



SISM
Semaines d'information
sur la santé mentale



Pour notre santé mentale
ouvrons-nous
aux arts

du 5 au 18 octobre 2026



www.semaines-sante-mentale.fr



Conseils méthodologiques
pour l'organisation d'événements

Guide rédigé par Anne Nomblot (PSYCOM)
Responsable du secrétariat général du collectif national des SISM

SOMMAIRE

| | |
|---|----|
| POURQUOI CE GUIDE ? | 3 |
| ÉDITION SISM 2026 | 4 |
| Objectifs des SISM | 4 |
| Qui peut organiser un événement SISM ? | 5 |
| Argumentaire des sism 2026 | 6 |
| CONSEILS PRATIQUES | 12 |
| Quelques éléments de méthodologie de projet | 12 |
| Éléments importants à retenir | 19 |
| Organiser un événement en ligne | 20 |
| Organiser un ciné-débat | 21 |
| Organiser un atelier pédagogique | 23 |
| BOÎTE À OUTILS ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES À DESTINATION DU GRAND PUBLIC | 25 |
| Les arts et la santé mentale | 26 |
| Les stars et la santé mentale | 33 |
| Vécu des personnes concernées par un trouble psychique (sans lien avec les arts) | 35 |
| Jeux pédagogiques sur la santé mentale | 39 |
| Inégalité de genre dans les arts et dans la vie | 41 |
| Les risques de la pratique professionnelle dans les arts | 44 |
| Les arts comme leviers d'action politique | 45 |
| Vivre ensemble | 47 |



● POURQUOI CE GUIDE ?

Ce guide méthodologique vous propose :

- > Des **conseils pratiques** pour organiser un événement dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).
- > De découvrir de **nombreuses idées de sujets** à décliner en lien avec la thématique.
- > Une **sélection d'outils** pouvant servir de supports pour l'animation de votre événement. Pour plus de clarté, les différents outils recensés sont **classés selon les thématiques issues de l'argumentaire** : nous et les autres, lever le tabou du sentiment d'isolement, etc. Dans chaque thématique vous trouverez un panel d'outils : films, reportages, podcasts, jeux pédagogiques, bandes dessinées, etc.



**En espérant que vous pourrez y puiser quelques idées inspirantes,
bonne découverte !**



ÉDITION SISM 2026

Objectifs des SISM

- > **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.
- > **INFORMER** sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes (promotion, prévention, éducation, soins, accompagnements, entraide, etc.)
- > **DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.
- > **FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.
- > **FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.
- > **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

Les SISM sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

C'est pourquoi nous vous invitons à vous inscrire, dans la mesure du possible, en lien avec le thème national, et à vous adresser au grand public.

Le secrétariat général du Collectif national des SISM est assuré par PSYCOM

Contact : 01 45 65 77 24 sism.contact@gmail.com

Information, inscription et programme : www.semaines-sante-mentale.fr

 [@Sism_Officiel](https://www.facebook.com/Sism_Officiel)

 [Semaine d'information sur la santé mentale \(SISM\)](https://www.linkedin.com/company/semaine-d-information-sur-la-santé-mentale-(SISM))



Qui peut organiser un événement SISM ?



- > Professionnelles de santé, de l'éducation, du social, etc.
- > Associations
- > Usager·ères
- > Familles
- > Citoyen·nes
- > Élue·s locaux·ales
- > Et plus encore !

La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc **toutes et tous légitimes** pour organiser un événement à l'occasion des SISM.

L'idéal est de pouvoir mobiliser différents partenaires et la population cible (ou locale) pour multiplier les ressources, les points de vue et ouvrir le débat !

Ainsi, n'hésitez pas à vous tourner vers :

- les **collectifs SISM** existant déjà sur certains territoires (ce sont des regroupements de partenaires qui proposent une programmation SISM commune, voir la liste sur le site des SISM : www.semaines-sante-mentale.fr/les-sism/les-collectifs-sism-locaux/)
- les **conseils locaux de santé mentale** (CLSM), lorsque ceux-ci sont présents sur votre territoire, pour mutualiser les pratiques, coordonner les actions et favoriser le travail entre les différents acteurs.



Qu'est-ce qu'un conseil local de santé mentale (CLSM) ?

Les CLSM¹ sont un lieu de convergence locale des acteurs de Santé Mentale. Ils se définissent comme des dispositifs de concertation et de coordination entre les élu·es locaux·ales de territoire, le service de Psychiatrie publique, usager·ères, aidant·es et tous les acteurs qu'il paraît pertinent d'associer. Cette association de partenaires offre une meilleure connaissance des champs d'intervention et **permet ainsi une convergence de problématiques et d'actions communes**. Il est piloté par un coordonnateur ou une coordinatrice qui constitue le « noyau dur » du CLSM. Leur objectif principal est de définir des politiques et des actions locales qui permettent l'amélioration de la santé mentale de la population.

Centrée sur la promotion et la prévention de la santé mentale, l'action des CLSM s'adresse à toutes les personnes, notamment les groupes à risques, ainsi que les personnes atteintes d'un trouble de santé mentale ou en situation de handicap psychique.

Retrouvez la liste des CLSM ici : www.clsm-ccoms.org/les-clsm-en-france/

¹ • <https://ressources-clsm.org/quest-ce-quun-clsm>

Argumentaire des SISM 2026

En 2019, un rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), confirme, pour la première fois, les effets positifs des arts sur la santé mentale et la santé physique⁽¹⁾. Basé sur plus de 3000 études, ce rapport montre que les activités artistiques, qu'elles soient pratiquées individuellement ou en groupe, jouent un rôle essentiel dans notre épanouissement à tous les âges de la vie⁽¹⁾.

Ces activités, incluent une grande variété de formes artistiques⁽²⁾ :

- les arts du **spectacle** : musique, danse, théâtre, chant ou cinéma ;
- le **design, l'artisanat et les arts visuels** : peinture, photographie, sculpture et textiles ;
- la **littérature** : écriture, lecture et participation à des festivals littéraires ;
- la **culture** : musées, galeries, expositions d'art, concerts, théâtres, événements communautaires, festivals culturels et foires ;
- les **arts en ligne, numériques et électroniques** : animations, films et infographie.

Pratiquer un art c'est être actif dans la création (peindre, chanter, écrire, jouer d'un instrument, etc.) ou être réceptif (aller au cinéma, au théâtre, au concert, lire un livre, écouter de la musique, etc.)⁽¹⁾. Ces activités apportent des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur et que l'art soit choisi par la personne ou orienté par un professionnel⁽¹⁾.



Les bienfaits des arts sur notre santé

À 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 groupes. Pour tous les enfants, avoir des liens sociaux de qualité avec leur entourage.

La composition et la qualité du réseau social ne sont pas les mêmes pour tout le monde. En fonction de différents facteurs, les liens

Les activités artistiques, de par la diversité des composantes qu'elles impliquent (déclenchement d'émotions, d'imagination, esthétisme, stimulation sensorielle et cognitive, possibilité d'interaction sociale et d'activité physique), influencent profondément la **santé physique, mentale et sociale** des individus⁽³⁾.

Elles peuvent engendrer des réponses psychologiques (régulation émotionnelle),

physiologiques (réduction des réponses hormonales au stress), comportementales (développement de compétences) et sociales (réduction de l'isolement, renforcement des liens sociaux)⁽³⁾.

Les bénéfices se situent dans le champ de la **prévention et de la promotion de la santé** : en participant au bien-être et à la prévention des maladies, en soutenant le développement de l'enfant, en améliorant les déterminants sociaux de la santé et les comportements favorables à la santé et les soins (en favorisant, entre autres, la santé mentale et le bien-être du personnel soignant)⁽¹⁾.

D'autres bénéfices sont dans le **domaine curatif et palliatif** : en soutenant les personnes atteintes de maladies aiguës (ex : enfants prématurés ou patients après chirurgie), les personnes avec des troubles

neuro-développementaux (ex : troubles du spectre autistique), avec des troubles neurologiques, et celles atteintes de maladies chroniques ou en fin de vie⁽¹⁾.

Les bienfaits, sur la santé mentale, tout au long de notre vie

S'engager dans les arts, comme le chant, la danse, la photographie, l'artisanat et la fréquentation de lieux culturels impacte positivement les différents types de bien-être⁽⁴⁻¹²⁾ 2. Plus les activités artistiques sont débutées tôt, dès la petite enfance, et pratiquées tout au long de la vie, plus les bénéfices de bien-être sont importants⁽¹³⁻¹⁶⁾. Chez les nourrissons, la musique favorise le développement du langage⁽¹⁷⁾ et le lien mère-enfant^(18,19). La lecture d'histoires imagées le soir contribue également à améliorer leur sommeil⁽²⁰⁾. Chez les enfants et adolescentes, les activités artistiques soutiennent les compétences émotionnelles⁽²¹⁾ et les comportements altruistes en classe⁽²²⁻²⁴⁾ et développent leur créativité⁽²⁵⁾. Pour les adolescents en milieu urbain, l'éducation par les pairs via le théâtre peut réduire l'exposition à la violence, améliorer le bien-être et susciter des décisions responsables⁽²⁶⁾. Face au vieillissement, aller au musée, au théâtre ou au cinéma plusieurs fois par an réduit le risque de 32% de faire une dépression et de 42% pour les personnes s'y rendant 1 fois par mois⁽²⁷⁾. Les visites culturelles réduisent également le risque de déclin cognitif et de sédentarité⁽¹⁾.

