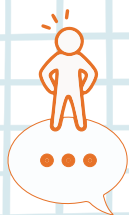


# Semaines d'information SUR la santé mentale



**Conseil local de santé mentale**

04 75 79 22 11

[clsm@mairie-valence.fr](mailto:clsm@mairie-valence.fr)

[semaine-sante-mentale.fr](http://semaine-sante-mentale.fr)



# ÉDITOS

En France, un enfant sur huit présenterait des troubles psychiques. Ce problème figure parmi les principales causes d'incapacité chez les jeunes. Hélas, cette question est encore trop souvent ignorée. Plus encore l'est celle des souffrances engendrées, parfois, chez le parent par l'arrivée ou l'avancée en âge de l'enfant. Cette semaine valentinoise de conférences, d'ateliers et de grands rendez-vous est l'occasion de mettre en lumière ces maux, d'échanger, de dessiner des pistes d'actions et d'accompagner tous ceux qui le souhaitent au service du bien-être des petits et grands.

## Nicolas Daragon

Maire de Valence

Vice-président de la Région

Le Centre hospitalier Drôme Vivarais, spécialisé en psychiatrie, s'est tout naturellement identifié comme partenaire privilégié de la Ville de Valence dans la construction des SISM, axe majeur du Conseil Local de santé mentale. Le projet médical 2016-2020 marque notre volonté de donner la priorité aux activités de soins de proximité sur les bassins de vie. Il s'inscrit en cohérence avec les orientations et les priorités du Plan régional de santé - Auvergne Rhône-Alpes concernant la réduction de l'hospitalisation et une montée en charge progressive des alternatives à l'hospitalisation, en fonction des parcours de soins, avec tous ses partenaires

## Claude Eldin

Directeur du Centre hospitalier Drôme-Vivarais

# IL N'Y A PAS DE SANTÉ, SANS SANTÉ MENTALE



La santé mentale ne définit pas seulement l'absence ou la présence de troubles psychiques. C'est plus globalement 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 en communauté. C'est le fondement même du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement du groupe.

Comme l'indique l'Organisation mondiale de la santé, « une bonne santé mentale ne veut pas forcément dire absence de troubles psychiques et inversement, il est possible de vivre avec un diagnostic et d'avoir une santé mentale positive ».

Les questions liées à la parentalité peuvent se poser lorsque l'on fait face à une souffrance ou à des troubles psychiques. Les conséquences peuvent être de trois ordres : l'exercice de la parentalité (l'ensemble des droits et des devoirs), les pratiques de la parentalité (les actes concrets de la vie quotidienne) et l'expérience de la parentalité (le fait de se sentir ou non parent)\*.

Ces semaines dédiées à la santé mentale seront l'occasion d'échanger autour des actions favorisant le bien-être des enfants et des parents, de promouvoir la santé mentale dès le plus jeune âge, d'accompagner la parentalité, et en particulier les personnes souffrant de troubles psychiques.

\* Selon Didier Houzel, pédopsychiatre et psychanalyste français.

## LES GRANDS RENDEZ-VOUS

### ■ Émission Radio Méga - Être parents : entre équilibre et fragilité

Emission enregistrée « hors les murs » avec des pédiatres, pédopsychiatres, professionnels de la parentalité et organisée par la Ville de Valence.

À écouter sur 99.2 FM et [radio-mega.com](http://radio-mega.com)

► Mercredi 14 mars de 12 h à 14 h

► Fontaine monumentale



## ■ Parlons-en ! : laissons-nous enseigner par nos enfants !

La venue au monde d'un enfant change la vie. À chaque fois, une chance est donnée aux parents de grandir avec lui. Sa vitalité et ses interrogations nouvelles nous bousculent, comme un enseignement. Le jeune enfant ou l'adolescent nous pousse à retraverser, parfois douloureusement, notre propre enfance.

Atelier animé par le **Dr Anne Costantini**, pédopsychiatre et psychanalyste et organisé par la médiathèque publique et universitaire de Valence Romans Agglo.

► **Samedi 10 mars de 10 h 30 à 12 h 30**

- Forum de la médiathèque publique et universitaire, place Charles Huguenot
- Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles
- Inscription conseillée : 04 75 79 23 70 ou [mediatheque.valence@valencero Mans Agglo.fr](mailto:mediatheque.valence@valencero Mans Agglo.fr)

## ■ Escalé du camion Psytruck

Les troubles psychiques, j'assume ! Animation organisée par le Réseau handicap psychique et proposée par le groupement de coopération sociale et médico-sociale (GCSMS), RéHPsy et le Centre de réhabilitation psychosociale et de remédiation cognitive de Grenoble (C3R) en collaboration avec le Centre de réhabilitation psychosociale de Valence (CRPS) du Centre hospitalier Drôme Vivarais et les partenaires du Conseil local de santé mentale de la Ville de Valence.

Des professionnels, des usagers et des familles répondent à vos questions et vous apprennent à mieux connaître et reconnaître les troubles psychiques.

