

- COMMUNIQUÉ DE PRESSE - 25 SEPTEMBRE 2023

PSSM France soutient les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) avec des rendez-vous au plus proche des citoyens



L'association PSSM France participe à la 34^{ème} édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) qui se déroulera du 9 au 22 octobre 2023 partout en France. Les formateurs accrédités PSSM France animeront des ateliers, conférences et tables rondes pour parler au grand public.

Aider quelqu'un qui ne va pas bien, ça s'apprend. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population, ce sont des moments privilégiés pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale.

Déstigmatiser les troubles psychiques pour faire progresser la santé mentale

« Selon l'OMS, une personne sur quatre est touchée au cours de sa vie par un trouble de santé mentale. On connaît donc forcément quelqu'un, autour de soi, qui a été, est ou sera concerné par ce type de troubles à un moment ou un autre. » / PSSM France

Ces deux semaines ont ainsi pour objectif de :

- **Sensibiliser** le public aux questions de santé mentale.
- **Inform**er, 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.
- **Aider** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soins.
- **Faire connaître** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

La santé mentale, un droit pour toutes et tous, à tous les âges

Chaque année, un thème est choisi pour mettre en lumière les différentes dimensions de la santé mentale et cette année, le thème de cette édition est : « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ».

En effet, notre santé mentale nous suit tout au long de notre vie, comme notre santé physique. Il est donc important d'en prendre soin, à chaque âge, tout en prenant en compte les spécificités de certaines périodes de la vie. En voici les trois périodes clés identifiées au niveau de notre santé mentale, qui seront approfondies lors des SISM :

- **L'enfance**, où les bases de la santé mentale des individus sont établies. L'environnement dans lequel un enfant va évoluer influera directement sur sa vie à l'école, où les premières difficultés peuvent être décelées.
- **La jeunesse**, période de changements majeurs, qui met facilement en péril la santé mentale des adolescents et des jeunes adultes.
- **La vieillesse**, car l'âge est la première cause de maltraitance chez les personnes âgées. Il est important de pouvoir pour les personnes âgées de pouvoir garder une santé mentale satisfaisante ainsi que les mêmes libertés que le reste de la population.

Associer santé mentale et vie scolaire, faire face aux différentes difficultés de la vie de jeune adulte, accompagner les séniors vers la dernière partie de leur vie... Tous ces sujets pourront être abordés au cours de ces deux semaines de prévention.

Parmi la centaine d'événements gratuits et disponibles sur toute la France, voici quelques exemples concrets de ce qui sera proposé :

CINÉ-DÉBAT Présentation du film « Fréquence Julie »	CONFÉRENCE DÉBAT Les addictions des jeunes	PRÉSENTATION de la formation PSSM	ATELIER PÉDAGOGIQUE « Plus belle ma vie en bonne santé mentale »
21 oct. à 19h CLSM La Rochelle La Rochelle (17)	18 oct. à partir de 18h Montélimar (26)	9 oct. à partir de 10h Établissements du COS Paris (75)	10 oct. à partir de 10h Centre Hospitalier de Jury Metz (57)

Plus de dates sur www.pssmfrance.fr

Pour venir sur un événement et venir rencontrer les formateurs accrédités PSSM France :
www.semaines-sante-mentale.fr

CONTACTS PRESSE

Anne-Sophie Chatain-Masson
anne-sophie@plus2sens.com / 06 83 33 35 85

Catherine Berger-Chavant
catherine@plus2sens.com / 06 08 82 75 38

Marine Chevalier
marine@plus2sens.com / 06 95 79 69 15