Les arts jouent aussi un rôle dans la réduction des inégalités sociales⁽¹⁾. En effet, l'art facilite la participation des publics minoritaires ou habituellement difficiles à atteindre, par sa dimension esthétique mobilisatrice car propre à chacune⁽¹⁾. Les arts jouent aussi un rôle dans la cohésion sociale en réduisant l'isolement⁽²⁸⁾, notamment chez les personnes en zones rurales ou défavorisées^(29,30), ou encore en faisant des ponts entre les communautés et en soutenant la résolution des conflits⁽³¹⁾.

La contribution des arts au rétablissement

Les arts contribuent au rétablissement des personnes concernées par un trouble psychique (personnes concernées)⁽¹⁾. En effet, les bénéfices sont liés à la modification de la vision d'eux-mêmes, aux possibilités d'expression, à la stimulation de la mémoire, au développement de leurs compétences, à l'amélioration de l'estime de soi, à la réduction du stress, à la création d'un réseau de soutien, etc.^(32,33). La pratique d'un art est « la matérialisation, la concrétisation de quelque chose qui rend la personne active, comme le sport. C'est un dépassement de soi qui permet une réhabilitation et une conscience de ce que l'on fait »³.

Pour les enfants ayant vécu des traumatismes (abus sexuel, violence, pauvreté, etc.), les arts seraient un soutien au syndrome de stress post traumatique et pourraient, entre autres, faciliter la communication sur les expériences⁽¹⁾. Pour les personnes aux prises avec des pensées suicidaires, « la lecture de livres et le visionnage de films ont été identifiés comme des facteurs de protection »⁽¹⁾.

La place de l'art-thérapie

L'art-thérapie constitue « une pratique de soin fondée sur l'utilisation thérapeutique du processus de création artistique »⁽³⁴⁾. En France, l'intégration des arts dans les soins hospitaliers nécessite une réflexion sur ses objectifs, ses méthodes et les droits culturels des personnes concernées. Les œuvres leur appartiennent⁽³⁵⁾. Lorsqu'elles sont exposées, elles doivent être présentées et perçues comme des productions artistiques, afin d'y rechercher leurs caractéristiques esthétiques et non pas les signes des troubles psychiques. Déstigmatiser les œuvres, c'est contribuer à la déstigmatisation des troubles psychiques et des personnes concernées. Le rapport de l'OMS montre que l'écriture de chansons dans les unités d'hospitalisation psychiatriques, peut réduire les niveaux de discrimination (stigmatisation vécue) et d'auto-stigmatisation⁽¹⁾. L'art-thérapie

2 • Le bien-être émotionnel : sentiment de bonheur et satisfaction envers la vie ; le bien-être psychologique : sentiment de compétence, de sens et de cohérence avec ses valeurs ; le bien-être social : sentiment d'appartenance

3 • Alice Vinçon-Leite à la Conférence Internationale du GHU Paris Sainte-Anne « L'art et ses bénéfices en santé mentale et en psychiatrie »

améliore l'état mental et le fonctionnement dans la communauté et en milieu hospitalier des personnes concernées⁽¹⁾.

Quelques initiatives inspirantes

La pop culture, longtemps source de stigmatisation⁴, participe aujourd'hui à déconstruire les préjugés en mettant en avant des récits de rétablissement, et souvent par des personnes concernées⁽³⁶⁾. Ces deux leviers sont des critères probants de lutte contre la stigmatisation comme l'indique l'outil « GPS anti-Stigma »⁽³⁷⁾ et celui de l'OMS, « la boîte à outils MOSAIC »⁽³⁸⁾.

En France, il existe plusieurs initiatives inspirantes comme les programmes interministériels et régionaux « Culture et Santé »⁽³⁹⁾ permettant de monter un projet artistique dans les établissements de santé et médico-sociaux^(40,41).

Les « ordonnances muséales »⁽⁴²⁾ ou la « muséothérapie »⁽⁴³⁾, prescrits par un professionnel de santé permettent aux patients d'aller gratuitement aux musées, en complément des soins traditionnels.

Pour les personnes en situation de handicap ou avec des comportements « atypiques », le dispositif « Culture Relax »⁽⁴⁴⁾ offre l'opportunité d'assister à des séances culturelles (cinéma, théâtre, etc.) dans un cadre adapté à toutes. D'autres initiatives associatives ou citoyennes sont intéressantes comme la « web radio citron »⁽⁴⁵⁾ conçue et animée, entre autres, par des personnes concernées, l'ONG

« Bibliothèque sans Frontières »⁽⁴⁶⁾ ou encore le programme Respirations⁽⁴⁷⁾ porté, notamment, par la Fédération des Acteurs de la Solidarité. Le festival « C'est pas du luxe »⁽⁴⁸⁾ est un évènement culturel unique centré sur la création artistique construite entre artistes, professionnels, personnes en situation de précarité et institutions culturelles. À l'échelle européenne, le réseau « YUREKA »⁽⁴⁹⁾ soutient des approches inclusives et créatives.

La pratique professionnelle des arts et ses risques

La pratique des arts à titre professionnel peut toutefois, présenter des risques psycho-sociaux notables : climat propice au stress, fragilité économique, précarité, et exposition à des situations de violences sexistes et sexuelles. Ces risques ont été dénoncés, dans une étude portée par l'association « CURA »⁽⁵⁰⁾, ou rendues visibles via les différentes initiatives #MeToo⁽⁵¹⁻⁵⁵⁾.



Conclusion

L'OMS émet plusieurs recommandations dont celle de renforcer les collaborations dans les différents milieux ou encore celle de veiller à rendre disponible des formes d'art culturellement diversifiées et accessibles, tout au long de la vie et pour tout le monde⁽¹⁾.

Prometteurs pour « s'attaquer à des problèmes difficiles ou complexes » et présentant un avantage économique, les arts jouent un rôle **préventif et thérapeutique**, en complément des approches traditionnelles⁽¹⁾. Ils constituent **un pilier essentiel pour la santé mentale et physique** en renforçant le bien-être individuel et collectif.

La culture constitue « un puissant levier d'émancipation, de dignité et de citoyenneté »⁽⁴⁸⁾. En intégrant les arts dans les stratégies de santé publique, les décideurs peuvent créer un environnement plus inclusif, plus sain et plus résilient pour toutes et tous.

BIBLIOGRAPHIE

1. Fancourt D, Finn S. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? a scoping review. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2019. 1 p. (Health evidence network synthesis report).
2. Davies CR, Rosenberg M, Knuiman M, Ferguson R, Pikora T, Slatter N. Defining arts engagement for population-based health research: Art forms, activities and level of engagement. *Arts & Health*. oct 2012;4(3):203-16.
3. Fancourt D. *Arts in health: designing and researching interventions*. First edition. Oxford New York, NY: Oxford University Press; 2017. 1 p.
4. Jones M, Kimberlee R, Deave T, Evans S. The Role of Community Centre-based Arts, Leisure and Social Activities in Promoting Adult Well-being and Healthy Lifestyles. *IJERPH*. 10 mai 2013;10(5):1948-62.
5. Coulton S, Cliff S, Skingley A, Rodriguez J. Effectiveness and cost-effectiveness of community singing on mental health-related quality of life of older people: Randomised controlled trial. *Br J Psychiatry*. sept 2015;207(3):250-5.
6. Cohen GD, Perlstein S, Chapline J, Kelly J, Firth KM, Simmens S. The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on the Physical Health, Mental Health, and Social Functioning of Older Adults. *The Gerontologist*. déc 2006;46(6):726-34.
7. Grossi E, Tavano Blessi G, Sacco PL. Magic Moments: Determinants of Stress Relief and Subjective Wellbeing from Visiting a Cultural Heritage Site. *Cult Med Psychiatry*. mars 2019;43(1):4-24.
8. Ascenso S, Perkins R, Atkins L, Fancourt D, Williamon A. Promoting well-being through group drumming with mental health service users and their carers. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. janv 2018;13(1):1484219.
9. Daykin N, Mansfield L, Meads C, Julier G, Tomlinson A, Payne A, et al. What works for wellbeing? A systematic review of wellbeing outcomes for music and singing in adults. *Perspect Public Health*. janv 2018;138(1):39-46.
10. Mansfield L, Kay T, Meads C, Grigsby-Duffy L, Lane J, John A, et al. Sport and dance interventions for healthy young people (15-24 years) to promote subjective well-being: a systematic review. *BMJ Open*. juill 2018;8(7):e020959.
11. Wiseman R, Watt C. Achieving the impossible: a review of magic-based interventions and their effects on wellbeing. *PeerJ*. 6 déc 2018;6:e6081.
12. Kaimal G, Gonzaga AML, Schwachter V. Crafting, health and wellbeing: findings from the survey of public participation in the arts and considerations for art therapists. *Arts & Health*. 2 janv 2017;9(1):81-90.
13. Muro A, Artero N. Dance practice and well-being correlates in young women. *Women & Health*. 26 nov 2017;57(10):1193-203.
14. Cuyppers K, Krokstad S, Lingaas Holmen T, Skjei Knudtsen M, Bygren LO, Holmen J. Patterns of receptive and creative cultural activities and their association with perceived health, anxiety, depression and satisfaction with life among adults: the HUNT study, Norway. *J Epidemiol Community Health*. août 2012;66(8):698-703.
15. Węziak-Białowolska D, Białowolski P. Cultural events – does attendance improve health? Evidence from a Polish longitudinal study. *BMC Public Health*. déc 2016;16(1):730.
16. Fancourt D, Steptoe A. Community group membership and multidimensional subjective well-being in older age. *J Epidemiol Community Health*. mai 2018;72(5):376-82.
17. Bouissac P. How plausible is the motherese hypothesis? *Behav Brain Sci*. août 2004;27(4):506-7.
18. Huron D. Is Music an Evolutionary Adaptation? *Annals of the New York Academy of Sciences*. juin 2001;930(1):43-61.
19. Gregory AH, Varney N. Cross-Cultural Comparisons in the Affective Response to Music. *Psychology of Music*. avr 1996;24(1):47-52.