► **Mercredi 14 mars de 10 h à 17 h**

- Fontaine monumentale

## ■ Ciné-débat : l'étranger en moi



Projection du film d'Emily Atef (2008) suivie d'un débat sur la dépression post partum.

**Synopsis :** Rebecca et son ami Julian attendent leur premier enfant et en sont ravis. Lorsque Rebecca donne naissance à un petit garçon en parfaite santé, leur bonheur semble complet.

Mais Rebecca ne ressent pas l'amour maternel inconditionnel qu'elle était censée éprouver et elle ne sait plus du tout où elle en est. Ne sachant pas vers qui se tourner, elle désespère d'autant plus que son propre bébé est pour elle un parfait étranger. À chaque jour qui passe, son incapacité à s'occuper de son enfant devient de plus en plus évidente. Ne pouvant en parler à quiconque, même pas à Julien, elle sombre dans le désespoir, au point de réaliser qu'elle constitue

une menace pour son enfant. Finalement, la gravité de l'état de Rebecca est découverte et elle est internée dans une clinique. Elle commence alors à aller mieux et ne peut plus toucher, sentir ou entendre rire son bébé commence à lui manquer...

Séance proposée par le Conseil départemental de la Drôme, l'équipe de périnatalité du Centre médico-psychologique du Centre hospitalier Drôme Vivarais et la Mutuelle générale de l'Éducation nationale.

► **Mardi 20 mars de 13 h 30 à 17 h**

- Salle Maurice Pic, Hôtel du Département, 26 avenue du président Herriot
- Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles



# CONFÉRENCES

## ■ Entre traditions et courants éducatifs, être parent aujourd'hui

Entre nos traditions, coutumes et habitudes et tout ce que les neurosciences nous ont révélé du cerveau de l'enfant en développement, trouver l'articulation harmonieuse est tout l'enjeu de la parentalité aujourd'hui.

Conférence proposée par l'UNAFAM et animée par **Sylvaine Mauplot**, accompagnante à la parentalité.

- ▶ **Vendredi 16 mars de 17 h à 19 h**
- ▶ Pôle Santé de la Ville, 4 rue du Clos Gaillard
- ▶ Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles (inscription conseillée : unafam0726@gmail.com ou 04 26 42 02 73)

## ■ Parentalité et enfance

Témoignages d'un parent d'enfant autiste et d'un parent autiste et présentation de deux plateformes d'aide aux aidants en Drôme et Ardèche.

Conférence organisée par l'association Planète autisme et animée par Gwendoline Girardin, psychologue du développement sociocognitif.

- ▶ **Jedi 22 mars de 9 h 30 à 16 h 30**
- ▶ Maison pour tous du Petit-Charran, 30 rue Henri Dunant,
- ▶ Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles (inscriptions : secretaire.planeteautisme@gmail.com ou 04 75 08 28 02)

## ■ La fabrique de la famille

Qu'est-ce qu'une famille au XXI<sup>e</sup> siècle ? Comment ordonner nos histoires d'amour, de parents, d'enfants, de beaux-parents, de demi-frères, de quart de sœurs, de grands-parents d'adoption et faire en sorte que les familles qu'elles construisent soient équilibrées, vivantes, heureuses ? Comment conjuguer filiation et transmission, égalité des sexes et complémentarité ?

Conférence proposée par le Centre hospitalier Drôme-Vivarais, Eovi Mcd mutuelle et la MGEN et animée par le **Dr Serge Hefez**, psychiatre et psychanalyste, responsable de l'unité de thérapie familiale à l'hôpital de la Pitié-Salpêtrière à Paris.

- ▶ **Jedi 22 mars de 19 h 30 à 21 h 30**
- ▶ Salle Maurice Pic, Hôtel du Département de la Drôme, 26 avenue du Président Herriot
- ▶ Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles



## ■ Réussir à tout prix !

### L'exigence de performance dans l'éducation des enfants d'aujourd'hui

Entre école et activités extra-scolaires, le quotidien des enfants est bien rempli. Comment trouver le juste milieu pour un épanouissement de l'enfant tout en développant ses compétences et sans générer trop de stress ? Quelles sont les conséquences sur le bien-être de l'enfant et de la famille ?

Conférence proposée par la Ville de Valence et animée par **Daniel Marcelli**, professeur émérite de psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent et pédopsychiatre. Il viendra apporter un éclairage sur ces questions et échanger avec les familles.

