

**POUR MA SANTÉ MENTALE,
AGISSONS POUR NOTRE
ENVIRONNEMENT**

CINE
DEBAT

ATELIERS
BIEN-ETRE

RANDO
NETTOYAGE

FORUM
EMPLOI

PORTES
OUVERTES

EXPOSITIONS

THEATRE

SENSIBILISATION
LUDIQUE



Gratuit - Tout public

Angers - Saint-Géréon • Blain • Châteaubriant • Héric • Orvault • Saint-Nazaire • Saint-Père en Retz • Savenay • Vertou

+ d'infos sur

<http://esao.strikingly.com>



Programme
du collectif



Semaines d'information sur la santé mentale



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

Elles sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

LES CINQ OBJECTIFS DES SISM

- 1. SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale.
- 2. INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale.
- 3. RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
- 4. AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
- 5. FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Localement, s'est créé le collectif « Entente SISM Atlantique Ouest » (ESAO), pour porter ces actions en réunissant des usagers, des familles, des associations, des professionnels et des instances municipales. Il est localisé dans le nord du département de la Loire-Atlantique.

Notre volonté est d'être au plus près des parcours de soins, des personnes souffrant de troubles psychiques pour leur donner la parole sur leurs capacités, leur insertion dans la société, l'amélioration de leur qualité de vie et de celle de leur entourage. Il s'agit aussi de rencontrer les acteurs afin de tenter une plus grande cohérence et complémentarité et de travailler ensemble pour lutter contre **l'exclusion et la stigmatisation**.

Le collectif d'organisation
« Entente SISM Atlantique Ouest »



Cette 33^e édition des SISM
a pour thème :

Santé mentale et environnement

La crise sanitaire et les confinements successifs ont révélé à quel point la qualité de notre logement était un déterminant majeur de notre santé mentale. De plus, les restrictions de sorties liées au Covid19 ont contribué à fragiliser la santé mentale des Français(e)s en les privant de différents lieux ressources. Tout ceci nous rappelle le rôle important de notre environnement physique 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**).

Le collectif ESAO vous propose d'aborder cette thématique à travers divers événements.

LUNDI 10 octobre

Blain

Portes ouvertes

14 h - 17 h

Portes ouvertes du centre de réhabilitation psychosociale Les ARBRES



Le centre de réhabilitation psychosociale « Les ARBRES » ouvre ses portes au public souhaitant échanger sur le rétablissement et sur les outils de la réhabilitation psychosociale.

Les professionnels de l'équipe pluridisciplinaire accueilleront les visiteurs dans leurs nouveaux locaux. Un parcours sera proposé permettant de découvrir les différents axes de réhabilitation développés au centre Les ARBRES.

- **Où ?** Site d'EPSYLAN (Etablissement Psychiatrique de Loire-Atlantique Nord)
- **Organisé par :** EPSYLAN
- **Des questions ?** Jocelyn Pierrat : 02 40 51 51 31 - rehab.arbres@ch-epsylan.fr

MARDI 11 octobre

Vertou

Théâtre

15 h - 17 h

Atelier d'expression théâtrale au café-rencontre

Venez participer à l'atelier théâtre du café rencontre de Vie Toit 44 dont le thème sera l'environnement.

- **Où ?** Espace Beautour - 1, rue de la Poste
- **Organisé par :** Vie Toit 44
- **Des questions ?** 06 42 47 35 21 - vie.toit.44@gmail.com



VENDREDI 14 octobre

Rando-nettoyage

Savenay

10 h - 12 h

GEM (j'aime) nettoyer ma ville

Le Groupe d'entraide Mutuelle (GEM) La main ouverte vous propose une promenade avec ramassage des déchets pour prendre soin de notre environnement. Le départ se fera à partir du local du GEM. Parcours adaptés et accessibles aux personnes à mobilité réduite.