20. Dowdall N, Melendez-Torres GJ, Murray L, Gardner F, Hartford L, Cooper PJ. Shared Picture Book Reading Interventions for Child Language Development: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Child Development* [Internet]. mars 2020 [cité 17 janv 2025];91(2). Disponible sur: <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/cdev.13225>
21. Theorell TP, Lennartsson AK, Mosing MA, Ullén F F. Musical activity and emotional competence a twin study. *Front Psychol* [Internet]. 16 juill 2014 [cité 17 janv 2025];5. Disponible sur: <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2014.00774/abstract>
22. Kawase S, Ogawa J, Obata S, Hirano T. An Investigation Into the Relationship Between Onset Age of Musical Lessons and Levels of Sociability in Childhood. *Front Psychol*. 26 nov 2018;9:2244.
23. Schellenberg EG, Corrigan KA, Dys SP, Malti T. Group Music Training and Children's Prosocial Skills. Snyder J, éditeur. *PLoS ONE*. 27 oct 2015;10(10):e0141449.
24. Williams KE, Barrett MS, Welch GF, Abad V, Broughton M. Associations between early shared music activities in the home and later child outcomes: Findings from the Longitudinal Study of Australian Children. *Early Childhood Research Quarterly*. 32 2015;31:113-24.
25. Amado D, Sánchez-Miguel PA, Molero P. Creativity associated with the application of a motivational intervention programme for the teaching of dance at school and its effect on the both genders. Ito E, éditeur. *PLoS ONE*. 23 mars 2017;12(3):e0174393.
26. Chung HL, Monday A, Perry A. Promoting the Well-being of Urban Youth through Drama-based Peer Education. *am j health behav*. 1 nov 2017;41(6):728-39.
27. Fancourt D, Tymoszuk U. Cultural engagement and incident depression in older adults: evidence from the English Longitudinal Study of Ageing. *Br J Psychiatry*. avr 2019;214(4):225-9.
28. Poscia A, Stojanovic J, La Milia DI, Duplaga M, Grysztar M, Moscato U, et al. Interventions targeting loneliness and social isolation among the older people: An update systematic review. *Experimental Gerontology*. févr 2018;102:133-44.
29. Pearce R, Lillyman S. Reducing social isolation in a rural community through participation in creative arts projects: Ruth Pearce and Sue Lillyman discuss how engaging in creative activities can have a wide range of benefits for older people. *Nursing Older People*. 26 nov 2015;27(10):33-8.
30. MacLeod A, Skinner MW, Wilkinson F, Reid H. Connecting Socially Isolated Older Rural Adults with Older Volunteers through Expressive Arts. *Can J Aging*. mars 2016;35(1):14-27.
31. Bang AH. The Restorative and Transformative Power of the Arts in Conflict Resolution. *Journal of Transformative Education*. oct 2016;14(4):355-76.
32. Garrido S, Eerola T, McFerran K. Group Rumination: Social Interactions Around Music in People with Depression. *Front Psychol* [Internet]. 4 avr 2017 [cité 17 janv 2025];8. Disponible sur : <http://journal.frontiersin.org/article/10.3389/fpsyg.2017.00490/full>
33. Gray E, Kiemle G, Davis P, Billington J. Making sense of mental health difficulties through live reading: an interpretative phenomenological analysis of the experience of being in a Reader Group. *Arts & Health*. sept 2016;8(3):248-61.
34. Syndicats français des arts-thérapeutes. SFAT. [cité 17 janv 2025]. Définition de l'art-thérapie. Disponible sur : <https://syndicat-arts-therapeutes.com/definition/>
35. Ascodocpsy [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Réglementation : propriété artistique et intellectuelle des patients • Ascodocpsy. Disponible sur : <https://www.ascodocpsy.org/actualites-de-notre-reseau/art-et-psychiatrie/reglementation-propriete-artistique-et-intellectuelle-des-patients/>
36. Blanc JV. *Pop & psy: comment la pop culture nous aide à comprendre les troubles psychiques*. Paris: Plon; 2022. (L'abeille).
37. *Psycom-Santé Mentale Info* [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Le GPS Anti-Stigma - Psycom - Santé Mentale Info. Disponible sur : <https://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/>

38. Lancement de la boîte à outils Mosaic de l'OMS pour mettre fin à la stigmatisation et à la discrimination en santé mentale [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Disponible sur : <https://www.who.int/europe/fr/news-room/events/item/2024/10/10/default-calendar/launch--who-mosaic-toolkit-to-end-stigma-and-discrimination-in-mental-health>
39. Culture & Santé, handicap et dépendance [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Disponible sur : <https://www.culture.gouv.fr/catalogue-des-demarches-et-subventions/appels-a-projets-candidatures/culture-sante-handicap-et-dependance>
40. La ferme du Vinatier. Site Internet du La ferme du Vinatier. [cité 17 janv 2025]. La ferme du Vinatier. Disponible sur : <https://www.ch-le-vinatier.fr/la-ferme-du-vinatier-320.html>
41. 3bisf-Centre d'arts contemporains- Aix en provence. 3bisf - Centre d'arts contemporains. [cité 17 janv 2025]. 3bisf - Centre d'arts contemporains - Aix en provence. Disponible sur : <https://www.3bisf.com/>
42. L'Art sur ordonnance | MOCO [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Disponible sur : <https://www.moco.art/fr/art-sur-ordonnance>
43. Courrier international [Internet]. 2024 [cité 17 janv 2025]. La muséothérapie, nouveau remède aux troubles de la santé mentale en France. Disponible sur : <https://www.courrierinternational.com/article/vu-des-etats-unis-la-museotherapie-nouveau-remede-aux-troubles-de-la-sante-mentale-en-france>
44. Culture Relax [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Disponible sur : <https://culture-relax.org/?lang=fr>
45. Radio Citron [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Disponible sur : <https://radiocitron.org/fr>
46. Bibliothèques Sans Frontières [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Bibliothèques Sans Frontières - ONG. Disponible sur : <https://www.bibliosansfrontieres.org/>
47. Programme Respirations [Internet]. 2024 [cité 19 févr 2025]. Accueil. Disponible sur : <https://www.respirations.org/>
48. C'est pas du luxe ! [Internet]. [cité 17 janv 2025]. Disponible sur : <https://cestpasduluxe.fr/>
49. Yureka Network [Internet]. [cité 20 janv 2025]. Disponible sur : <https://yurekanetwork.com/>
50. Collectif CURA [Internet]. [cité 20 janv 2025]. Ressources. Disponible sur : <https://www.cura-music.org/ressources>
51. #MeToo dans le cinéma : « C'est une révolution, ils ne peuvent plus l'empêcher » | Mediapart [Internet]. [cité 20 janv 2025]. Disponible sur : <https://www.mediapart.fr/journal/france/120224/metoo-dans-le-cinema-c-est-une-revolution-ils-ne-peuvent-plus-l-empêcher>
52. Franceinfo [Internet]. 2021 [cité 20 janv 2025]. #MeTooThéâtre : comment le hashtag a émergé sur les réseaux sociaux pour aider les victimes à témoigner. Disponible sur : https://www.francetvinfo.fr/culture/spectacles/theatre/metootheatre-comment-le-hashtag-a-émerge-sur-les-reseaux-sociaux-pour-aider-les-victimes-a-temoigner_4799903.html
53. Mouv' [Internet]. 2024 [cité 20 janv 2025]. Le #Metoostandup bouscule le monde de l'humour. Disponible sur : <https://www.radiofrance.fr/mouv/podcasts/la-chronique-de-constance-vilanova/le-metoostandup-bouscule-le-monde-de-l-humour-6850337>
54. #MeToo, du phénomène viral au « mouvement social féminin du XXIe siècle » [Internet]. [cité 20 janv 2025]. Disponible sur : https://www.lemonde.fr/pixels/article/2018/10/14/metoo-du-phenomene-viral-au-mouvement-social-feminin-du-xxie-siecle_5369189_4408996.html
55. XXI M. Tribune. Pour un #MeToo du monde de l'art [Internet]. Manifesto XXI. 2024 [cité 20 janv 2025]. Disponible sur : <https://manifesto-21.com/tribune-pour-un-metoo-du-monde-de-lart/>