- ▶ Jeudi 29 mars à 19 h 30
- ▶ Comédie de Valence, place Huguenel
- ▶ Entrée libre et gratuite

# PORTES—OUVERTES



## ■ Centre hospitalier Drôme-Vivarois

*Hôpital de jour Magritte*

- ▶ Jeudi 15 mars de 9 h à 11 h
- ▶ 34 rue du 4 septembre

*Centre médico-psychologique Nicolas Poussin*

- ▶ Jeudi 22 mars, de 13 h 30 à 15 h 30
- ▶ 28 rue Massenet

*Maison des adolescents*

- ▶ Jeudi 22 mars, de 9 h 30 à 12 h
- ▶ 201 boulevard du Maréchal Juin

*Centre de réhabilitation psychosociale*

- ▶ Jeudi 22 mars, de 13 h 30 à 16 h 30
- ▶ 126 avenue Victor-Hugo

## ■ Association des pupilles de l'enseignement public

*Centre médico-psycho-pédagogique (CMPP)*

*Mésangère*

- ▶ Jeudi 15 mars de 11 h à 12 h
- ▶ 26 rue Mésangère

## ■ Association GEM'AIR Libre

- ▶ Vendredi 23 mars de 9 h à 17 h
- ▶ 31 chemin de la Bonnard



# RENCONTRES ET ÉCHANGES

## ■ Massage du nourrisson

Séance d'apprentissage des techniques de massage du nourrisson et d'échange autour du maternage. Prendre soin des bébés, c'est aussi prendre soin des mamans. Quand la médiation verbale est douloureuse, la médiation corporelle adoucit les échanges.

En groupe de 10 bébés avec leur maman ou/et leur papa.

Atelier proposé par la Protection maternelle et infantile (PMI) du Conseil département de la Drôme et l'Unité mobile de périnatalité/petite-enfance du service de pédopsychiatrie du Centre hospitalier Drôme-Vivaraïs

### ▶ Mardi 13 mars de 9 h 30 à 11 h 30

▶ Consultation PMI, immeuble Le Forum, bâtiment A7, avenue de Verdun

▶ Inscription auprès de la Direction territoriale du Polygone au 04 75 82 43 84



## ■ Interactions parents/bébé : les clés de la communication et du langage

Projection de vidéos suivies de discussions autour des interactions parents/bébé et de leur rôle dans le développement de la communication et du langage pour tous les enfants.

Animation proposée par la Protection maternelle et infantile (PMI) du Conseil département de la Drôme, en présence d'un médecin et d'une psychologue.

### ▶ Jeudi 15 mars de 10 h à 12 h

▶ Pôle Santé de la Ville, 4 rue du Clos Gaillard

▶ Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles (possibilité de venir avec les bébés en poussette)

## ■ Échanges sur la schizophrénie

Avec **Didier Meillerand**, auteur de « La poire en bois, grandir avec un frère schizophrène », témoignage de la façon dont il a vécu la schizophrénie de son frère et comment sa maladie a déterminé son propre avenir.

Rencontre organisée par l'Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM).

### ▶ Mercredi 14 mars de 17 h à 19 h

▶ Librairie Notre Temps

▶ 30 Grande Rue



## ■ **Accompagnement des tuteurs familiaux**

- Temps d'information et d'échanges sur l'accompagnement des tuteurs familiaux, les procédures et démarches à suivre.
- Exposition « Un autre regard sur la tutelle », portraits de majeurs protégés.
- Présentation de l'Union nationale des familles et amis de personnes malades ou handicapées psychiques (UNAFAM) et de son rôle auprès des familles de personnes atteintes de troubles psychiques.

Animations proposées par les services de la protection juridique des majeurs de l'Union départementale des associations familiales de la Drôme (UDAF), l'Association tutélaire de majeurs protégés (ATMP), les services de la protection juridique des majeurs, PARI (association tutélaire œuvrant dans le secteur médico-social sans hébergement), et l'UNAFAM.

- ▶ **Judi 15 mars de 18 h à 20 h**
- ▶ Pôle Santé de la Ville, 4 rue du Clos Gaillard
- ▶ Entrée libre et gratuite dans la limite des places disponibles (inscription : [actionfamiliale@udaf26.unaf.fr](mailto:actionfamiliale@udaf26.unaf.fr))

## ■ **EXPOSITION « Être ou n'être pas parent ? », témoignages de parents ayant des troubles psychiques**

Témoignages sur les enjeux de la parentalité pour les personnes souffrant de troubles psychiques, les difficultés rencontrées par les parents et leur vécu de la parentalité.

Exposition proposée par l'association Odias et les personnes qu'elle accompagne.

- ▶ **Les mardi 20 et mercredi 21 mars**
- ▶ Maison pour tous du Petit-Charran, 30 rue Henri Dunant

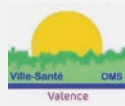


## ■ **Émission de Radio Méga : Parentalité, mon amour ; parentalité et handicap**

Magazine proposé par la Caisse d'allocations familiales (CAF) et l'Union départementale des associations familiales (UDAF).  
À écouter sur 99.2 FM et [radio-mega.com](http://radio-mega.com).

- ▶ **Mercredi 21 mars de 12 h à 13 h**





GEM Air Libre



**CONSEIL LOCAL DE SANTÉ MENTALE**  
Direction Santé Publique  
1 place de la Liberté  
04 75 79 22 11 - [clsm@mairie-valence.fr](mailto:clsm@mairie-valence.fr)

