

Semaines d'information  
SUR  
la santé mentale

DU 18 AU 31  
MARS 2019

# Santé mentale à l'ère du numérique



gratuit

tout public

[www.loireforez.fr](http://www.loireforez.fr)

Loire  
FOREZ  
Agglo

**Papy et Mamy Camps**

ATELIER NUMÉRIQUE PARTICIPATIF SENIOR

Avec **Zoomacom**.  
Pas de spectateurs, tous actifs.  
Chacun apporte ses propositions et  
répond aux demandes des autres  
participants.

Sur inscription : **06 15 18 85 60**  
ou [thibaudmonti@loireforez.fr](mailto:thibaudmonti@loireforez.fr)

**lundi 18 mars 14h à 16h30**

**Noirétable** • Médiathèque  
Loire Forez • 2 place de l'Église

**jeudi 25 mars 14h à 16h30**

**Boën-sur-Lignon** • antenne  
Loire Forez • 40 rue Saint-Jean

**Mise en jeu parents/ados**

SOIRÉE LUDIQUE

Avec le **Centre social C Brossier**  
et **Zoomacom**. Info ou intox ?  
Apprenez à démasquer les fausses  
informations qui se multiplient  
sur internet.

**mardi 19 mars 19h à 21h****Sury-le-Comtal**

Centre social Christine Brossier  
131, chemin de la Madone  
Inscription : **04 77 30 81 45**

**L'utilisation des écrans**

SOIRÉE THÉMATIQUE

Avec les **Relais d'Assistant(e)s**  
**Maternel(le)s** à destination des  
parents de jeunes enfants.  
Avec **Marina LEMARIÉ**, éducatrice  
de jeunes enfants et formatrice.

**mardi 19 mars à 20h**

**Chenereilles** • Salle des fêtes  
Places limitées  
Inscription : **04 77 50 79 93**  
ou [ram.sbc@loireforez.fr](mailto:ram.sbc@loireforez.fr)

**Que le meilleur gagne !**

TOURNOI JEUX VIDÉO PARENTS-ENFANTS

Débutants ou as de la manette sur  
les consoles Nintendo Switch et  
Ness Classic Mini : inscriptions en  
équipe (un parent et un enfant  
dès 7 ans).

**mercredi 20 mars****à partir de 16h**

**Saint-Just Saint-Rambert**  
Médiathèque • Loire Forez  
Place Gapiand  
Inscription : **04 77 10 13 40**

**Découvrez le Bao Pao**

ATELIERS ET DÉMONSTRATION CONCERT

Avec l'association **Vitamines !**  
Jouez de la musique de manière  
simplifiée et sans complexe :  
quatre arcs et faisceaux lumineux  
reliés à une banque de sons, une  
baguette pour interpréter du  
classique à la musique actuelle.  
Accessible à tous.

**mercredi 20 mars****Atelier découverte à 17h**

1h • À partir de 11 ans

**Démo concert à 19h**

**Montbrison** • Auditorium  
Médiathèque Loire Forez  
• Place Beaune  
Sur inscription : **04 77 96 69 30**

Clinique de  
santé mentale  
Korian**Conférences****jeudi 21 mars****à partir de 14h30**

**Montrond les Bains**  
282, rue Montaigne

« **Nouvelles technologies appliquées à la  
santé : vers une humanité augmentée ou  
diminuée ?** »

Avec **Bertrand LORDON**, professeur agrégé de  
sciences économiques et sociales à l'université.

« **Au-delà du pouvoir addictif, de déliaison,  
la virtualité comme outil thérapeutique** »

Avec **Dr Rémi COLLET**, psychiatre, addictologue.

**Éteignez les écrans !**

VEILLÉE LUDIQUE ET SANS ÉCRAN

**vendredi 22 mars****à partir de 18h****Montbrison**

17 bd de la préfecture  
Sur inscription : **04 26 54 70 36**

**à partir de 18h30****Saint Bonnet-le-Château**

2 avenue de Saint-Étienne  
Sur inscription : **04 77 01 06 60**

AUX LUDOTHÈQUES

Soirée jeux conviviale en  
famille, entres amis avec  
les animateurs des  
ludothèques.