L'argumentaire et tous les autres outils (affiche de communication, flyer, guide méthodologique, etc.) sont à retrouver sur le site des SISM, dans la rubrique « Espace organisateur » : www.semaines-sante-mentale.fr/connexion/

● CONSEILS PRATIQUES

Quelques éléments de méthodologie de projet

Monter un événement : les étapes clefs ⁵

1 Diagnostic partagé

2 Programmation

3 Mise en œuvre

4 Évaluation



Pour faciliter la conduite de votre projet⁶, pensez à :

- > Créer les **conditions institutionnelles de réalisation** du projet :
 - en mobilisant l'équipe de direction (l'appui de la direction est essentiel pour la réalisation du projet : elle légitime, valide, ajuste, et donne les moyens de réalisation du projet) ;
 - en inscrivant son action dans le projet et priorités d'actions de votre organisme.
- > Constituer un **groupe de pilotage**, si celui-ci n'existe pas, qui vous permettra d'associer les différents partenaires. Vous pouvez vous rapprocher des CLSM présents sur votre territoire car ceux-ci sont des collectifs interdisciplinaires.
- > Choisir une **personne référente** chargée de la mise en œuvre du projet dans la structure : reconnue par la direction et les membres du groupe de pilotage, elle est l'interlocutrice privilégiée en interne et en externe. Elle bénéficie d'une disponibilité suffisante et a un intérêt manifeste pour le projet. Parfois, la personne référente peut constituer, si les ressources humaines sont suffisantes, une équipe chargée de la réalisation du projet, associant 3 à 6 personnes volontaires.
- > **FACILITER** le partage de documents et la mise en commun au sein de votre équipe, via des outils en ligne comme un « Google Drive » par exemple : www.google.com/intl/fr/drive/

Tous ces conseils qui suivent doivent être ajustés au regard de l'environnement dans lequel vous évoluez et des différentes contraintes (de temps, financières, etc.) et des possibilités que vous avez. Ainsi en fonction du nombre de partenaires, de la taille de votre organisme, de votre réseau, de l'objectif visé, ces différents conseils doivent être remis en perspective et adaptés à votre contexte.

⁵ • <https://www.medecinsdumonde.org/app/uploads/2022/04/Education-pour-la-sante.pdf>
⁶ • https://promotion-sante-bretagne.org/wp-content/uploads/2020/06/guide_finalise_web.pdf

1. Diagnostic partagé

Cette première phase permet de **mieux comprendre une situation problématique ou un type de public** afin de proposer un événement SISM adapté aux besoins identifiés. Le diagnostic partagé est aussi l'étape de constitution de **l'équipe projet** qui travaillera sur l'organisation d'un ou plusieurs événements SISM sur un territoire donné.

Concrètement, cela passe par plusieurs événements possibles :

- **Réunions avec des partenaires** pour partager les points de vue sur une problématique de santé mentale associée au territoire.
- **Lecture d'articles, rapports, recommandations** à propos du sujet délimité.
- **Rencontres avec les publics** qui seront conviées aux événements SISM pour recueillir leurs envies, besoins, idées pour promouvoir leur santé mentale au moment des SISM.
- **Identification des ressources** dans l'environnement pour élaborer le projet et faciliter sa mise en œuvre.

L'implication des publics bénéficiaires tout au long du projet est une démarche intéressante puisque leur participation favorisera leur engagement dans la recherche de solutions, et dans l'adoption de nouveaux comportements.

À partir des besoins identifiés, vous pouvez établir :

- > Des priorités d'action
- > Votre plan d'action

Le public cible de votre événement peut parfois être reconsidéré, soit élargi, soit réduit (enfants, adolescentes, population précaire, personnes âgées, personnes concernées par un trouble psychique, aidantes/proches etc.).

Plus d'informations sur le diagnostic partagé sur le site: www.promotion-sante-idf.fr/diagnostic

Nous vous encourageons à regarder le **replay du webinaire « l'animation d'un collectif SISM »** organisé par le Secrétariat du Collectif national des SISM. Celui-ci donne des conseils sur les manières de se regrouper pour les SISM, et de susciter un engagement au sein d'un collectif SISM. Le replay est disponible sur la chaîne YouTube du PSYCOM :

www.youtube.com/watch?v=HriY1ddx23Y

2. Programmation

Cette phase permet de fixer les objectifs pédagogiques de vos événements SISM. Avoir des objectifs pour ses actions SISM est utile pour cadrer son projet, l'évaluer, et donner un cap commun à l'ensemble de l'équipe projet. Un objectif répond aux questions suivantes :

- > Sur quelle situation veut-on agir ?
- > Quelle est la population concernée ?
- > De quelle manière ?
- > Quand ?
- > En combien de temps ?
- > Où ?

Pour les atteindre, l'équipe projet doit tenir compte des moyens et des ressources disponibles (type d'action, durée, lieu, nombre de personnes mobilisées, contraintes financières, etc.). Pour vous aider à cadrer votre projet, vous pouvez passer par la rédaction d'une « fiche-action » pour définir les objectifs, le public ciblé, les ressources, etc.

Plus d'informations sur :

www.promotion-sante-idf.fr/agir/sappuyer-methodes/methodologie-projet-promotion-sante

Nous vous encourageons également à regarder le replay du webinaire « la mobilisation des ressources pour les SISM » organisé par le Secrétariat du Collectif national des SISM. Celui-ci donne des conseils sur les manières de trouver et obtenir des ressources matérielles, financières et humaines. Le replay est disponible sur la chaîne YouTube de PSYCOM : www.youtube.com/watch?v=qKjIGxWIRxM

La **communication** sur votre événement se fait à toutes les étapes importantes de votre projet : démarrage, constitution des équipes, formation, réalisation du diagnostic, définition des objectifs et réalisation du plan d'action. Il convient de préciser qui va communiquer, quand et comment.

Quand on communique sur la santé mentale, il arrive qu'on dévalorise les personnes concernées par des troubles psychiques sans le vouloir. Voici un article de PSYCOM qui donne des conseils pour **éviter la stigmatisation** dans la communication :





www.psycom.org/agir/linformation/journalistes-pour-informer-sans-stig-matiser/



Quand vous souhaitez agir contre la stigmatisation des troubles psychiques, vous pouvez utiliser l'outil **GPS Anti-Stigma**⁷.

Cet outil, développé par PSYCOM, est à retrouver sur : www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/

Cet outil pédagogique permet de :

-  **Consulter une typologie d'actions** anti-stigmatisation.
-  **Auto-évaluer une action** anti-stigmatisation au regard de 6 critères validés.
-  **S'appropriier les recommandations** de bonnes pratiques pour agir contre la stigmatisation.
-  **Trouver des ressources** pour améliorer son action.

Le **GPS Anti-Stigma** est un outil qui répond pleinement aux **trois principes** fondamentaux sur lesquels est fondée la boîte à outils « MOSAIC de l'OMS pour mettre fin à la stigmatisation et à la discrimination dans le domaine de la santé mentale »^{8,9} :

- > le coleadership par des personnes ayant une expérience vécue ;
- > le contact social ;
- > les partenariats inclusifs/collaboration significative.

7 • www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/

8 • www.who.int/europe/publications/i/item/9789289061384

9 • www.who.int/europe/fr/news/item/26-06-2024-the-overwhelming-case-for-ending-stigma-and-discrimination-in-mental-health

Un exemple de fiche-action à remplir pour cadrer votre événement, également disponible au téléchargement sur votre espace organisateur :

FICHE-ACTION ÉVÉNEMENT SISM

Depuis 1990, les SISM sont LE moment privilégié pour promouvoir la santé mentale de toute la population, partout en France métropolitaine et ultramarine. Pendant deux semaines au mois d'octobre, des centaines d'événements ont lieu : ciné-débats, expositions, animations, etc.

| | |
|--|--------------------------------------|
| Titre : | Présentation courte de l'événement : |
| Date : | |
| Horaires : | |
| Adresse : | Publics ciblés : |
| Type d'événement (ciné-débat, exposition, conférence, animation...) : | |
| Référentes (prénom, nom, contacts) : | Rôles |
| Partenaires | Rôles |
| Objectifs | |
| Déroulé détaillé de l'événement : | |
| Sur inscription ? <input type="checkbox"/> Pré-inscription (comment? via qui?) <input type="checkbox"/> Inscription le jour J (comment? via qui?) <input type="checkbox"/> Entrée libre | |

| | |
|---|--|
| Coûts + moyens (financiers, matériels, RH) : | Actions de communication : <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Avant l'événement pour l'annoncer <input type="checkbox"/> Après l'événement pour le valoriser Ce qui est prévu : |
| VIGILANCE, attention à : | POINTS FORTS, ça va marcher parce que : |
| Évaluation prévue pour l'événement : <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Formulaire de satisfaction à remplir sur le site Internet des SISM (espace organisateur) | |
| Ce qui est évalué : <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Satisfaction des publics <input type="checkbox"/> Déroulé du projet <input type="checkbox"/> Autre : | Comment cela est évalué : <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Questionnaire <input type="checkbox"/> Entretiens <input type="checkbox"/> Observations <input type="checkbox"/> Autre : |



Vous pouvez également créer un rétro-planning des étapes en fonction des mois : trouver le lieu, les intervenantes, créer le flyer, contacter la presse, enregistrer l'événement sur le site des SISM, etc.

