

INFORMATION

GROUPES D'ÉCHANGE

SAMEDI 30 MARS 13H30 - 17H [ENTRÉE LIBRE, GRATUIT]

Organisateur : Association La Passerelle



Centre social Petit Bois (5 rue du Dauphiné à Metz)

Public : Parents

Dans le cadre du Printemps des familles, journée festive et conviviale dédiée aux familles du quartier de Metz Borny, l'association La Passerelle propose plusieurs groupes d'échange autour de deux thèmes sur le numérique :

- Du bon usage des écrans à tout âge.
- Le jeu vidéo en famille : Pourquoi ? Comment ?

Plusieurs groupes proposés au cours de la journée. Les participants pourront également profiter des animations et ateliers mis en place par les partenaires autour du thème : « Papa, papy, tonton, dis-moi à quoi on joue ?! »

Information : www.lapasserelle.asso.fr

VOIR, ÉCOUTER, LIRE

DU 18 AU 31 MARS [ENTRÉE LIBRE]

Organisateur : Ville de Metz



Bibliothèques et médiathèques de Metz

Public : Tout public

Découvrez une sélection de livres et de films qui traitent de la santé mentale à l'ère du numérique. Que ce soit par la fiction, le documentaire ou le témoignage, vous trouverez dans votre médiathèque ou bibliothèque de quoi mieux comprendre l'impact des nouvelles technologies sur votre quotidien et les manières d'en faire une ressource pour votre bien-être.

Allo mairie : **0 800 891 891** Service & appel gratuits

<http://bm.metz.fr>



Semaines d'information sur la santé mentale



Qu'est-ce que les SISM ?

Chaque année depuis 1990, partout en France, le mois de mars est un temps fort qui réunit durant deux semaines professionnels et grand public pour échanger autour des questions de santé mentale.

Les 5 objectifs des SISM :

- **SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale.
- **INFORMER** sur les différentes approches de la santé mentale.
- **RASSEMBLER** acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
- **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
- **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Cet événement est coordonné par le **Conseil local de santé mentale du territoire messin**, plateforme de concertation et de coordination ouverte à tous (professionnels, bénévoles d'association, élus et habitants).

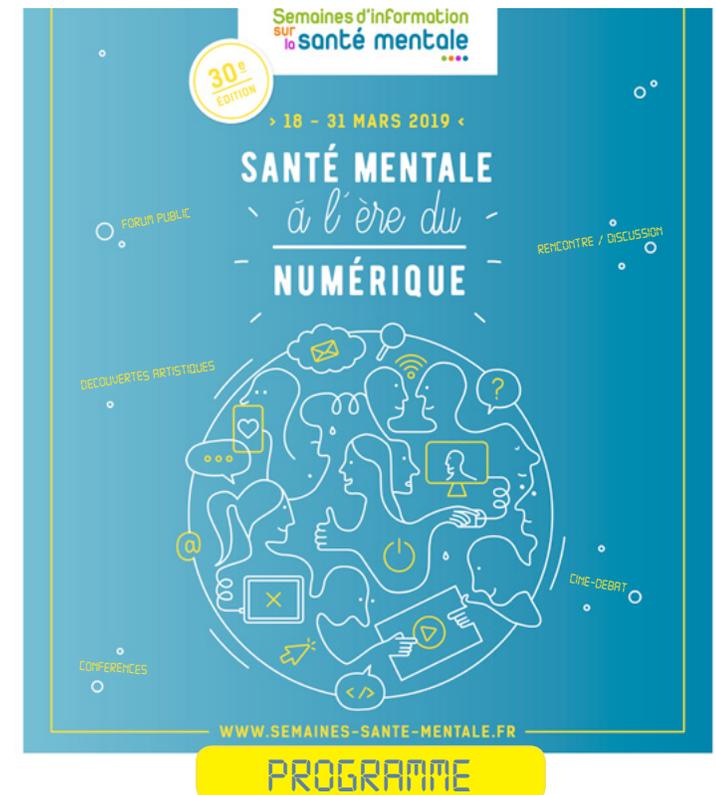
Contact et information



Stéphane Tinnes-Kraemer, coordonnateur du CLSM

03 87 56 27 68 / stephane.tinnes@ch-jury.fr

www.sante-mentale-territoire-messin.fr



Un événement grand public
Ouvert à tous

Partenaires



Comité local d'organisation



DECOUVERTE

INFO PSY

MERCREDI 20 MARS 14H À 17H [ENTRÉE LIBRE, GRATUIT]