- **Modalités pratiques :** venir avec ses gants pour le ramassage des déchets.
- **Où ?** Départ : GEM La main ouverte 4, place Prince Bois
- **Organisé par :** le GEM la main ouverte
- **Des questions ?** 02 40 33 00 40 - mainouverte@orange.fr

Portes ouvertes

Saint-Nazaire

15 h - 18 h

Temps d'accueil de toute personne concernée par la souffrance psychique et/ou accompagnant

Accueil et écoute bienveillants par les adhérents de l'association qui témoigneront de leur parcours et des actions mises en place pour aller mieux.

- **Où ?** 21 rue Auguste Renoir - Salle : Georges Brassens
- **Organisé par :** REVIVRE Saint-Nazaire
- **Des questions ?** Accueil téléphonique 06 47 50 77 40 - ass.revivre@gmail.com

LUNDI 17 octobre

Ciné-débat

Autour du film *Les intranquilles*



Séance autour de l'impact de la maladie psychique sur l'environnement familial, suivi d'un débat animé par Marie Lonchambon, psychologue clinicienne au CH de Saint-Nazaire.

- **Où ?** Cinéma Jacques Tati 2, avenue Albert de Mun
- **Prix :** 6,50 € (tarif normal)
- **Organisé par :** l'association soignants/ soignés La Couronnée (CH de Saint-Nazaire)
- **Des questions ?** assocouronne@gmail.com

Saint-Nazaire

19 h 45 - 23 h

MARDI 18 octobre

Présentation d'un dispositif

Blain

10 h - 16 h

Oto - Le fauteuil à étreindre



L'étreinte corporelle est une réponse possible aux besoins spécifiques des personnes présentant des troubles du spectre de l'autisme. Les parois intérieures du fauteuil à étreindre se resserrent sur le corps de la personne.



L'étreinte est alors maîtrisée grâce à une télécommande manipulée par la personne ou par son accompagnateur.

Oto peut être utilisé de multiples façons : en cas de besoin d'étreinte, avant une sollicitation, en tant que renforçateur, en salle Snoezelen, dans le cadre d'un travail d'intégration sensorielle. Le fauteuil à étreindre répond à un besoin reconnu qui ne rencontre aujourd'hui que très peu de solutions.

- **Où ?** Site d'EPSYLAN - Pavillon 8 (salle A)
- **Organisé par :** le service social d'EPSYLAN
- **Des questions ?**

Alexia Audrain (conceptrice) :
contact@audrainalexia.com
et ou/ Delphine Guillemard (EPSYLAN) :
delphine.guillemard@ch-epsylan.fr

Site internet : <https://www.audrainalexia.com>

Portes ouvertes

Châteaubriant

10 h - 17 h

Portes ouvertes de la résidence accueil

Pour découvrir la résidence accueil. Exposition de photos des activités de la résidence, interprétation et composition de rap par un locataire matin et après-midi.

- **Où ?** 23, rue Jacquard
- **Organisé par :** la résidence accueil de l'association Eaux Vives Emmaüs
- **Des questions ?** Virginie Merceron - 06 07 12 90 13 ou 09 71 48 73 01
virginie.merceron@asso-leseauxvives.fr



Portes ouvertes

Orvault

15 h - 18 h

Portes ouvertes du centre de soins pour adolescents d'Orvault

Le centre de soins pour adolescents d'Orvault ouvre ses portes au public et aux professionnels désireux de découvrir leurs locaux et rencontrer l'équipe soignante. Cela sera aussi l'occasion de présenter le mode d'entrée en soins dans le service ainsi que les activités thérapeutiques et pédagogiques proposés aux jeunes en lien avec le territoire, l'environnement social, culturel et sportif. Le public pourra ainsi, par salle, rencontrer les professionnels. Et des supports de communication viendront illustrer les médiations menées.