Retrouvez les outils des SISM (argumentaire, guide méthodologique, affiches, etc.) sur : www.semaines-sante-mentale.fr

3. Mise en œuvre

Cette phase renvoie à l'animation et au déroulement de l'action. Elle désigne la **réalisation concrète de l'événement SISM** (animation de l'atelier pédagogique, visionnage du film et mise en débat pour un ciné-débat, etc.).

4. Évaluation

Il est utile de concevoir, **en amont** de l'événement SISM, une trame évaluative

de votre action. Cette évaluation produit des connaissances qui vous permettent de **trouver les axes d'amélioration** et de **communiquer sur votre événement dans le but de le valoriser**.

Vous pouvez évaluer :

- **Le processus** : création, mise en œuvre et déroulement, moyens et ressources utilisées.
- **L'activité** : qualité des actions et impact sur les personnes ciblées.

- **Les résultats** : atteinte des objectifs, niveau de satisfaction des bénéficiaires, retombées du projet (ex. : dans la presse).

L'évaluation passe par des questionnaires (papier, en ligne), ou des entretiens/focus groups.

Retrouvez les ressources méthodologiques [ici](#)

Afin de vous aider dans l'évaluation de votre événement, nous vous encourageons à remplir le questionnaire d'évaluation présent sur votre espace organisateur du site Internet des SISM. Celui-ci vous offre un temps de recul et d'analyse de votre action : pertinence du lieu et des horaires, typologie des publics présents, etc.



Nous vous invitons également à utiliser le GPS anti-stigma développé et présent sur le site du PSYCOM. Via un formulaire interactif, vous pouvez renseigner les informations de votre événement, et l'évaluer selon 6 critères inspirés de recommandations internationales issues d'études mesurant l'impact d'actions anti-stigma.

www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/le-gps-anti-stigma/

1

DIAGNOSTIC PARTAGÉ

Faire un état des lieux des besoins ciblés

(rencontres, lectures d'articles, etc.)

Constituer l'équipe projet

(inclure les bénéficiaires notamment)

2

PROGRAMMATION

Définir les objectifs du projet

(quoi? qui ? comment ? quand ? en combien de temps? où?)

Détailler le plan d'actions

et la manière dont le projet sera évalué

3

MISE EN ŒUVRE

Réaliser le ou les événements SISM

4

ÉVALUATION

Faire l'évaluation du projet sur 3 niveaux

- Processus : création, mise en œuvre et déroulement, ainsi que moyens et ressources utilisées
- Activité : qualité des actions et impact sur les personnes ciblées
- Résultats : atteinte des objectifs et niveau de satisfaction des bénéficiaires, ainsi que retombées du projet

Quelques principes éthiques pour guider vos événements SISM

- > **Autonomie des personnes** : respecter les choix individuels, même s'il s'agit de comportements potentiellement néfastes pour la santé (il ne s'agit pas de vouloir imposer une norme) et ne pas culpabiliser.
- > **Bienfaisance** (s'assurer que l'intervention que l'on va mener va « faire du bien ») : utiliser des connaissances scientifiquement validées (ne pas diffuser des messages non valides) et s'assurer de la non-malfaisance.
- > **La non-malfaisance** (s'assurer que l'intervention que l'on va mener ne va pas nuire) : toujours s'interroger sur les moyens employés, quelles que soient les finalités ; « la fin ne justifie pas les moyens » et s'assurer que l'intervention ne présentera pas de conséquences nuisibles dans d'autres domaines que celui de la santé (ex. : désorganisation sociale, familiale, culturelle...).
- > **Équité et justice sociale** : s'assurer que les messages diffusés et les comportements préconisés soient accessibles à tous (accessibilité financière, durée, accessibilité physique, etc.).
- > **Évaluer** régulièrement l'action pour pouvoir faire des ajustements.

Cadre pédagogique de vos événements SISM

- > Les différentes animations proposées s'inscrivent dans un **cadre ludique, pédagogique et convivial**.
- > La création de situations de participation (espaces de débats) qui favorisent la prise de parole, l'expression, le dialogue, sont au cœur des objectifs des SISM. Les interactions et échanges entre pairs et ceux au sein de la population sont recherchés.
- > Ces actions favorisent la création d'**espaces d'écoute sans jugement et bienveillants** mais également des temps d'échange, de partage et de jeux.
- > Chaque personne, quel que soit son âge, est considérée comme une **interlocutrice crédible et porteuse de savoirs**.

Attitudes de l'animateur ou l'animatrice en éducation pour la santé¹⁰

- > Favoriser la participation par la création d'un **climat de confiance** : techniques de présentation, recueil des attentes, attitude de non-jugement et d'écoute active.
- > Prise en compte des **représentations sociales**.
- > **Transparence des intentions** (expliquer les objectifs).
- > **Clarté des rôles**.
- > **Construction collective**.
- > Favoriser la **libre expression**.
- > Reconnaître les **compétences et ressources** de chacun, l'expérience positive doit être recherchée.
- > **Respect** de la personne, de ses particularités.
- > Vigilance sur la **non-exclusion** des personnes.
- > **Poser les règles** : confidentialité, respect de la parole... qui permettent à chacun une mise en confiance.

¹⁰ • www.who.int/europe/fr/news/item/26-06-2024-the-overwhelming-case-for-ending-stigma-and-discrimination-in-mental-health

Questions à se poser en tant qu'animateur ou animatrice

- > Quelles sont les **valeurs que je porte** au travers de mon intervention ?
- > Quelles sont les **valeurs du groupe** face à moi ?
- > Est-ce que **j'annonce mes valeurs** ?
- > Est-ce que **je prends en compte le parcours de vie** des personnes ?
- > Est-ce que l'événement mis en place laisse une place aux publics leur permettant de participer, de donner leur avis ?
- > **Quelle place je donne** à l'individu au sein du groupe ?
- > Est-ce que **je permets à tous les individus de s'exprimer** ?

Éléments importants à retenir

Tout événement se construit sur quatre éléments :

- > Une **population ciblée**.
- > Une **personne pour énoncer un message et ouvrir le débat** (une professionnelle de santé, une institution, une paire...).
- > Un **espace-temps** pour la rencontre (réunion, temps informel, séance de théâtre, journaux télévisés, salle d'attente...).
- > Un **outil** de médiation (film, affiche, brochure, jeu pédagogique...).

Le réseau de la Fédération Promotion Santé, des partenaires qui peuvent vous aider

Le réseau de la Fédération Promotion Santé soutient et développe des initiatives locales permettant de mieux répondre aux besoins de santé des citoyens. Interface entre les politiques, les acteurs de terrain professionnels ou bénévoles, et les populations, les structures Promotion Santé visent à lutter contre les inégalités de santé et à favoriser le bien-être pour tous.

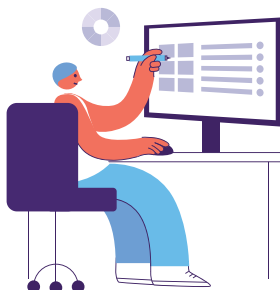
Leurs missions : la formation, le conseil méthodologique, l'évaluation, la documentation et l'élaboration d'outils d'intervention, la communication, le transfert de connaissances issues de la recherche, l'appui à la programmation des politiques de santé publique et la coordination de dispositifs ou de projets.

Depuis 2022, la Fédération Promotion Santé est membre du collectif national des SISM.

Plus d'information sur leur [site](#)

Organiser un événement en ligne

La crise sanitaire a rendu plus facile l'organisation d'événements en utilisant les technologies du numérique.



Quelques **avantages** aux événements en ligne (webinaires, conférences, groupes de parole, animations, etc.) :

- > Faciliter l'enjeu de la logistique (pas de salle à trouver)
- > Minimiser les coûts
- > Augmenter la portée nationale/internationale de l'événement

INFORMATIONS PRATIQUES

- > Mobiliser les **outils de visioconférence** tels que Zoom, Teams, Google Meet, etc. Pour ce genre d'événement, **la méthodologie de projet reste assez similaire** : définir la date, inviter les publics ciblés, communiquer sur son événement, trouver des intervenant·es si besoin, etc. Il faudra par contre adapter votre programme aux contraintes du numérique.
- > Proposer des **temps courts** car la concentration virtuelle est plus volatile. Découpez votre programme en 2 ou 3 interventions d'1 h 30, par exemple ! Après ces mois de confinements dus à la pandémie de Covid, certain·es de vos partenaires ont développé leur habileté sur les outils de conférence en ligne et peuvent sûrement vous conseiller ou vous aider dans cette nouvelle organisation.
- > **Éviter les conférences**, d'autres formats virtuels sont à inventer ! Il peut s'agir de la diffusion d'une vidéo puis d'un échange par tchat (discussion instantanée) sur des plateformes comme YouTube ou Facebook. Pensez à la mise à disposition d'outils : kit pédagogique, infographie ou affiche de sensibilisation en lien avec la thématique. Une campagne d'affichage peut être menée ou un podcast diffusé. Pourquoi pas organiser une exposition photo virtuelle ou encore un concours vidéo en ligne !

Tous les domaines de la promotion de la santé peuvent être source d'inspiration et nous comptons sur vous pour regorger d'idées innovantes.

