs habituels
du Cinéma Arvor
(Tarif Sortir !
sur présentation
de la carte)

* Des questions ?

Alicia Gendre
Maison Associative de la Santé
 02 99 53 48 82
a.gendre@maisondelasante.com

* Organisé par

Le collectif SISM de Rennes

Jeudi 13 octobre

14h à 16h • Projection et échanges

L'influence de l'environnement sur la santé mentale

Stigmatisées, les maladies mentales sont pourtant fréquentes ou chroniques. Elles débutent dans l'adolescence et parfois même dans la petite enfance. La réalisation d'un micro-trottoir tente de montrer l'influence de l'environnement sur la santé mentale : des questions concernant l'art de vivre à Rennes, l'éducation, l'insertion ainsi que l'impact de la pollution sur notre bien-être ont été posées.

Diffusion du court métrage issu de ce micro-trottoir suivi d'un échange.



*** Avec la présence de :**

Isabelle Brimbeuf, psychologue
au Centre Hospitalier Guillaume Regnier (CHGR),
Richard Ramangalahy, usager

© Pierre Acker



Ce court film montre des personnes dans la rue, à Rennes.

Ces personnes sont interrogées sur la santé mentale et l'environnement.

Par exemple, sur la vie à Rennes, sur l'école ou sur la pollution.

Après cette projection, il y a un échange avec une psychologue et un usager.

Le public peut poser des questions.

*** Où ?**

Centre Social Ty-Blosne
Salle Carambole,
7 Boulevard
de Yougoslavie, Rennes

M Métro : Le Blosne
ou Triangle

Bus : 13, 61.
Arrêt Triangle

*** Des questions ?**

Isabelle Brimbeuf
CHGR
☎ 02 99 51 56 73

*** Organisé par**

Des usagers et une professionnelle
du CHGR

*** Pour qui ?**

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

*** Tarifs**

Gratuit

Jeudi 13 octobre

18h à 20h30 • Théâtre et échanges

À la Fabrique Emoi

À « la Fabrique Emoi », les émotions sont des marchandises que l'on recycle, transforme pour tenter de soulager des états d'âme cabossés... Ce n'est pas une mince affaire de faire tourner cette entreprise et pour les personnages qui l'animent, les journées sont parfois bien compliquées !

Création collective des participants de l'atelier théâtre du Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) Altaïr. Mise en scène par Agnès Genêt et Sébastien Gallet.

Suite à la pièce aura lieu un échange libre, sur plateau, autour de la question des personnes présentant une fragilité psychologique et de la pratique théâtrale. Comment les ateliers locaux, ouverts à tous, peuvent-ils être plus inclusifs ?

* Avec la présence de :

Agnès Genêt, art-thérapeute, Sébastien Gallet, éducateur spécialisé au SAVS Altaïr, Elise Calvez, directrice de l'ADEC - Maison du théâtre amateur



Cette pièce de théâtre raconte la vie d'une entreprise. Cette entreprise transforme et recycle des émotions et ce n'est pas facile.

Après la pièce de théâtre, il y a un échange sur la fragilité psychologique et la pratique du théâtre.

* Où ?

Salle de spectacle ADEC
45 rue Papu, Rennes

 **Bus** : C2.

Arrêt Horizons. C4.
Arrêt Chèques Postaux
ou Marbeuf.
11, 53, 54, 55, 56, N1.
Arrêt Chèques Postaux

* Pour qui ?

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

* Tarifs

Gratuit

* Des questions ?

Sébastien Gallet
SAVS Altaïr
 06 24 08 01 75
sebastien.gallet@apase.org

* Organisé par

Le SAVS Altaïr (Association APASE),
les Ateliers d'art-thérapie théâtrécritures
(Agnès Genêt), l'ADEC - Maison du Théâtre
Amateur, l'Association Atelier Commun,
LAB FAB, l'Association ATYPICK (Photographie)