**Dans la peau  
d'un(e) youtubeur(se)**

ATELIER NUMÉRIQUE À PARTIR DE 11 ANS

**mercredi 27 mars à 15h**

**Montbrison** • Médiathèque  
Loire Forez • Place Beaune  
Sur inscription : **04 77 96 69 30**

Avec l'association **Archipel**  
Tout (ou presque) est sur Youtube.  
Apprenez à fabriquer une vidéo  
depuis l'écriture du scénario,  
en passant par le tournage et  
le montage !

**Youtube et les ados**

CONFÉRENCE INTERACTIVE

**mercredi 27 mars à 19h**

**Montbrison** • Médiathèque  
Loire Forez • Place Beaune  
Sur inscription :  
**04 77 96 69 30**

Avec **Fréquence écoles** et l'APIJ.  
L'exposition précoce des enfants  
aux écrans peut inquiéter.  
Quelle opportunité pour leur  
développement ? Découverte  
de la chaîne K'apj.

**Les écrans à la maison :  
jusqu'où ?**

CONFÉRENCE INTERACTIVE

**mercredi 20 mars à 19h**

**Saint-Just Saint-Rambert**  
Médiathèque Loire Forez  
• Place Gapiand  
Inscription : **04 77 10 13 40**

Avec **Fréquence écoles**.  
Répondre aux questions des  
parents et éducateurs sur l'usage  
des écrans et des jeux vidéo.

**Jeu musique et cinéma**

ATELIER NUMÉRIQUE PARTICIPATIF SENIOR

**jeudi 21 mars****14h à 15h et 15h à 16h**

**Boën-sur-Lignon** • antenne  
Loire Forez • 40 rue Saint-Jean

**mercredi 27 mars****14h à 15h et 15h à 16h**

**Noirétable** • Médiathèque  
Loire Forez • 2 place de l'Église

Avec la **Direction Départementale  
du Livre et du Multimédia**  
(Médiathèque Départementale)  
Découvrez la ressource numérique  
GERIP lors de jeux collectifs sur les  
thèmes de la musique, du cinéma,  
etc. Temps convivial assuré !

Sur inscription **06 15 18 85 60** ou  
[thibaudmonti@loireforez.fr](mailto:thibaudmonti@loireforez.fr)

**Café des parents**

ENFANTS, RÉSEAUX SOCIAUX, PARENTALITÉ

**samedi 23 mars 9h à 10h30**

**Boën-sur-Lignon**  
1 rue Jules Ferry • **04 77 24 45 59**  
[paysdastree.mjc@wanadoo.fr](mailto:paysdastree.mjc@wanadoo.fr)

Avec **Zoomacom** et  
**MJC du Pays d'Astrée**.

**Vivre sans téléphone :  
supplice ou délice ?**

CINÉ - DÉBAT

**jeudi 28 mars à 20h**

**Saint-Bonnet-le-Château**  
Cin'étoile • 1 route d'Augel  
Inscription : **04 77 50 62 21** ou  
[elisefoyolle@loireforez.fr](mailto:elisefoyolle@loireforez.fr)

« Le jeu » de **Fred CAVAYÉ**,  
une comédie grinçante.  
Avec **Muriel BOURG**, psychologue  
au Conseil départemental 42.

**« Mille 300 Minutes  
par Semaine »**

SPECTACLE

**vendredi 29 mars à 20h**

**Boën-sur-Lignon**  
Salle des fêtes  
Place de l'Hôtel de Ville  
Inscription : **04 26 24 72 66** ou  
[christinebeaurez@loireforez.fr](mailto:christinebeaurez@loireforez.fr)

**Compagnie MidiMoinsCinq**  
Que faire de tout l'uranium des  
téléphones ? Les français passent  
3 heures par jour sur leur  
smartphone, qu'est-ce qu'on  
pourrait faire de tout ce  
temps ? Suivi d'un temps d'échange  
avec les comédiens.