Organiser un ciné-débat

INFORMATIONS PRATIQUES

- > S'informer sur les coûts de **location des salles** et du matériel de projection. Exceptionnellement, une contribution modique peut être demandée aux participant·es (<10 euros) afin de couvrir les frais engagés pour l'organisation d'un ciné-débat.
- > Se procurer le film sur un **support adapté à la diffusion publique** et obtenir son droit de diffusion auprès du distributeur (*voir Droit de diffusion ci-dessous*).
- > Solliciter des **salles de projection** d'art et d'essai ou grand public, des médiathèques et autres structures culturelles qui peuvent inscrire la rencontre à leur programmation. Ainsi vous pourrez mutualiser les coûts et le droit de diffusion.
- > Choisir le film en fonction **du public attendu ou visé** et des objectifs définis à l'avance. Privilégier le format court (52 minutes). Le format documentaire permet d'ouvrir plus facilement le débat avec le public.
- > Solliciter des **intervenant·es** (professionnelles de santé, des médias, usager·ères et proches), pour animer le débat, apporter une expertise et répondre aux questions du public.
- > Essayer d'inviter les réalisateurs ou réalisatrices, ou **l'équipe du film** à venir parler de leur projet, de la démarche qui les a guidés, de leur regard sur le sujet traité. Cette présence attire souvent le public et nourrit plus facilement les échanges.

Comment se procurer un film ?

Vous pouvez contacter les **salles de cinéma** (arts et essais ou conventionnées) pour demander un partenariat dans le cadre des SISM. Vous pouvez aussi contacter les médiathèques de votre ville qui ont l'habitude de ce type d'événements et qui sont le vecteur d'un public plus large, notamment scolaire.

Vous pouvez contacter les **distributeurs**, les sociétés de production ou les ayants droit afin de louer une copie du film sur support numérique pour diffusion publique non commerciale.

Enfin, vous pouvez **emprunter** des films auprès de : **bibliothèques publiques, bibliothèques** universitaires, Comités départementaux d'éducation pour la santé (CODES), réseau de la Fédération Promotion Santé, et certaines structures associatives locales. Dans ce cas, il faudra vous assurer que vous avez l'autorisation de diffuser la vidéo en public.

Droits de diffusion

Les représentations publiques, gratuites ou payantes, d'œuvres audiovisuelles ou cinémato- graphiques, même s'il ne devait s'agir que d'extraits, doivent impérativement être **autorisées par les détenteurs des droits** correspondants, à savoir le plus souvent les producteurs ou les distributeurs habilités.

La solution la plus simple est de **s'associer à une structure partenaire qui possède les droits de diffusion** (ex. : espace culturel, cinéma, médiathèque, etc.).

Dans le cas contraire, vous devez demander l'autorisation. Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter [Diffusion non commerciale | CNC](#).

Où trouver des vidéos, films et courts-métrages?

- > **Filmographie - «La folie au cinéma» - Site de solidarités et d'entraides destiné aux personnes concernées par le handicap psychique** qui répertorie environ 200 films.
- > **Home | psymages** a pour objet de promouvoir la réflexion sur l'audiovisuel en santé mentale et l'accès à l'information et à la documentation audiovisuelle dans le secteur de la santé mentale.
- > **Festival Imagesanté** a comme objectif principal la promotion et la sensibilisation à la santé, concrétisé sous la forme d'un Festival du film documentaire, d'ateliers et de conférences. Il propose également une vidéothèque en ligne.
- > **Le Centre national de l'audiovisuel en santé mentale (CNASM)** met à disposition des professionnel·les et du grand public des outils audiovisuels d'informations, de sensibilisation, de recherche et de formation destinés aux partenaires de la santé mentale. Contactez-les directement pour toute question sur leur catalogue : cnasm@orange.fr - 03 87 23 14 79

Des bases de données dites « grand public » peuvent aussi être consultées (AlloCiné, IMDb, Tenk, etc.). Pour les utiliser, définissez en amont les mots-clés : « santé mentale », « psychologie », « droits », « citoyens/citoyennes », « psychiatrie », « troubles psychiques », « rétablissement », etc. Et gardez en tête que si le contenu n'est pas accessible gratuitement, il faudra obtenir l'accord de diffusion publique (voir *Droit de diffusion ci-dessus*).



Organiser un atelier pédagogique



INFORMATIONS PRATIQUES

- > Organiser les ateliers dans des lieux calmes, conviviaux qui permettent de faciliter la parole des publics et de respecter la confidentialité des échanges.
- > Solliciter des personnes habituées à animer des ateliers avec le public cible (ex. : animateur·ices, éducateur·ices).
- > Solliciter les structures culturelles (bibliothèque, médiathèque, etc.) ou qui accueillent du public pour inscrire la rencontre à leur programmation. Pensez à choisir des lieux faciles d'accès.
- > N'oubliez pas de consulter et de tester l'outil en amont de l'atelier.
- > Préparer les questions et réponses auxquelles pourront être confrontés les animateurs et animatrices des ateliers.
- > Privilégier les petits groupes de personnes (10-15 maximum) pour favoriser une bonne dynamique de groupe et les échanges. Si toutefois le groupe est plus important, la mise en place de sous-groupes peut aider.
- > Programmer la durée totale de l'atelier (animation + débat) et informer les participants à l'avance. Ma pratique artistique (créatrice et/ou réceptrice)

Ma pratique artistique (créatrice et/ou réceptrice)

- > Qu'est-ce qu'une pratique artistique ? Quel est mon rapport aux arts ? Quelles en sont mes représentations ?
- > Pour quelles raisons m'orienté-je vers des activités culturelles ou créatrices ? Comment puis-je retrouver du plaisir dans mon engagement artistique ?
- > Comment ma pratique artistique contribue-t-elle à prendre soin de ma santé mentale ?
- > Quelles sont mes habitudes, les contextes favorisant mon engagement dans les pratiques artistiques ? Quels sont ceux qui le limitent ?
- > Comment améliorer dans mon quotidien ma pratique artistique ? Quelles sont les activités/ contextes qui favorisent ma pratique dans mon quotidien ? Quelles sont mes opportunités d'engagement artistique ou au contraire ce qui les limite ? Quels facteurs influencent ma motivation ?
- > Quel est mon rythme, la fréquence de ma pratique artistique ?
- > Pourquoi la pratique des arts présente-t-elle de nombreux bienfaits ?
- > Comment l'art peut-il aider, les personnes à tous les âges de la vie (de la naissance à la fin de la vie) ?
- > Pourquoi les arts sont-ils pertinents auprès des publics fragilisés et/ ou éloignés ?

Faciliter l'engagement artistique de l'autre

- > Quelles associations, lieux ou initiatives culturelles existent dans mon quartier ?
- > Comment y favoriser l'inclusion et l'accessibilité ?
- > Quelles représentations ai-je de rapport aux arts du public que j'accompagne ?
- > Après des personnes seniors, quels types de pratiques artistiques peuvent être

encouragées ? Et auprès des femmes enceintes ? Les personnes en situation de handicap ? Quels en sont les bénéfiques ?

Rétablissement et engagement artistique

- > Quelle place occupe l'art dans mon rétablissement ? Quels bénéfices, personnels, sociaux, émotionnels j'en tire ?
- > En quoi la pop culture contribue-t-elle à lutter contre la stigmatisation ?
- > Comment les œuvres des personnes concernées par un trouble psychique, lorsque celles-ci sont exposées, sont-elles perçues ? Comment expliquer le lien entre certains courants artistiques et la stigmatisation des œuvres des personnes concernées ?
- > Comment mon service de soin / hôpital / institution pourrait mieux intégrer l'art dans le projet du service ou de l'établissement ?
- > Comment faciliter l'art thérapie dans les services de santé ?
- > Comment favoriser les dispositifs tels que les ordonnances muséales ou de muséothérapies ?

Santé mentale des professionnels du milieu culturel et artistiques ?

- > Quel regard porte-t-on sur les artistes qui parlent de leurs fragilités et de leurs troubles psychiques ? Comment aident-ils à lever le tabou sur la santé mentale et lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques ?
- > Quelles difficultés peuvent rencontrer les personnes souhaitant vivre de leur pratique artistique ? Comment mieux prendre soin de la santé mentale de celles-ci ?
- > Quels sont les dispositifs pour accompagner et soutenir les professionnels des arts en difficulté psychique de par leur exercice professionnel ?

Programmes et actions dans la communauté

- > Quel est l'impact de la pratique artistique sur le comportement des enfants en classe ? Quelles initiatives existent et sur lesquelles peuvent s'appuyer les professionnels de l'éducation pour favoriser la pratique artistique des enfants ?
- > Comment sensibiliser les jeunes à l'égalité femme homme, et à la prévention des violences physiques, sexuelles et psychologiques dans les milieux culturels et artistiques ? Quels organismes et associations proposent des programmes ?

