

Dossier de presse

Signature de la charte du collectif SISM du Gers
**Mercredi 7 février 2024 de 10h00 à 12h00 – Salle de
réunion du Mouzon à Auch**



La santé mentale nous concerne tous !

**La santé mentale fait partie intégrante de la santé :
il n'y a pas de santé sans santé mentale**

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

Charte

COLLECTIF SISM DU GERS

Sommaire

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1- Préambule | 5- Objet du collectif |
| 2- Contexte | 6- Membres du collectif |
| 3- Définition de la santé mentale | 7- Périmètre d'intervention |
| 4- Définition des SISM | 8- Missions des membres et implication |

SOMMAIRE

Mots du fondateur	3
Mots des Directions	3
Présentation de la Santé mentale.....	5
Qu'est ce que c'est ?	5
La santé mentale quelques chiffres	6
Présentation des SISM	7
Les SISM qu'est ce que c'est ?	7
Historique général.....	8
Et dans le Gers ?.....	8
Le collectif des SISM dans le Gers.....	9
Pourquoi un collectif ?	9
Pourquoi une charte ?	10
Liste des membres signataires	11
Et pour 2024	12

Mots du fondateur

Me. Dornelle déléguée départementale à l'UNAFAM

L'UNAFAM du Gers a depuis des années installé « les Semaines d'Information sur la Santé Mentales » en organisant et animant chaque année un événement sur le seul site d'AUCH.

En 2022, accompagnée de l'IREPS Occitanie, l'UNAFAM a pu élargir son périmètre d'action aux sites de Condom, Mauvezin et Auch et organisé cinq événements.

En 2023 la réflexion sur la création d'un collectif SISM dans le Gers, a rassemblé plusieurs partenaires qui nous ont permis d'étendre plus largement notre périmètre d'intervention en ajoutant les sites de Masseube, Pavie, Preignan, Lombez, Vic-Fézensac, l'Isle Jourdain, Fleurance, Gimont, Auch et la CC Gascogne Toulousaine et de réaliser 9 événements.

Le collectif SISM du Gers est une nécessité, il regroupe des partenaires impliqués, sensibles et concernés par le sujet de la SANTE MENTALE sur le territoire du Gers, par leurs implications, et avec eux nous avons l'ambition de couvrir plus de territoires et d'engager plus d'actions et toucher de plus en plus de personnes.

Rendez-vous pour la 35ème édition des SISM qui aura lieu du 07 au 20 octobre 2024, autour de la thématique suivante : « En mouvement pour notre santé mentale ».

Mots des Directions

Mr Florentin Directeur DD ARS 32

La santé mentale, c'est l'affaire de tous !

A l'occasion de cette journée et de la signature de cette charte, nous pouvons mettre en valeur la capacité des *personnes* et des *collectifs* à prendre leur vie en main et à améliorer leur santé mentale, en encourageant la résilience individuelle, en créant des environnements de soutien.

La santé mentale n'est plus considérée comme l'absence de troubles psychiques ou de handicaps associés, mais comme un état de bien-être et d'équilibre psychique.

La santé mentale est influencée non seulement par les caractéristiques individuelles mais aussi par les facteurs sociaux, culturels, économiques, politiques et écologiques.

Chaque acteur qui s'engage par la signature de la charte le fait pour que chaque personnes ou collectifs bénéficie d'un parcours qui soit celui de son projet de vie.

Mr Laplanche Directeur CH du Gers

Dans le droit fil de la validation du Projet Territorial de Santé Mentale (PTSM), nous assistons depuis un an à un large développement des partenariats au niveau départemental, tant pour la prise en charge des personnes que pour une meilleure communication commune autour de la santé mentale.

Il va sans dire que Le Centre hospitalier du Gers, Établissement Public de Santé Mentale du département, s'en réjouit tout particulièrement et s'associe pleinement à cet élan.

Tout le monde peut être concerné à un moment de sa vie, soit personnellement, soit dans son entourage, par une question de santé mentale et il est essentiel de sensibiliser le grand public par des messages positifs de prévention et surtout par des relais locaux qui parlent à tous.

Cette création de collectif, action déterminante du PTSM du Gers, a montré déjà toute sa force dès 2022 en démultipliant les actions sur le territoire avec une belle énergie collective. La signature de cette charte vient consacrer cet engagement de tous sur un modèle souple et pragmatique.

Présentation de la Santé mentale

Qu'est-ce que c'est ?

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. » (OMS, 2014)



« La santé mentale est un état de bien-être dans lequel une personne peut se réaliser, surmonter les tensions normales de la vie, accomplir un travail productif et contribuer à la vie de sa communauté. » (OMS, 2013).

