



COMMUNIQUÉ DE PRESSE **SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE – SISM 2023** Retrouvez les actions du Grand-Figeac

La 34^{ème} édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), événement national porté par l'UNAFAM* et l'ARS*, se dérouleront cette année du 9 au 22 Octobre autour de la thématique "À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit". A cette occasion, le Grand-Figeac organise, Jeudi 18 Octobre à Figeac, un forum exceptionnel sur le thème « J'avance en âge, je prends soin de ma santé mentale ».

Figeac, 10 Octobre 2023

"S'engager en faveur de la santé mentale, c'est investir dans une vie et un avenir meilleur pour tous(...). La santé mentale est un droit. Chacun de nous mérite de s'épanouir". C'est ce qu'affirme l'Organisation Mondiale de la Santé dans son dernier rapport sur la santé mentale publié en juin 2022.

Toute personne a une santé mentale, quels que soient son âge, son état de santé, ses conditions de vie et les contextes sociaux, sociétaux et environnementaux dans lesquels elle évolue. Au même titre que notre santé physique, notre santé mentale varie au fil du temps. Récemment, le contexte sanitaire a contribué à la prise de conscience collective de l'existence de cette santé mentale et du besoin d'en prendre soin.

Le thème des SISM invite cette année à affirmer ce droit pour toutes et tous et plus spécifiquement pour 3 publics : les enfants, les jeunes et les adultes.

En effet, dès notre plus jeune âge, notre santé mentale peut être affectée par différents facteurs et cela à chaque période de notre vie. Il convient de lever le tabou sur la santé mentale afin de réhabiliter ce droit, parfois négligé à certains âges (les enfants ou les seniors par exemple).

La santé mentale doit susciter plus d'engagement et d'investissement chez tous les acteurs, dans tous les secteurs pour que les caractéristiques physiques, sociales et économiques de nos environnements (foyer familial, école, lieu de travail, services de santé et société, plus largement) protègent mieux notre santé mentale. Il importe donc de créer des environnements favorables pour permettre à toute personne de jouir d'une santé mentale satisfaisante à tous les moments de sa vie.

Pendant 2 semaines, **du 9 au 22 octobre 2023**, les SISM sont l'occasion de réfléchir ensemble aux solutions individuelles, communautaires ou sociétales à mettre en place collectivement pour que ce droit puisse être effectif à tous les âges de la vie.

DES ACTIONS ET UNE JOURNÉE DÉDIÉE DANS LE GRAND-FIGEAC

A l'occasion de ces semaines d'information sur la santé mentale, le Grand-Figeac organise un **forum exceptionnel** sur le thème "**J'avance en âge, je prends soin de ma santé mentale**".

Une journée de sensibilisation et d'échanges, **Mercredi 18 Octobre**, avec au **programme des conférences, ateliers, stands, gratuits et ouverts à tous.**

De **14h00 à 17h30**, salles de l'ancien CES, rue Victor Delbos à Figeac :

- **De 14h à 15h30 en salle Marie Laborde** : Conférence interactive de Lucie BUÉE (organisme de formation Caréta Conseils) sur la préparation du passage de la vie active à la retraite (changement de rythme, lien social).
- **De 15h30 à 16h30 en salle Roger Laval** : Espace de présentation et d'échanges autour des dispositifs ICOPE (outil de prévention de la dépendance lié à l'avancée en âge) – DAC 46 et CPTS Grand Figeac, et MONALISA (maintien à domicile, soutien aux aidants) – Association Ségala Limargue (stands et mise à disposition de documentation).
- **De 16h30 à 17h30 en salle Marie Laborde** : Mini-conférence co-animée par Maï PELLETIER, cadre coordinatrice de l'Equipe Parcours Santé Personnes Agées, et Myriam AYMAR, cadre de santé de l'Institut Camille Miret sur Figeac, sur le respect des droits, la dignité et la bientraitance des personnes âgées vivant en institutions.
Avec la participation de l'EHPAD d'Assier et la présentation du dispositif "Chez vous comme chez nous".
- **Toute l'après-midi en salle Roger Laval** : Exposition photographique « Rendre visible l'invisible », réalisée en EHPAD par la Plateforme des métiers de l'autonomie.

Ouvert au grand public – Accessible PMR – Parking « Le Puy » (ancien CES)

Organisé par : Contrat Local de Santé Grand-Figeac et Contrat Local de Santé Cauvaldor

Contact : Laura LASCOUT
Coordinatrice du Contrat Local de Santé du Grand-Figeac
sante@grand-figeac.fr tél : 06.02.11.04.38

Informations : <https://www.grand-figeac.fr/les-semaines-dinformations-sur-la-sante-mentale-sism-2023-dans-le-grand-figeac/>

* Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques.
* Agence Régionale de Santé