Leviers d'actions politiques

- > Comment mieux promouvoir la pratique d'activité artistique ?
- > Comment mieux protéger la santé mentale et physique de celles et ceux qui travaillent dans le milieu artistique et culturel ?
- > Comment favoriser l'inclusion et l'accessibilité des milieux culturels ? Quels dispositifs existent-ils ?
- > Comment faciliter la pratique dans tous les milieux sociaux et à tous les âges de la vie ?
- > Comment mieux favoriser l'accessibilité à la pratique artistique de tous et de toutes en ville et en zone rurale ?
- > Comment réfléchir l'urbanisme pour que celui-ci soit plus favorable à la pratique artistique ?
- > Quels rôles peuvent jouer les municipalités, les services départementaux ou régionaux



BOÎTE À OUTILS ET RESSOURCES PÉDAGOGIQUES À DESTINATION DU GRAND PUBLIC

En partenariat avec Ascodocpsy¹¹ et CNASM¹², membre du Collectif national des SISM, et Arts Convergences¹³ nous vous proposons une liste d'idées de thèmes et d'outils pédagogiques (jeux, livres, films, etc.) que nous vous invitons à reprendre dans vos événements SISM. Cette liste n'est pas exhaustive.

Pour retrouver tous les outils pédagogiques en éducation pour la santé :

- > « Des outils pour agir » listés par Fédération Promotion Santé :
www.federation-promotion-sante.org/des_outils_pour_agir
- > Base des outils pédagogiques en éducation et promotion de la santé (Bip Bop) :
www.bib-bop.org/
- > Pédagogie interactive en promotion santé (Pipsa) :
www.pipsa.be
- > Répertoire d'outils pour développer les compétences psychosociales :
www.sirena-cps.fr/

Pendant les SISM (6 au 19 octobre), a lieu la 7^e édition du festival du film social (13 au 16 octobre). Ce festival culturel et social permet de diffuser des films centrés sur les personnes et leur vécu.

En 2024, le festival était présent dans 27 villes avec une programmation de 22 films. Une belle opportunité pour les organisateurs SISM de développer des partenariats, sur le terrain, entre ces deux événements : FFS et SISM.

Les organisateurs locaux des SISM sont donc invités à prendre contact avec les organisateurs locaux du FFS pour explorer les modalités possibles d'un partenariat local.

Pour vous mettre en lien, vous pouvez contacter les acteurs régionaux du FFS référencés sur leur site : www.festivalfilmsocial.fr/festival-en-region/



11 • www.ascodocpsy.org/

12 • www.cnasm-lorquin.fr/

13 • Arts Convergences



« **Les Rêveurs** »,
d'Isabelle CARRÉ, 2025, 1h44

Élisabeth, comédienne, anime des ateliers d'écriture à l'hôpital Necker avec des adolescents en grande détresse psychologique. À leur contact, elle replonge dans sa propre histoire : son internement à 14 ans. Peu à peu, les souvenirs refont surface. Et avec eux, la découverte du théâtre, qui un jour l'a sauvée.

[Les Rêveurs - Film 2025 - AlloCiné](#)



« **La lumière ne meurt jamais** »,
de Lauri-Matti Parppei, 2026, 111 min

Pauli, flûtiste classique, retourne dans sa petite ville natale pour se remettre d'une dépression. Retrouvant une ancienne camarade de classe, il se laisse séduire par la musique expérimentale. Pauli, qui a toujours recherché la perfection, est séduit par son énergie chaotique et trouve du réconfort dans leurs expérimentations sonores.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=1000016415.html



« **Les intranquilles** »,
de Joachim LAFOSSE, 2021, 1h59

Damien, peintre réputé dont le galeriste Serge gère la carrière, souffre d'un trouble bipolaire. Il a déjà été traité à l'hôpital précédemment et, au cours de vacances à la mer, il se sent à nouveau « bien », trop bien aux yeux de sa femme Leïla, qui craint également pour l'équilibre de leur petit garçon Amine. Bientôt, pris d'hyperactivité, Damien ne dort plus, bouscule son entourage, agit de manière incohérente, met de la mauvaise volonté à prendre son traitement. Cependant, fiévreux et inspiré, il peint. Toile après toile.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=277190.html



« **Amour** »,
de Michael HANEKE, 2012, 2h06

Georges et Anne sont octogénaires, ce sont des gens cultivés, professeurs de musique à la retraite. Leur fille, également musicienne, vit à l'étranger avec sa famille. Un jour, Anne est victime d'une petite attaque cérébrale. Lorsqu'elle sort de l'hôpital et revient chez elle, elle est paralysée d'un côté. L'amour qui unit ce vieux couple va être mis à rude épreuve.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=188067.html



« **Her** »,
de Spike JONZE, 2013, 2h06

Los Angeles, dans un futur proche. Theodore 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 Theodore, et peu à peu, ils tombent amoureux...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=206799.html



« **La fiancée du poète** »,
de Yolande MOREAU, 2023, 1h43

Amoureuse de peinture et de poésie, Mireille s'accommode de son travail de serveuse à la cafétéria des Beaux-Arts de Charleville tout en vivant de petits larcins et de trafic de cartouches de cigarettes. N'ayant pas les moyens d'entretenir la grande maison familiale des bords de Meuse dont elle hérite, Mireille décide de prendre trois locataires. Trois hommes marginaux qui

vont bouleverser sa routine et la préparer, sans le savoir, au retour du quatrième : son grand amour de jeunesse, le poète.

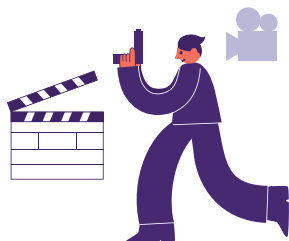
www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=288559.html



« **A study of empathy** »,
de Hilke RÖNNFELDT, 2023, 14 minutes

Dana veut montrer de l'empathie. Pénélope veut explorer l'empathie. Lorsque l'expérience artistique de Pénélope se produit, les émotions de Dana prennent un tour inattendu.

festival@shortcuts.pro



« **Dans la cour** »,
de Pierre SALVADORI, 2014, 1h37

Antoine est musicien. À quarante ans, il décide brusquement de mettre fin à sa carrière. Après quelques jours d'errance, il se fait embaucher comme gardien d'immeuble. Jeune retraitée, Mathilde découvre une inquiétante fissure sur le mur de son salon. Peu à peu, son angoisse grandit pour se transformer en panique: et si l'immeuble s'effondrait... Tout doucement, Antoine se prend d'amitié pour cette femme qu'il craint de voir sombrer vers la folie. Entre dérapages et inquiétudes, tous deux forment un tandem maladroit, drolatique et solidaire qui les aidera, peut-être, à traverser cette mauvaise passe.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=213859.html



REPORTAGE / DOCUMENTAIRE



« **Sœur : Journal d'une reconstruction** »,
Slash enquêtes- France Télévision, 2025,
54 minutes.

J'ai filmé 4 ans la vraie vie de ma sœur en dépression. Suite à un événement traumatique survenu en 2020, Elena, la petite sœur plonge dans une violente dépression. Pendant quatre ans, sa grande sœur documente la reconstruction d'Elena, ses moments de luttas, de repli, mais aussi ses victoires. Ce film est une exploration intime de la santé mentale, mais aussi un récit de résilience porté par l'amour entre sœurs.

<https://www.youtube.com/watch?v=LaJXGTwB73g>



« **Twist, Le pouvoir des sentiments** »,
d'Arte, 2025, 30 minutes

Pour Zaho de Sagazan, la musique sert de soupape à la tristesse. Quant à Chiharu Shiota, l'art l'aide à conjurer sa peur de la

mort. L'écrivain Matt Haig, lui, a souffert de crises de panique et de dépression. Et le chorégraphe suédois Alexander Ekman sonde dans ses créations le pouvoir des sentiments. L'art naît souvent dans le sillage des émotions !

[Twist - Le pouvoir des sentiments - Regarder l'émission complète | ARTE](#)



« **Bateau thérapie** »,
d'Olivier SURVILLE, 2022, 52 minutes

Bernard, un usager schizophrène en voie de rétablissement, a eu l'idée extraordinaire d'installer un chantier naval en plein cœur du Cesame, l'hôpital psychiatrique d'Angers. Animé par sa passion des bateaux, son rétablissement se fera en aidant les autres à se rétablir eux-mêmes. Une façon originale et unique d'aborder la pair-aidance en santé mentale, le rétablissement des personnes, et les nouveautés dans le rapport soignants-patients.

production@wallraff.fr



« L'art est dans la rue »,

2 mains productions, 2020, 47 minutes

Le documentaire se construit par la prise de parole de 24 personnes, directement concernés par l'art de rue à travers différents thèmes : l'illégalité, l'engouement, les galeries et l'évolution.