Organisateur : Groupe d'entraide mutuelle L'Albatros

Hôpital de Mercy, 1 Allée du Château - Ars-Laquenexy

Public : Tout public

Espace d'échanges et de partage avec les adhérents du GEM L'Albatros. Mise à disposition de documents d'information sur différents sujets de santé mentale.

Information : 03 54 62 05 20 / albatros.gem.l@numericable.fr

<https://albatros-gem.business.site>



ADOS ET ECRANS « Avantages et risques de

l'utilisation des écrans chez l'adolescent »

JEUDI 21 MARS 18H30 À 20H30 [SUR INSCRIPTION, GRATUIT]

Organisateur : École des parents et des éducateurs de Metz

Maison des associations, 1 rue du Coëtlosquet à Metz

Public : Parents et professionnels

Rencontre pour échanger sur l'utilisation par les adolescents des principaux réseaux numériques (limites, risques et moyens de s'en protéger) et présentation de l'outil de prévention : « Les promeneurs du net ».

Cette rencontre sera animée par Anaïs Idriss, chargée de mission à APSIS EMERGENCE

Inscription : 03 87 69 04 36 / cafedesparents@epe57.fr



NUMEPSY

JEUDI 21 MARS 20H - 21H30 [ENTRÉE LIBRE, GRATUIT]

Organisateur : Groupe d'entraide mutuelle Camille Claudel

Cloître des Récollets (1 rue des Récollets à Metz)

Public : Tout public

Création originale des adhérents du GEM Camille Claudel également acteur de cette lecture théâtralisée. NUMEPSY est un ensemble de dialogues et monologues traitant avec humour du numérique et ses éventuelles dérives. Les textes ont été écrits par les membres de l'association, dans le cadre d'un atelier d'écriture animé par Romain RAVENEL, intervenant artistique.

L'interprétation sera suivie d'une discussion et d'un temps convivial.

Information : 03 55 80 15 09 / c.lepage-gemclaudel@espoir57.fr

www.gemclaudel.org



RENCONTRE

CINE-DEBAT

MARDI 26 MARS 20H [PRIX D'UNE SÉANCE]

Organisateur : Conseil local de santé mentale

Cinéma Le Klub (5 rue Fabert à Metz)

Public : Tout public

HER, film de Spike JONZE - Américain - 2014 - 2h06.

Los Angeles, dans un futur proche. Théodore Twombly, un homme sensible au caractère complexe,



est inconsolable suite à une rupture difficile. Il fait alors l'acquisition d'un programme informatique ultramoderne, capable de s'adapter à la personnalité de chaque utilisateur. En lançant le système, il fait la connaissance de 'Samantha', une voix féminine intelligente, intuitive et étonnamment drôle. Les besoins et les désirs de Samantha grandissent et évoluent, tout comme ceux de Théodore, et peu à peu, ils tombent amoureux.

Deux courts métrages réalisés dans le cadre d'un atelier de vidéo-thérapie au Centre médico psychologie de Devant-lès-Ponts introduiront la séance. La projection sera suivie d'un débat animé par Danièle WINKLER, psychologue et Robert Teutsch, président délégué de l'UNAFAM Moselle.