Le concept de santé mentale comporte trois dimensions majeures :

- La santé mentale positive qui recouvre le **bien-être**, l'épanouissement personnel, les **ressources psychologiques** et les **capacités d'agir** de l'individu dans ses rôles sociaux. La santé mentale d'une personne est multifactorielle : ressources psychiques individuelles, contexte social et économique, facteurs génétiques, accès aux services publics...
- La détresse psychologique réactionnelle (induite par les situations éprouvantes et difficultés existentielles (deuil, échec relationnel, scolaire...)), qui n'est pas forcément révélatrice d'un trouble mental. Les **symptômes**, relativement communs et le plus souvent anxieux ou dépressifs, apparaissent généralement dans un contexte **d'accidents de la vie** ou d'événements stressants et peuvent être **transitoires**.
- Les troubles psychiatriques de durée variable, plus ou moins sévères et/ou handicapants, qui se réfèrent à des classifications **diagnostiques** renvoyant à des critères, à des actions thérapeutiques ciblées, et qui relèvent d'une **prise en charge médicale**. Les conséquences liées aux affections psychiatriques peuvent être majeures : handicaps, décès prématurés, discrimination et exclusion.

→ Ces troubles en santé mentale ne sont pas forcément des pathologies et sont le plus souvent des **états intermittents**. Cela peut se matérialiser par des difficultés à dormir, à exprimer et contrôler ses émotions, à mobiliser ses compétences ou à développer ses capacités.

La santé mentale quelques chiffres

Selon l'OMS, 1 Européen sur 4 est touché par des troubles psychiques (dépression, anxiété, addiction, troubles psychotiques...) **au cours de sa vie, pour 1 personne sur 5** en France.

En France, les troubles psychiques appartiennent aux causes principales de morbidité et mortalité. En effet, les troubles psychiques se situent au **troisième rang des pathologies les plus fréquentes** après le cancer et les maladies cardio-vasculaires.

En France, les « maladies psychiatriques » associées à l'ensemble des « traitements chroniques par psychotropes » (dont les anxiolytiques et hypnotiques) représentent **14 % des dépenses totales et le premier poste de dépense de l'Assurance Maladie**. Ils représentent la première cause d'années vécues avec une invalidité. Ils sont responsables de 35 à 45 % de l'absentéisme au travail.

En 2019 le taux de décès par suicide français reste nettement supérieur à la moyenne de l'Union européenne, avec de fortes disparités selon les régions (chiffre INSEE 2020)

En France : taux de mortalité

- 20.8/100 000 habitants chez les hommes
- et 6.4/100 000 habitants chez les femmes

En région Occitanie : taux de mortalité

- chez les hommes 19.5/100 000 habitants
- chez les femmes de 5.3/100 000 habitants

Dans le Gers : taux de mortalité

- chez les hommes 21.4/100 000 habitants
- Chez les femmes 2.0/100 000 habitants

Présentation des SISM

Les SISM qu'est-ce que c'est ?



De quoi parle-t-on quand on parle de santé mentale ? De dépression, d'anxiété, de troubles bipolaires, de schizophrénie, de bien-être psychique ? Est-ce que cela concerne tout le monde ? Est-ce que l' on peut guérir d'une maladie psychique ? C'est quoi une maladie psychique ? Comment prendre soin de sa santé mentale ? Quelles sont les ressources à ma disposition ? **Les semaines d'information en santé mentale sont l'occasion de répondre à toutes ces questions**, d'aborder toutes les dimensions de la santé mentale et de mieux comprendre ses enjeux à travers le témoignage des experts d'usages, des structures et associations locales.

Il s'agit également d'améliorer les connaissances et faire **changer les regards**, parce que nous avons tous une santé mentale et que nous sommes **tous concernés**.

Les SISM sont le moment pour les associations et structures œuvrant dans ce domaine, de se faire connaître, de parler de santé mentale avec le grand public, de sensibiliser à la prise en charge des publics en souffrance psychique, de déconstruire les idées reçues autour de cette thématique afin de favoriser le recours au soutien, voire au soin.

Ce sont des événements **annuels et gratuits, qui s'adressent au grand public**, afin d'ouvrir le débat sur les questions de santé mentale. Chaque année pendant deux semaines au mois d'**octobre**, associations, citoyens et professionnels se mobilisent et organisent des manifestations d'information et de réflexion (ciné débat, conférence, théâtre, atelier découverte, concert, portes ouvertes, etc) sur tout le territoire français.

Il existe cinq objectifs aux SISM :

- **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.

Historique général

Crée en **1990**, la Semaine d'information sur la santé mentale (SISM) avait pour objectif de « mettre la psychiatrie et la santé mentale au centre de l'attention citoyenne autour d'un projet de prévention précoce : en parler tôt pour en parler à temps » ; la SISM s'est ensuite développée au fil des ans pour devenir LES SISM en 2014 (l'événement se déroulant pendant deux semaines), au mois de mars jusqu'en 2020, puis au mois d'octobre dès 2021. Ces semaines sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion et prévention de la santé mentale. Elles sont l'occasion de construire des projets en partenariat, de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population et de faire changer les regards.

Et dans le Gers ?