- **Où ?** 36, rue Jules Verne (3^{ème} étage)
Salle : hôpital de jour du centre de soins
- **Organisé par :** le centre de soins de la pédopsychiatrie d'Orvault (EPSYLAN)
- **Des questions ?** secrétariat du centre de soins
p.j.orsaultsecretariat@ch-epsylan.fr - 02 51 70 16 26

MERCREDI 19 octobre

Portes ouvertes

Orvault

10 h - 18 h

Portes ouvertes du service d'accueil familial thérapeutique pour adultes



L'accueil familial thérapeutique, pôle à vocation départementale dépendant d'EPSYLAN, vous ouvre ses portes : présentation des modalités de soin, rencontre avec l'équipe pluriprofessionnelle et

témoignages sur ce dispositif «hors» les murs, qui participe à l'inscription des personnes en soin dans leur environnement social.

- **Où ?** 36, rue Jules Verne (1^{er} étage)
- **Organisé par :** le service d'accueil familial thérapeutique pour adultes (AFTA)
- **Des questions ?** Isabelle Chevalier
02 40 48 89 13 - isabelle.chevalier@ch-epsylan.fr

Ateliers bien-être

Saint-Père en Retz

13 h 30 - 19 h

Comment ça va aujourd'hui ? Et demain ?

Prendre soin de soi sans se prendre la tête. Petits et grands, venez nombreux pour découvrir trucs et astuces pour se sentir bien près de chez vous. Différents ateliers vous seront proposés sur place.

- **Où ?** Salle polyvalente de la Bergerie - Saint-Père en Retz
- **Organisé par :** le Groupe vie sociale, un réseau de bénévoles, de professionnels et d'élus du Pays de Retz
- **Des questions ?** Mellyssa Blandin
06 62 53 73 94 - retzactivites@orange.fr
ou Rachel OSMONT - 07 69 42 21 77 - rachel.osmont@aarpro.org

Portes ouvertes

Ancenis - Saint-Géréon

14 h - 20 h

Portes ouvertes du centre médico-psychologique (CMP) d'Ancenis- Saint-Géréon, en présence de partenaires

Ce sera l'occasion de se rencontrer et de favoriser un temps d'échange entre les différentes structures et d'ouvrir nos portes à tous les usagers.

Avec la présence de partenaires : ADMR, ADAR, Habitat 44, Verveine citron, l'UNAFAM, le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Le Pacifique, l'UFUT.

- **Où ?** 99, rue du Bocage
- **Organisé par :** le CMP d'Ancenis- Saint-Géréon (pôle Est d'EPSYLAN)
- **Des questions ?** 02 40 96 16 41 - celine.delanoue@ch-epsylan.fr



Portes ouvertes

Vertou

16 h - 19 h

Portes ouvertes de la Résidence accueil de Vertou

Venez découvrir la résidence accueil de Vertou. Nouvellement construite : elle a accueilli ses premiers habitants en avril 2022.



13 petits studios, des espaces communs ainsi qu'un jardin et la volonté de faire vivre la psychiatrie citoyenne telle qu'elle est pratiquée par l'association «les Invités Au Festin» de Besançon, en faisant vivre le «pouvoir soignant du peuple».

La résidence est gérée par l'association l'Étape. Et l'association de bénévoles propose des activités.

- **Où ?** 10, rue des Landes
- **Organisé par :** Vie Toit 44 et l'Étape
- **Des questions ?** Sabine Leroy
06 42 47 35 21 - vie.toit.44@gmail.com

Forum et tables-rondes



Forum emploi

sous forme de stands où vous pourrez rencontrer de nombreux partenaires et échanger avec eux.

Partenaires participants : ESAT, Entreprises Adaptées, CPAM/MSA, Post cures psychiatriques (Psy Activ, Billiers), Pôle Emploi, Cap Emploi, la Maison Départementale pour les Personnes Handicapées (MDPH), Mission Locale, Pass'Pas, services d'accompagnement à l'emploi...

Au cours de la journée, **quatre tables rondes autour des thèmes suivants** :

gestion du stress, stigmatisation, aménagement des postes de travail, accès aux droits.

Tables rondes : 2 le matin (10 h - 11 h) et 2 l'après-midi (14 h - 15 h).