Information : 03 87 69 69 20

<https://klubcinema.fr>

FORUM PUBLIC « Santé mentale et numérique »

MERCREDI 27 MARS À PARTIR DE 17H [ENTRÉE LIBRE, GRATUIT]

Organisateur : Conseil local de santé mentale

Salon de Guise de l'Hôtel de Ville de Metz (1 Place d'Armes - 57000 METZ)

Public : Tout public

PROGRAMME (1/2)

17h à 19h00 : Rencontre de professionnels et bénévoles d'associations

- Association Asperger Lorraine : informations sur les troubles du spectre autistique, en particulier le syndrome asperger.
- Association Padem Bipol : informations sur les troubles bipolaires.
- Association La Passerelle : présentation de ses actions de médiation numérique et ses réalisations audiovisuelles.
- Centre hospitalier de Jury : expérimentation au moyen d'un masque de réalité virtuelle des symptômes d'une personne malade psychique.
- Conseil local de santé mentale : information sur les aides et soutien en santé mentale.
- École des parents et des éducateurs de Moselle : « Educ'écran », un jeu pour accompagner nos enfants à grandir avec les écrans.
- Groupes d'entraide mutuelle L'Albatros et Camille Claudel : information sur la maladie et le handicap psychique.
- La Ligue de l'enseignement - FOLS7 : « Déconnectés D-Clic du Numérique », jeu de prévention de l'usage des écrans et des réseaux sociaux.
- Mission Locale du Pays Messin : information sur les services de la structure, en particulier les dispositifs d'insertion à destination spécifiques des jeunes de 16 à 25 ans en recherche d'emploi.
- Sessad Ted du CMSEA : présentation d'une affiche sur les avantages/inconvénients/risques liés à l'utilisation des réseaux sociaux (réalisée par des usagers).
- Ville de Metz - pôle parentalité : information et lancement du programme « écran total » de sensibilisation à l'usage des écrans aujourd'hui.

DISCUSSION

PROGRAMME (2/2)

19h00 - 20h30 : Table ronde

Chacun des 4 thèmes discutés sera introduit par une présentation.

Numérique et thérapie en santé mentale

↳ 2 courts-métrages réalisés dans le cadre d'un atelier de vidéo-thérapie du Centre médico-psychologique de Devant-lès-Ponts.

Usage des écrans : au risque du numérique

↳ Quiz sur l'usage des écrans.

Numérique : le point de vue des utilisateurs

↳ Extraits de la captation de la lecture théâtralisée « Numépsy », conçue et jouée par les adhérents du Groupe d'entraide mutuelle Camille Claudel

↳ Présentation d'une affiche sur l'usage du numérique réalisée par des adolescents du Sessad Ted du CMSEA au moyen de la méthode facile à lire, à comprendre.

L'image de la santé mentale véhiculée par les médias numériques

↳ Présentation d'un extrait de webdocumentaire.

Information : 03 87 56 27 68 / stephane.tinnes@ch-jury.fr

www.sante-mentale-territoire-messin.fr

INFO PSY

JEUDI 28 MARS 14H À 17H [ENTRÉE LIBRE, GRATUIT]

Organisateur : Groupe d'entraide mutuelle L'Albatros

Hôpital de Mercy, 1 Allée du Château - Ars-Laquenexy

Public : Tout public

Espace d'échanges et de partage avec les adhérents du GEM L'Albatros. Mise à disposition de documents d'information sur différents sujets de santé mentale.

Information : 03 54 62 05 20 / albatros.gem.l@numericable.fr

<https://albatros-gem.business.site>

JEUDI DIGITAL « Le numérique : quel impact sur notre bien-être psychique ? »

JEUDI 28 MARS 18H - 20H [SUR INSCRIPTION, GRATUIT]

Organisateur : Conseil local de santé mentale

Espace 89c3 à Bliiida (7 avenue de Blida à Metz)

Public : Tout public

Conférence organisée dans le cadre du « Jeudi Digital » pour débattre de l'impact des technologies de l'information et de la communication (TIC) sur notre bien-être psychique. En présence de Christophe CLESSE, psychologue, Vincent BERNARD, médiateur numérique, Frédéric LAIK, président du GEM L'Albatros et Robert TEUTSCH, président délégué de l'UNAFAM.

Inscription : www.meetup.com/fr-FR/JEDI-Jeudi-Digital