Samedi 15 octobre

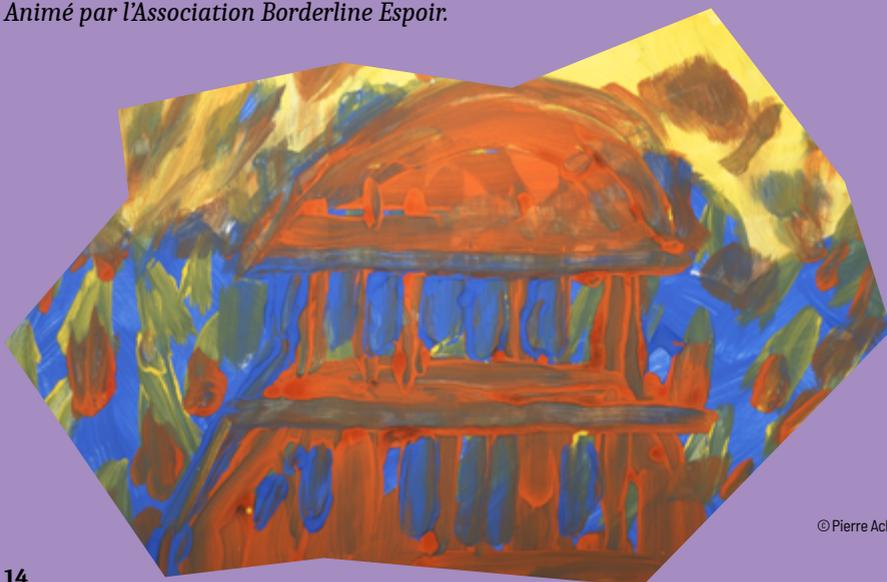
15h à 17h • Conférence et échanges

C'est un peu borderline!

L'Association Borderline Espoir propose d'échanger autour du trouble borderline en trois temps :

- * La présentation du trouble borderline en abordant les généralités, les diagnostics différentiels et les critères du trouble ;
- * Un focus sur trois à quatre symptômes méconnus ou incompris en partant du général (littérature scientifique) pour aller vers le particulier (témoignages des personnes concernées qui auront été récoltés au préalable) ;
- * Des échanges, partages et questions-réponses.

Animé par l'Association Borderline Espoir.



© Pierre Acker



Cette conférence est sur le trouble borderline.

Pendant cette conférence, on peut écouter la définition du trouble borderline et entendre des témoignages.

Le public peut poser des questions.

* Où ?

Maison des Associations
6 Cours des Alliés,
Rennes

 **Bus** : C1, C2, 11.
Arrêts Charles de Gaulle,
Magenta ou Gares

* Pour qui ?

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

* Tarifs

Gratuit

* Des questions ?

Association Borderline Espoir
asso.borderline.espoir@hotmail.com

* Organisé par :

L'Association Borderline Espoir

Lundi 17 octobre

18h à 21h30 • Table ronde et débat

Santé mentale et environnement

Grâce à des témoignages, cette soirée sera l'occasion de débattre autour de la question des troubles psychiques et de l'environnement.



*** Avec la présence de :**

Coop1services, UNAFAM 35 (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques), Thérapie et vie sociale

© Emmanuel Duday



Plusieurs personnes sont présentes pour témoigner.
Le thème est la santé mentale et l'environnement.
Le public peut poser des questions et donner son avis.

*** Où ?**

**Espace social
et culturel Aimé Césaire**
Salle Origine,
15 rue des Frères Louis
et René Moine, Rennes
 **Bus** : C3.
Arrêt Champs-Manceaux

*** Des questions ?**

Association Coop1Services
 06 58 51 89 28

*** Organisé par**

L'Association Coop1Services

*** Pour qui ?**

Ouvert à tous dans
la limite des places
disponibles

*** Tarifs**

Gratuit

Mercredi 19 octobre

18h30 à 20h30 • Projection et échanges

Ce(ux) qui m'entoure(nt)

Projection du court-métrage « L'envers du décor » réalisé par les adhérents et sympathisants du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) l'Antre-2, suivi d'un temps d'échange et de convivialité. Après un travail d'enquête, « L'envers du décor » nous fait voyager entre des environnements bénéfiques et néfastes qui constituent nos vies.

Animé par les adhérents et sympathisants de l'Antre-2.



© Mélanie Montile



Ce court métrage nous fait voyager dans des endroits qui sont bons pour nous et d'autres endroits qui ne sont pas bons pour nous.

À la fin de la projection, le public peut poser des questions et donner son avis.

* Où ?

GEM l'Antre-2
14 rue Papu, Rennes
 **Bus** : C4. Arrêt Chèques Postaux.
C2. Arrêt Horizons

* Pour qui ?

Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

* Tarifs

Gratuit

* Des questions ?

