

2025
Numéro 8

Editorial

La santé mentale : Grande Cause nationale en 2025 !

La santé mentale est une composante indispensable de la santé d'une personne. Ainsi, être en bonne santé implique à la fois une bonne santé physique et une bonne santé mentale. Selon l'Organisation mondiale de la santé (OMS) : « *La santé mentale correspond à un état de bien-être mental qui nous permet de faire face aux sources de stress de la vie, de réaliser notre potentiel, de bien apprendre et de bien travailler, et de contribuer à la vie de la communauté. Elle a une valeur en soi et en tant que facteur favorable, et fait partie intégrante de notre bien-être.* »

La santé mentale des Français en quelques chiffres (chiffres issus du site de la CPAM)

- 1 personne sur 4 va souffrir d'un trouble mental à un moment de sa vie.
- 23 % des Français ont le sentiment de ne pas prendre soin de leur santé mentale dont 36 % des femmes et 38 % des 18-24 ans.
- 70 % des Français cautionnent un stéréotype concernant les personnes atteintes de troubles de santé mentale.
- 1 salarié sur 4 se dit en mauvaise santé mentale.

Faire de la santé mentale la Grande Cause nationale 2025, c'est lutter contre le manque d'information et la stigmatisation des troubles mentaux. Le retard de diagnostic constitue un obstacle à l'accès aux soins et contribue au manque d'inclusion sociale des personnes vivant avec des troubles mentaux.

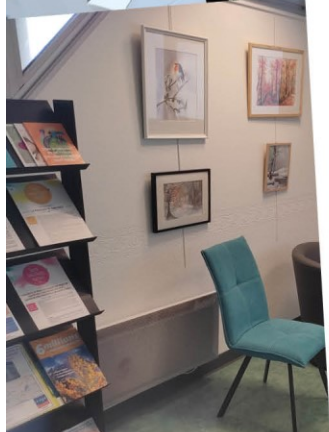


La Grande Cause nationale 2025 s'articule autour de quatre objectifs prioritaires :

- la déstigmatisation par le changement de regard sur les troubles psychiques et les troubles mentaux ;
- le développement de la prévention et du repérage précoce ;
- l'amélioration de l'accès aux soins partout sur le territoire français ;
- l'accompagnement des personnes concernées dans toutes les dimensions de leur vie quotidienne.

Les Semaines d'information sur la santé mentale constituent, depuis 1990, un moment privilégié pour mener à bien des actions de promotion de la santé mentale. Elles sont l'occasion de construire des projets en partenariat pour parler de santé mentale près de l'ensemble de la population et faire évoluer les regards sur ce sujet. En 2025, elles auront lieu du 6 au 19 octobre 2025 et seront l'occasion de nombreuses manifestations sur le territoire Brocéliande Atlantique. **Venez nombreux !**

André LE TUTOUR - Vice-président de la MDUA du CHBA



2025
Numéro 8

► Retour sur la journée Santé mentale du 30 juin 2025 Palais des Arts à VANNES



Lundi 30 juin 2025, près de 300 personnes ont assisté à une journée régionale sur la santé mentale en Bretagne qui a eu lieu au Palais des Arts de Vannes. Cet évènement, co-organisé par la Conférence régionale de santé (CRSA), l'Association des directeurs des établissements publics de santé mentale (AdESM) et l'Agence régionale de santé Bretagne (ARS), a rassemblé usagers, professionnels, élus, autorités et instances de démocratie de santé !

Ce fut l'occasion de témoigner la mobilisation de tous les acteurs, l'action dans les territoires de santé bretons, le développement de l'innovation et de la recherche en santé mentale. Cette journée très appréciée des participants a permis de partager les réussites de dispositifs de prévention, de soins et d'accompagnement parmi lesquels **Le projet Alinéa**, qui accompagne les proches endeuillés par le suicide, **Le dispositif Goanag**, facilitant l'accès et le maintien dans l'emploi, **Le programme Vigimental**, qui forme des citoyens aux **premiers secours en santé mentale** ou l'utilisation de la **réalité virtuelle** pour améliorer le suivi des patients.

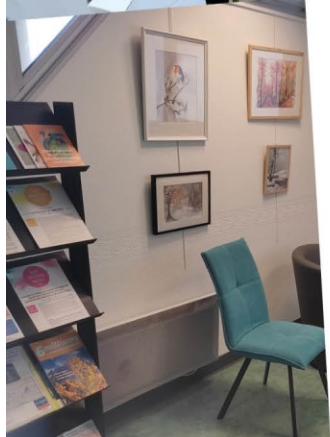
Un moment fédérateur autour de projets territoriaux et régionaux porteurs d'espoir !

