

# Semaines d'information SUR la santé mentale

**26<sup>es</sup> Semaines d'information sur la santé mentale  
du 16 au 29 mars 2015**

## « ETRE ADOLESCENT AUJOURD'HUI »

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.

### **Les 26<sup>es</sup> SISM auront pour thème : « Etre adolescent aujourd'hui »**

Selon l'Organisation mondiale de la santé, en 2014 chez les 10-19 ans dans le monde, la dépression est la première cause de maladie et le suicide la 3<sup>e</sup> cause de décès. En France, dans une société en mutation rapide, la santé mentale des jeunes est depuis peu considérée comme une priorité de santé publique. Selon les dernières études, environ 25 % des jeunes de 15 à 25 ans présentent des troubles psychiques.

La jeunesse apparaît souvent comme une période enviable : l'avenir est devant soi, tout semble possible. Mais c'est aussi le temps des changements, des doutes : s'adapter à un nouveau corps, choisir une orientation professionnelle dans une société en crise, construire son identité propre, découvrir sa sexualité, tenter de nouvelles expériences, développer des relations amicales et affectives en dehors du cadre familial, prendre son autonomie et choisir son projet de vie... A l'adolescence on veut être libre, mais on a également besoin de soutien, d'écoute, de protection et parfois de soins.

Si pour la plupart des jeunes cette période se passe bien, pour d'autres elle est synonyme de mal être, d'angoisse, de questionnements, de vulnérabilité ou d'une souffrance morale parfois intense. Comment savoir si les hauts et les bas sont des étapes normales de l'adolescence ou révèlent des troubles psychiques émergents ? Comment repérer les signes d'alerte : décrochage scolaire, isolement, prises de risques, addictions de tous ordres, actes agressifs, auto-destructeurs ou accidents répétés.

**Citoyens de tous les âges, professionnels de santé, du social, de l'éducation, élus, journalistes... chacun peut aider à comprendre les troubles psychiques à l'adolescence et promouvoir la santé mentale des jeunes.**

Au cours des 26<sup>e</sup> Semaines d'information sur la santé mentale, les questions suivantes seront abordées, lors de manifestations organisées dans toute la France :

- Mal-être à l'adolescence : comment repérer les signes d'alerte ? A qui s'adresser pour aller mieux ? Où trouver des espaces de confiance pour partager ses interrogations ?
- Souffrance à l'école : comment soutenir les jeunes ? Comment sensibiliser les professionnels ?
- Les réseaux sociaux ont-ils un rôle négatif sur la santé mentale des adolescents ? Comment peuvent-ils renforcer l'entraide, le soutien entre pairs et le partage d'information ?
- Comment favoriser la santé mentale chez les jeunes ? Quelle place pour les éducateurs ? Pour les aînés ?
- Crise d'adolescence ou entrée dans les troubles psychiques : comment s'y retrouver pour les parents et les proches ? Que faire en cas de crise ou d'urgence ? Peut-on aider sans contraindre ?
- Quelles actions de prévention et de soins pour les médecins généralistes, les services de psychiatrie adulte et infanto-juvénile, les Maisons des adolescents, les Points écoute jeunes et les Missions locales ?
- Quel rôle les médias peuvent-ils jouer par rapport aux questions de santé mentale ?

**Nous vous invitons à ouvrir le débat sur ces questions.**



Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) auront lieu du 16 au 29 mars 2015.

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

Pour vous aider dans l'organisation d'actions, consultez le **Guide des actions** sur le site <http://semaine-sante-mentale.fr>

## LES CINQ OBJECTIFS DES SISM

1. **SENSIBILISER** le public aux questions de Santé mentale.
2. **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la Santé mentale.
3. **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
4. **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
5. **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

## COLLECTIF NATIONAL DES SISM

Association des établissements participant au service public de santé mentale (ADESM) • Association française de psychiatrie (AFP) • Association française de psychologie communautaire (AFPC) • Fédération nationale des associations gestionnaires pour l'accompagnement des personnes handicapées psychiques (AGAPSY) • Association nationale des Présidents de Commission médicale d'établissement (ANPCME) • Association des Maires de France (AMF) • Réseau documentaire en santé mentale (ASCODOCPSY) • Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS, Lille, France)/EPSM Lille-Métropole • Centre national audiovisuel en santé mentale (CNASM) • Association Elus, santé publique et territoires (ESPT) • Fédération d'aide à la santé mentale Croix-Marine (FASM Croix-Marine) • Fédération française des psychologues et de psychologie (FFPP) • Fédération française de psychiatrie (FFP) • Fédération Nationale des Associations liées aux Troubles du Comportement Alimentaire (FNA-TCA) • Fédération nationale des associations d'accueil et de réinsertion sociale (FNARS) • Fédération Nationale des associations d'usagers de la psychiatrie (Fnapsy) • Mutualité française Ile-de-France • PSYCOM • Société française de santé publique (SFSP) • Société médicale Balint • Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM).

### Les SISM 2015 sont organisées avec le concours de :

L'Association nationale des Maisons des adolescents (ANMDA), l'Ecole des parents et des éducateurs d'Ile-de-France (EPE IdF / Fil Santé Jeunes) et la Fondation santé des étudiants de France (FSEF).



Information, inscription et programme : [www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)

### Contacts

Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 - mail : [sism.contact@gmail.com](mailto:sism.contact@gmail.com)