Jusqu'en 2022, l'UNAFAM, financé par l'ARS Occitanie, organisait chaque année quelques événements selon le thème annuel par exemple :

- **SISM 2016 : "Santé Mentale et Santé Physique : un lien vital" ->1 action**
 - A Auch, projection d'un film
- **SISM 2017 : "Santé Mentale et Travail" ->1 action**
 - A Auch, conférence-débat
- **SISM 2018 : "Santé Mentale : Parentalité et Enfance" -> 1 action**
 - A Auch, Forum /débat
- **SISM 2019 : "Santé Mentale à l'Ere du Numérique" ->1 action**
 - A Auch, conférence
- **SISM 2020 : "Santé Mentale et Discriminations » ->1 action**
 - Crise sanitaire : reprogrammation des événements à mi-octobre
- **SISM 2021 : "Pour ma Santé Mentale Respectons mes Droits !" ->0 action**
 - Crise sanitaire : pas d'événement d'organisé, campagne d'affichage

En **2022**, la finalisation du **Projet Territorial en Santé Mentale** a mis en avant le souhait et les besoins des acteurs de mettre en œuvre des actions ayant pour objectif de réduire la stigmatisation des personnes souffrant de troubles psychiques sur le département du Gers d'ici 2026. Ils ont donc souhaité **créer un collectif SISM du Gers** pour coordonner la

communication et l'information autour de la santé mentale à destination du grand public (fiche 2.1 du PTSM).

Depuis 2022, les structures intéressées se sont donc rassemblées sous forme de collectif local ce qui a permis d'étoffer la pluridisciplinarité des acteurs concernés, mais aussi de déployer un plus grand nombre d'actions.

- **SISM 2022 « Pour ma santé mentale agissons pour notre environnement » ->5 actions**
 - Des cinés-débats à Mauvezin et » à Condom
 - Des portes ouvertes aux appartements communautaires et à la Résidence accueil de Auch
 - Une marche environnementale à Auch
- **SISM 2023 « A tous les âges de la vie ma santé mentale est un droit » ->13 actions**
 - Des ateliers à Masseube, Auch, Pavie Preignan, Lombez, Isle Jourdain
 - Des cinés-débat/projections à Fleurance et l'Isle Jourdain
 - Des conférences débats/ journées de prévention à Vic-Fezensac et à Gimont

Le collectif des SISM dans le Gers

Pourquoi un collectif ?



Définition : Un collectif est un **ensemble de personnes** qui se rassemblent de manière informelle dans un **but commun**. Le collectif n'est pas doté de la personnalité juridique car non déclaré en Préfecture.

- Il n'y a pas à proprement parler d'adhérent et pas de cotisation à payer.
- Il est composé de membres égaux, pouvant faire des propositions aux autres membres et pouvant exercer des responsabilités.
- Il est possible de doter le collectif d'une charte ou d'un règlement intérieur

Le collectif des SISM du Gers a été créé pour répondre aux besoins des acteurs de **formaliser leur partenariat** et leur réunion **coordonnant** les événements des **SISM** chaque année.

Il a différents objectifs :

- Travailler les représentations des citoyens face à la santé mentale et parler de manière positive de ce sujet
- Fédérer les acteurs/professionnels autour de la Santé mentale
- Organiser plusieurs réunions annuelles pour échanger autour de tous les projets sur les SISM
- Rayonner sur l'ensemble du département.
- Connaître les interlocuteurs à solliciter dans chaque structure chaque année.

Le tout de façon **concertée** entre les membres du collectif, dans un esprit de **cohérence** générale, partage des idées et des compétences, et en vue de favoriser une **meilleure connaissance de la santé mentale** et afin de **réduire la stigmatisation** des personnes souffrant de troubles psychiques sur le département du Gers

Pourquoi une charte ?

Beaucoup de professionnels étaient volontaires à l'idée d'intégrer ce collectif, mais au vu de leurs pluridisciplinarités, de leurs univers différents, il semblait nécessaire de leur proposer une charte signée par tous, qui **délimite** bien les **missions** de ce collectif, les **contours** de ce thème, ainsi que **l'implication** possible de chacun.

Cette charte a donc pour objectif de transcrire les bases communes du fonctionnement du collectif dans le respect de la pluralité des acteurs et partenaires qui le constituent.

Tous les membres signataires du collectif s'engagent à participer régulièrement aux réunions de mises en œuvre des SISM (prévues environ 3 fois /an) en présentiel ou en visio. Des groupes de travail pourront également être proposés en fonction des actions.

Différents niveaux d'implication sont possibles pour les membres de ce collectif, mais tous s'engagent à participer à l'organisation, à minima en communiquant sur les événements, en relayant les événements au sein de son réseau, ou en :

- Proposant des événements,
- Gérant la logistique des événements,
- Trouvant des partenaires et des financements,
- Animant les événements,

- Evaluant les événements,
- ...

Liste des membres signataires

6- Membres du collectif



Des membres pourront bien entendu **s'ajouter** à ce collectif s'ils le souhaitent. Une révision sera effectuée chaque année avec le collectif déjà constitué.

D'autres acteurs seront invités à participer aux réunions d'organisation des événements en fonction des thèmes annuels même s'ils ne sont pas membres signataires.

Et pour 2024

Un nouveau thème national : « En mouvement pour ma santé mentale »