GEM L'Antre-2
 06 67 27 11 12
gemlantre2@yahoo.fr

* Organisé par

Le GEM l'Antre-2

Jeudi 20 octobre

18h30 à 20h • Rencontre-échanges

L'éco-anxiété, un nouveau trouble psychique ?

Comment l'aborder ? Quels impacts sur la santé mentale ? De façon directe ou indirecte, les conséquences du dérèglement climatique représentent des causes de plus en plus importantes de difficultés mentales, pouvant s'exprimer de différentes manières, notamment chez les jeunes. Un nouveau lexique est apparu (éco-anxiété, éco-culpabilité, solastalgie, etc.) et avec lui de nouvelles demandes d'accompagnement. Cette discussion avec le Dr Brigitte Guillerm-Marc permet d'en dresser les contours et d'en comprendre les besoins.

Animé par Dr Brigitte Guillerm-Marc, psychiatre et pédopsychiatre, membre du Groupe d'Intérêt et d'Etude « Thérapie Comportementale et Cognitive et dérèglement climatique » de l'Association Française de Thérapie Comportementale et Cognitive.



Le Docteur Brigitte Guillerm-Marc est psychiatre et pédopsychiatre.

Elle vient nous parler du lien entre les troubles psychiques et le changement climatique.

Il y a de nouveaux troubles qui apparaissent.

Le docteur les explique et parle des nouveaux besoins des patients.

Le public peut poser des questions et donner son avis.

* Où ?

Les Champs Libres

Auditorium
10 Cours des Alliés,
Rennes

 **Métro** : Arrêt Charles de Gaulle

 **Bus** : C3, 12, 54, 55, 56. Arrêt Charles de Gaulle
C1, C2, 11. Arrêt Champs Libres

* Pour qui ?

Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

* Tarifs

Gratuit

* Des questions ?

Infos pratiques les Champs Libres

 02 23 40 66 00

* Organisé par

Les Champs Libres et l'UNAFAM 35

Pour la réalisation du visuel des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, la ville de Rennes collabore depuis plusieurs années avec l'association ATYPICK.

L'association ATYPICK se donne comme finalité l'insertion socioprofessionnelle de personnes connaissant des troubles psychiques et qui résident principalement sur le bassin rennais.

Au travers de productions graphiques et/ou numériques, d'actions de formation et d'ateliers, ATYPICK lutte contre le désenclavement des personnes. Ces actions tendent à faciliter la reconstruction du lien social en encourageant l'accès à l'expression et la participation. Il s'agit pour les bénévoles et les bénéficiaires des ateliers de reprendre confiance en eux.



Le collectif et ses partenaires regroupent en 2022

ADEC - Maison du Théâtre amateur, Agence Régionale de Santé Bretagne, Aiguillon Construction, L'Antre-2, L'Atelier Commun, APASE (SAVS ALTAIR - Service d'Accompagnement à la Vie Sociale), ATYPIcK, L'Autre Regard, Association Ar Roc'h, Association Borderline Espoir 35, Centre Départemental d'Action Sociale (CDAS) du Blosne, Centre Hospitalier Guillaume Régnier (Pôle Rennais de Psychiatrie Adulte, Centre et Sud, Centre Ressources Familles et troubles psychotiques), Centre de réadaptation Escal-Thébaudais, Les Champs Libres, Cinéma Arvor, Coop1 services, ESAT (Établissement et Service d'Aide par le Travail) les Ateliers de L'Espoir Association La Bretèche, ESAT Utopi St Jacques et UTOPI Hermitage Adapei 35, Info Psy Rennes, Maison Associative de la Santé, UNAFAM 35 (Union nationale des Amis et Familles de Malades Psychiques), Polyclinique Saint-Laurent, Sources, Thérapie et vie sociale, Pool d'art-thérapie, Santé Mentale France en Bretagne, Ville de Rennes, des professionnels libéraux, des usagers et personnes intéressées par les questions de santé mentale.

* Des questions ?

Maison Associative de la Santé

☎ 02 99 53 48 82

a.gendre@maisondelasante.com

www.maisondelasante.com

*Tous les évènements proposés
sont gratuits sauf mention contraire*

Illustration de couverture:

Clément Baybier, association ATYPIcK

Conception graphique:

Direction de la communication, Rennes Ville et Métropole

Impression:

Imprimerie de Rennes Métropole