12 personnes par table ronde - inscription sur place

- **Où ?** Salle des fêtes - Site d'EPSYLAN
- **Organisé par :** le centre de réhabilitation psychosociale Les ARBRES, la Maison des usagers et le service social d'EPSYLAN
- **Des questions ?**
isabelle.veron@ch-epsylan.fr
anne.couedic@ch-epsylan.fr

➔ Manifestations sur plusieurs jours

10 - 14 octobre

Savenay

Exposition

en continu
(mercredi 12 oct. : 10 h - 12 h)

Exposition d'un reportage photos des actions menées pour les SISM

Exposition, visible de l'extérieur, d'un reportage photos des actions menées par les résidents des 2Vallées44 «Hébergement accompagné», de la Maison relais «Le Rocher» et de la Résidence Accueil «Les Mésanges» de Savenay. Ces structures dépendent de l'association Les Eaux Vives Emmaüs, en partenariat avec la mairie de Savenay, la communauté de communes Estuaire et Sillon, ainsi que le conseil des sages.

Le mercredi 12 octobre, de 10 h à 12 h, des résidents des structures d'hébergement seront présents pour échanger.



Sensibilisation au tri sélectif et compostage, visite d'un centre d'enfouissement, de la déchetterie de Savenay, éco-randonnée... Le but étant de sensibiliser le public à de nouveaux gestes et réflexes permettant la réduction des déchets et la sensibilisation au respect de l'environnement.

- **Où ?** Vitrine des Halles (centre-ville) - Place des halles
- **Organisé par :** la Maison relais, la résidence Accueil, 2Vallées 44 (Eaux Vives Emmaüs)
- **Des questions ?** Raïssa Jagu - 06 70 16 94 87 - raïssa.jagu@asso-leseauxvives.fr

10 - 15 octobre

Saint-Nazaire

Exposition

Ma santé mentale, c'est quoi ?

Parce qu'on a tous une santé mentale, on a tous le droit à des réponses sans tabou : une explication simple et précise, enrichie des poèmes d'espoir d'« Alexandre l'artiste », nazairien passé par la souffrance psychique qui exprime son envie « d'aller et d'avancer sur les chemins qui mènent à ce qui fait guérir ».

- **Où ?** Espace de vie sociale de Prezégat - Le Local - 48, rue Edgar Degas
Horaires : lundi (14 h à 17 h), mardi (9 h - 12 h ; 14 h à 16 h), jeudi (9 h à 12 h) et vendredi (14 h à 16 h).
- **Organisé par :** REVIVRE Saint-Nazaire
- **Des questions ?** Accueil téléphonique : 06 47 50 77 40 - ass.revivre@gmail.com

Et à partir du 10 octobre

Exposition numérique

Où ? Cette exposition sera également visible à partir de la page facebook et du site internet d'ESAO.

10 - 23 octobre

Saint-Nazaire

Exposition

Mon environnement, ma santé psychique

Exposition de textes et créations réalisés par des personnes souffrant de troubles psychiques.

Participation de l'association REVIVRE à cette exposition.



- **Où ?** Maison de quartier de l'Immaculée - 92, route du château de Beauregard
- **Horaires :** lundi (14 h - 19 h) / jeudi (9 h-19h) mardi, mercredi, vendredi (9 h-12 h / 14 h-19 h)
- **Organisé par :** l'association soignants/ soignés La Couronnée (CH de Saint-Nazaire)
- **Des questions ?** assocouronnee@gmail.com

11 - 20 octobre

Blain

Sensibilisation ludique

14 h - 16 h

Maison interactive : entre un jeu vidéo de simulation de vie et l'Escape game

Les équipes du DICI, Psyhabitat et de la maisonnée TSA vous invitent à venir aménager l'environnement d'une personne accompagnée par nos services.

Professionnels, usagers, à vous de jouer !

