

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

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.

A partir du thème annuel fixé par le Collectif national des SISM, chacun peut prendre l'initiative d'organiser une action répondant aux objectifs des SISM.

LES OBJECTIFS DES SISM

1. **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.
2. **INFORMER** sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes (promotion, prévention, éducation, soins, accompagnements, entraide, etc.).
3. **DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.
4. **FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.
5. **FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.
6. **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

Les partenaires



Ne pas jeter sur la voie publique

Semaines d'information sur la santé mentale

35^e ÉDITION

Sous le haut patronage du Ministre de la Santé et de la Prévention, A. ROUSSEAU

— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

du 24 mars au 6 avril 2025

www.semaines-sante-mentale.fr

f t in @Sism_Officiel

Ciné-débat • Animations • Rallye pédestre
Porte ouverte • Café-parents • Géocaching
PAYS DE LOUDÉAC

Ouvert à tous

PROGRAMME

Mardi 11 mars 19h30

Café parents

Animé par Françoise ODY, Psychologue au CPEA de Loudéac et Marie LE HO, bénévole de la Voix Douce

☒ Pôle médico-social - 5 rue de Brocéliande, Merdrignac

Accueil des enfants possible

Gratuit et ouvert à tous

Mercredi 26 mars 11h > 11h45

Atelier sonore et musical pour les fratries

☒ Moulin à Sons - 17 allée du Champ de Foire, Loudéac

Gratuit et ouvert à tous

Mercredi 26 mars A partir de 14h

Initiation au géocaching

Circuit de 3,5 kms

☒ La Roche au Cerf, Lamotte

Matériel indispensable : téléphone portable avec l'application « Géocaching »
préalablement installée (réseau non accessible)

Gratuit

Samedi 29 mars 10h > 12h

Stand d'information et animations

☒ Marché de Loudéac - Avenue des combattants, Loudéac

Lundi 31 mars 20h

Ciné-débat « Tous dehors »

TOUS DEHORS
réalisé par Anne JOCHUM



Projection du documentaire « Tous dehors » qui propose une immersion dans le monde de l'Enfance par des séquences d'observation de l'enfant dans sa déambulation, son exploration en jeu libre, ses interactions et ses expériences avec le monde du vivant et de la Nature. En alternance à ces séquences, des professionnels alertent sur les enjeux de la construction et du développement de l'enfant, aujourd'hui fragilisés par la sédentarité en intérieur.

Projection suivie d'un échange animé
par des professionnels du secteur

☒ Le Cithéa - 6 rue des Ecoles, Plouguenast

Gratuit et ouvert à tous

Mercredi 2 avril A partir de 9h30

Rallye pédestre

Découverte historique de Loudéac et des services à destination de la population, 2 circuits : 1,5 et 2 kms, avec information sur le parcours

Informations sur le parcours

☒ Ludothèque - 4 boulevard de la gare, Loudéac

Gratuit

Jeudi 3 avril 15h > 19h

Porte ouverte GEM L'Arbre de Vie

☒ 9 rue Sévigné, Loudéac

Gratuit et ouvert à tous