**Les SISM, ce sont aussi  
des ateliers pour les  
enfants, les jeunes et les  
personnes âgées**

## dans la Loire

- > Site de Loire Forez agglomération : [www.loireforez.fr](http://www.loireforez.fr)
- > Site du CHU de Saint-Étienne : [www.chu-st-etienne.fr](http://www.chu-st-etienne.fr)
- > Site de Roannais agglomération : [www.aggloroanne.fr](http://www.aggloroanne.fr)

## RETROUVEZ ÉGALEMENT TOUS LES ÉVÉNEMENTS DES SISM 2019 EN FRANCE SUR :

Le site Internet : [www.semaine-sante-mentale.fr](http://www.semaine-sante-mentale.fr)



@SISMFrance



@Sism\_Officiel

## Les SISM 2019 organisées par Loire Forez agglomération en partenariat avec :

- > Conseil Départemental de la Loire
- > Centre Hospitalier du Forez
- > Mutualité Sociale Agricole Ardèche Drôme Loire
- > Education Nationale
- > Familles Rurales de Verrières en Forez
- > Centre social Christine Brossier
- > MJC du Pays d'Astrée
- > APIJ
- > Campus Agronova
- > Lycée professionnel du Haut Forez
- > Centre social de Montbrison - UVA Forez
- > Filière des Personnes âgées du Forez
- > MAIA
- > REAAP /CAF
- > GEM L'ESPOIR
- > Association Renaître
- > Association Rimbaud
- > REHACOOR 42 – IREPS – MDA
- > Communes de Boën-sur-Lignon, Chenereilles, Montbrison.



## Qu'est-ce que

### la santé mentale ?

« La **santé mentale** est un état de **bien-être** qui permet à chacun de réaliser son **potentiel**, de **faire face aux difficultés normales** de la vie, de travailler avec succès et d'une manière productive et d'être en mesure d'apporter une **contribution à la communauté** » (OMS-2004)

La santé mentale est un enjeu de société majeur et pourtant méconnu. Plus encore, les préjugés sur les maladies mentales sont nombreux. Ils entraînent l'exclusion des personnes qui en souffrent.

## Les SISM

### qu'est-ce que c'est ?

Les **Semaines d'Information sur la Santé Mentale** (SISM) s'adressent au grand public, pour :

SENSIBILISER  
AUTOUR DE LA  
SANTÉ MENTALE

RASSEMBLER  
PROFESSIONNELS  
ET GRAND PUBLIC

DÉVELOPPER  
LES RÉSEAUX

INFORMER

FAIRE CONNAÎTRE  
LES RESSOURCES  
LOCALES

## Santé mentale à l'ère du numérique

Le développement du numérique est porteur de transformations. Le **web**, immense plateforme d'informations, espace de partage et de démocratisation de la connaissance est aussi un **lieu idéal pour favoriser l'entraide via les réseaux sociaux et les blogs d'usagers**. Le développement des technologies en faveur de la santé mentale permet **de nouveaux services favorisant le bien-être, l'information, la prévention, les soins ou l'accompagnement du patient**. Mais l'évolution des usages des outils numériques peut être source de mal-être à tous les âges de la vie. La fracture numérique et les inégalités territoriales produisent de fortes discriminations. **Le citoyen, le patient n'y trouvera de sens que s'il est construit avec lui, à partir de ses besoins**, d'où la nécessité d'une réelle pédagogie pour sensibiliser les utilisateurs et les accompagner vers la maturité digitale.

## UN COUP DE BLUES, DÉPRIMÉ-E ?

Découvrez l'appli et le site [www.stopblues.fr](http://www.stopblues.fr)