- **Modalités pratiques :** équipe de 5 joueurs. 1 heure par groupe. Sur inscription auprès du secrétariat du DICI
- **Où ?** Site d'EPSYLAN - Chambre de l'internat
- **Organisé par :** le Dispositif Intégré de Coordination et d'Intervention psychiatrie et médico-social - DICI (EPSYLAN), Psyhabitat (Eaux vives Emmaüs) et la maisonnée TSA (CAP'LAN)
- **Des questions ?** secrétariat DICI (9 h - 17 h) 02 40 51 53 40 - dici@ch-epsylan.fr

11 - 22 octobre

Saint-Nazaire

Exposition

Sélection documentaire

Livres, films, bandes-dessinées sur le thème de la santé mentale.

- **Où ?** Médiathèque Etienne Caux 6, rue Auguste-Baptiste Lechat
- **Horaires :** mardi (12h - 19h), mercredi (10h- 12h 14h -19h, jeudi (16h -19h, vendredi (10h - 12h ; 14h-19h), samedi (10h - 12h ; 14h - 18h)
- **Organisé par :** l'association soignants/ soignés La Couronnée (CH de Saint-Nazaire) et la médiathèque de Saint-Nazaire
- **Des questions ?** 02 44 73 45 60 - mediatheque@mairie-saint-nazaire.fr



11 (après-midi) - 29 octobre

Héric

Exposition

La médiation au service de l'environnement

L'hôpital de jour d'Héric, structure du pôle Ouest d'EPSYLAN, vous propose une exposition sur le thème de l'environnement réalisée par les usagers lors de diverses médiations : l'atelier écriture, création et balade.

La médiathèque proposera une sélection de supports (livres, revues, CD...) en lien avec la santé mentale.

- **Où ?** Médiathèque - Rue Saint-Pierre
- **Horaires d'ouverture :** mardi (16h-18h30), mercredi (10h - 12h30 / 14h - 17h), jeudi (10h - 12h30), vendredi (16h - 18h30), samedi (10h - 12h30 / 14h - 16h)
- **Organisé par :** l'HDJ d'Héric (EPSYLAN)
- **Des questions ?** Caroline Ardeois : 02 40 34 88 46 - po.herichdj@ch-epsylan.fr

A partir du 10 octobre

Exposition numérique



Recueil de paroles à Saint-Nazaire : témoignage et cas vécus.

Des hauts, des bas... on passe tous par des périodes de mal-être ; regard de l'Autre, regard sur Nous, gardons tête haute.

Mal-être, tête haute : la différence invisible

- **Où ?** Visible à partir de la page facebook et du site internet d'ESAO.
- **Organisé par :** REVIVRE Saint-Nazaire
- **Des questions ?** Accueil téléphonique : 06 47 50 77 40 - ass.revivre@gmail.com

le centre hospitalier de Saint-Nazaire, EPSYLAN (Etablissement Psychiatrique de Loire-Atlantique Nord), CAP'LAN, les Eaux Vives Emmaüs, l'Etape, l'UNAFAM, REVIVRE Saint-Nazaire, la Couronnée, le Groupe d'entraide Mutuelle (GEM) La main ouverte, le GEM le Pacifique, le GEM l'Etoile Filante, la maison des usagers d'EPSYLAN, l'UFUT (Une Famille, Un Toit), le groupe vie sociale - un réseau de bénévoles et de professionnels et d'élus du Pays de Retz, l'ADAR 44, Habitat 44, Verveine Citron, l'ADMR, la ville de Saint-Nazaire (dont la médiathèque), la médiathèque d'Héric, le cinéma Jacques Tati à Saint-Nazaire, le local de Prézégat, la maison de quartier de l'Immaculée, la ville de Saint-Père en Retz, la ville de Savenay, la communauté de communes Estuaire et Sillon.

Le programme 2022 en un coup d'oeil



Retrouvez le programme détaillé sur le site d'ESAO : <http://esao.strikingly.com>
OU sur sa page Facebook

Retrouvez le programme national par ville sur : www.semaine-sante-mentale.fr