► Les Projets Territoriaux de Santé Mentale (PTSM)

Les PTSM ont été créés par l'article 69 de la Loi de modernisation de notre système de santé du 28 janvier 2016. Elaborés pour 5 ans, les PTSM visent « l'amélioration continue de l'accès des personnes concernées à des parcours de santé et de vie de qualité, sécurisés et sans rupture. » Ils mobilisent tous les acteurs impliqués dans les questions touchant à la santé mentale (ARS, professionnels, associations, fédérations, collectivités...) au sein d'un territoire départemental.

Rédigée sur le fondement d'un diagnostic territorial partagé, la feuille de route du PTSM du Morbihan 2021-2025 comprend **19 actions réparties en quatre volets** : « Développer des environnements favorables à la santé », « Agir en prévention et prendre en charge les situations de crise et d'urgence », « Garantir un parcours de santé accessible à chacun, orienté vers », « Permettre l'accès le plus précocement possible aux soins de réhabilitation et aux accompagnements en visant le plus possible l'insertion et le maintien en milieu de vie ordinaire ».

2025 : l'année du renouvellement du PTSM et des travaux conduits dans ce cadre, coordonnés par Jean RAVALLEC, Coordonnateur du Projet Territorial de Santé mentale du Morbihan.



2025
Numéro 8

► La maison des Usagers à l'EPSM !

Inaugurée en mai 2023, la Maison des Usagers de l'EPSM affiche un beau dynamisme.

Tous les mardis après-midi, les pair-aidantes de l'EPSM invitent les personnes à participer à un atelier d'échange et de partage, autour de thématiques variées liées au rétablissement, à l'entraide et au vécu en santé mentale.

Ces ateliers sont pensés pour offrir un moment d'écoute, de parole libre et de soutien, en complément des parcours de soins des patients/résidents.

Du mercredi au vendredi, les associations et Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) tiennent des permanences pour aider ou soutenir les usagers en santé mentale et en addictologie ainsi que leurs proches, selon un programme établi mensuellement.

D'autres dispositifs sont proposés au sein de la MDU :

- un point d'accès au droit trimestriel tenu par un avocat pour les patients,
- la permanence des représentants des usagers,
- une permanence infirmière à destination des familles et proche-aidants, proposant une écoute adaptée pour échanger, mieux comprendre les troubles que peuvent vivre les personnes avec un trouble psychique.

Enfin, la MDU reste depuis son ouverture, un lieu d'exposition d'œuvres culturelles et de déstigmatisation de la santé mentale avec la mise en lumière de travaux artistiques remarquables présentés par des personnes en soins, lors d'exposition autonome ou en travaux collectifs réalisés dans le cadre d'ateliers d'art-thérapie.

Consultez le planning de la MDU de l'EPSM Morbihan ainsi que les expositions sur le site internet de l'EPSM.

Venez à la rencontre des associations et GEM de la MDU lors des actions organisées dans le cadre des SISIM 2025. Flasher le QR code ci-dessous pour accéder au programme :



2025
Numéro 8

**Semaine de santé mentale 2025 : du 6 au 19 octobre.
« Pour notre santé mentale, réparons le lien social ! »**



Du 6 au 19 octobre 2025, aura lieu la 36e édition des Semaines d'information sur la santé mentale pendant laquelle des événements (ciné-débat, escape-game, karaoké, etc.) seront organisés partout en France.

Cette édition des SISM, temps fort de l'année « Grande Cause Nationale », est placée sous le haut patronage du Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles.

Selon l'OMS, « des liens sociaux de qualité sont essentiels à notre santé mentale et physique ainsi qu'à notre bien-être ». A tous les âges de la vie, les liens que l'on entretient avec les autres nous permettent de nous définir en tant qu'individu, et en tant que groupe. Notre rapport aux autres agit sur notre santé mentale, mais aussi globale. Or, il y n'y a jamais eu autant de personnes se sentant seules dans le monde, en souffrance psychologique.

Les politiques publiques ont un grand rôle à jouer dans la lutte contre l'isolement via la promotion de l'inclusion sociale, ou encore la facilitation de l'accès aux services. Mais tout le monde peut agir, à son niveau, pour aider à rompre l'isolement des personnes autour de soi.

La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc toutes et tous légitimes pour organiser ou participer à un événement pendant les SISM.

Soyons nombreux lors des manifestations organisées sur le territoire Brocéliande Atlantique dont vous trouverez le programme via le QR code :