<https://www.youtube.com/watch?v=B7Fe9btBJPE>



« Créer ; survivre »,

d'Alex ANNA, 2024, 20 minutes

Comment continuer à créer quand on a du mal à survivre ? Alex Anna présente son film "Scars" en festival, mais derrière son apparent succès se cache une épuisante bataille contre son propre esprit. Mêlant la poésie à la brutalité de la solitude, "Créer ; survivre" confronte nos identités virtuelles et publiques à l'intime réalité de la dépression.

festival@travellingdistribution.com



« Sans cicatrice »,

de Théo ROLAND, 2023, 21 minutes

C'est l'histoire de l'évolution relationnelle entre une mère et son fils. La mère est bipolaire et fait de violentes crises. Après des années, la mère devient stable, ils décident de faire un film ensemble et d'y jouer leur propre rôle. Cette démarche symbolise la fin de leur périple chaotique.

rolandtheo.pro@gmail.com



« Anima »,

d'Elsa POISSONNET-BOYER 2024,
32 minutes

Anima est une vidéo-danse, poétique et documentaire. Cinq personnages principaux : Shayna, 17 ans, Elsa, 37 ans, Léon, 7 ans, Kemoko, 19 ans, et Tan, 80 ans, évoquent leur relation au monde, la façon dont ils y trouvent leur place, leur danse avec la vie. Comment passer du sentiment de solitude à celui de reliance ? Du sentiment d'impuissance à celui d'avoir de l'impact ? Progressivement, le film crée

des images de reconnexion à des choses simples, à l'environnement, à l'autre, et explore des pistes d'action collective.

milieusensibles@gmail.com



« Les mondes de don quichottes »,

de Matthieu PARENT, 2024, 52 minutes

Les Mondes de Don Quichotte Au cœur de l'hôpital psychiatrique Édouard Toulouse, dans les quartiers Nord de Marseille, l'Astronef, un théâtre singulier, devient le lieu d'une aventure humaine et artistique hors du commun. Artistes amateurs et professionnels, patients et soignants, unissent leurs imaginaires pour donner vie à une adaptation unique de Don Quichotte. Ce documentaire révèle les coulisses d'un projet collectif où le théâtre, le cirque et la musique s'entrelacent avec les réalités intimes des participants. Entre rêves de scène et défis du quotidien, Les Mondes de Don Quichotte explore les frontières entre l'art et le soin, où chaque geste et chaque mot tissent un lien subtil entre réalité et imaginaire.

matthieuparent@yahoo.fr



« Sa rafale »,

de Maxime GARULT 2024, 41 minutes

Dans ce documentaire de mi-métrage, le réalisateur Maxime explore le parcours de son ami Guillaume, artiste schizophrène, ainsi que ses propres expériences en milieu psychiatrique.

festival@salaudmorisset.com



« Chanter ses maux »,

d'Emmanuel THEVENON, 2024, 85 minutes

Johanel, 33 ans, souffre de handicap mental. Il raconte comment Stéphane Harreau, éducateur spécialisé et musicothérapeute, lui a permis de «chanter ses maux», accompagné de ses copains des Patalo, le groupe de musique de leur foyer de vie au coeur d'un village rural d'Ile de France. Parmi les quelque 300 chansons que Johanel a rédigées, nombreuses sont celles qui évoquent son abandon par sa

mère, 20 ans plus tôt, et son souhait de la retrouver en Guadeloupe, l'île de son enfance. Y parviendra-t-il ?

thevenon.emmanuel@gmail.com



« La ronde »,

de Camille LORIN et Charly TOTTERWIT
2024, 51 minutes

Trois œuvres de peinture, de Pierre Paul Rubens, William Turner et El Lissitzky, sont partagées avec les patient.e.s. du CLUB, cafétéria du pôle psychiatrie de la Colombière au CHU de Montpellier. Ce premier temps de regard, de discussion et de description les amène à déplier des récits singuliers qui, en se tissant les uns aux autres, construisent une histoire collective. D'autres images font jour, des sons s'inventent, une nouvelle attention à ce qui est là déplace les gestes et les mots dans un mouvement sans fin.

charlytotterwitz@13vents.fr



« Rester vivant – méthode »,

d'Erik LIESHOUT 2017, 70 minutes

Iggy Pop nous présente une méthode pour rester en vie dans un monde impersonnel. L'essai *Rester vivant - méthode* de Michel Houellebecq et les expériences personnelles d'Iggy Pop sont les points de départ de cette quête qui s'intéresse au rôle du poète, aux artistes en difficulté et aux problèmes de santé mentale. «Un poète mort n'écrit plus, d'où l'importance de rester vivant», et c'est bien là le combat de ce feel good movie sur la souffrance.

bperisson@damneddistribution.com



« Rock and roll la difference »,

d'Olivier PIGHETTI 2022, 90 minutes

Grâce à la musique, un groupe de personnes souffrant de handicap mental ont réussi à se sortir de leur isolement social et à monter un groupe désormais reconnu.

olivernewstv@gmail.com



« Corps et âmes »,

de Guillaume DELMAS et Mary-Noëlle DANA
2022, 50 minutes

Avril 2021, la France déconfiner doucement. A Arles, dans une salle de concerts déserte, le chorégraphe Tarek Aït Meddour et la médiatrice culturelle Cécile Combaret sont en pleine création d'une chorégraphie aux contours bien spécifiques : leurs danseurs auront entre 19 et 95 ans. Mathieu Blanc-Francard, alias Sinclair, compose la musique en direct.

Un mois plus tard, dans la petite ville de Mornant, près de Lyon, les pensionnaires de l'EHPAD reçoivent la visite de Tarek et Cécile. Ils sont accompagnés de 8 jeunes danseurs en formation professionnelle qui, comme les résidents, ont vécu un isolement indicible pendant la crise sanitaire. Ensemble, ils vont tenter de réveiller leurs corps, questionner la transmission, le Temps. A la clé ? Une performance publique sur la scène de l'Espace Jean Carmet.

Quand ni la mémoire, ni les corps ne suivent, danser semble un concept abstrait. Mais pour Huguette, Jacqueline ou Mayette, préparer ce spectacle, c'est retrouver le toucher et le regard, ignorés pendant des mois. La vieillesse, c'était ça. Le reste, c'est dans la tête.

gimmeshelterfilms@gmail.com



« À l'intérieur »,

de Claire JUGE 2023, 52 minutes

Dans un studio de danse de Lyon, un curieux groupe se réunit chaque lundi. Toutes amateur.rice.s, ils découvrent le mouvement et le plaisir de danser ensemble. Composée d'usagers et de soignants de l'hôpital psychiatrique du Vinatier, la troupe se retrouve dans un même élan créatif avec, en point de mire, danser à la Maison de la Danse de Lyon...

claire.juge@gmail.com



« Graff en tête »,

de Marie-Josée DESBOIS 2022, 19 minutes

Durant une année, 6 jeunes ont bénéficié de soins culturels du CPEA de Ploërmel. Leur objectif : créer une fresque graffiti à l'effigie du bonheur. Encadrés par un graffeur professionnel et des soignants qui les accompagnent, les jeunes vont se confronter à leur imaginaire, à la technique de la bombe, au regard des autres et ainsi créer une œuvre.

L'entraide et la créativité vont-ils leur permettre de vivre une expérience qui va les modifier de l'intérieur ? Graff en tête, un documentaire sur la force thérapeutique des soins culturels.

<https://youtu.be/A3bnIE9rHcY>



« Suivez le guide »,

de Clémentine et Thomas BASTY, 2018, 20 minutes

Le projet *Un autre regard* entend mettre en relation des adultes en situation de handicap mental et/ou psychique, une institution muséale et des visiteurs grand public en redistribuant les rôles. Prendre

le pari qu'une personne qui s'intéresse à l'art peut, le temps d'une journée, devenir médiatrice et proposer un autre regard au grand public.

Le projet se concrétise dans la création d'un événement rassembleur et collaboratif autour d'un réseau de musées partenaires, et au travers d'emplois contractuels au sein de musées.

gemca66@gmail.com



« Nos folies ordinaires »,

Adèle FLAUX et Jérémie FREY, France Télévisions, 2023, 52 minutes

Adèle Flaux et Jérémie Frey ont suivi Hana, Maximilien, Arnaud et Imelda, qui souffrent de troubles psychiques et témoignent de leur quotidien, entre préjugés à leur égard et aspiration à une vie heureuse en dépit de la maladie. Dans « Infrarouge », présenté par Marie Drucker, mercredi à 22.40 sur France 2.

[« Nos folies ordinaires » : reprendre pied malgré la maladie mentale | France TV & Vous](#)



COURS-METRAGES



« On n'est pas là pour avoir l'AAH »,

Eva BABOULENE, 4 minutes 09

Portrait d'un plasticien et poète vivant avec une psychose, ce film capture la poésie au-delà des fêlures.

<https://vimeo.com/1018652879>



« Ça va mieux en le rapping »,

Sébastien JOURDAIN, 4 minutes

L'histoire de deux potes que la musique rapproche au-delà de leurs divergences.

<https://vimeo.com/295183963>



« La guerre des bouts d'sons »,

Frédéric MOREAU de Bellaing, 2 minutes 44

Giuseppe est assailli de sons insupportables. Pour les combattre, il en fait de la Musique.

<https://vimeo.com/184991142>



« Notre Histoire »,

Jean-Marc BOURILLON, 5 minutes

Que dire en 5' ? Des participants d'un atelier vidéo s'interrogent sur ce qu'ils vont pouvoir dire, montrer, raconter de leur maladie, sur un ton décalé, souvent drôle.

<https://vimeo.com/183864829>



EMISSION DE RADIO / PODCAST



« Vitamine D »,

Apprentis d'Auteuil,

Ce podcast donne la parole à des jeunes, des professionnels et des acteurs engagés pour mieux comprendre les grands enjeux qui traversent la jeunesse. Saison 1 – Culture : un levier pour se révéler. Des témoignages inspirants sur la manière dont la culture peut aider à se construire, reprendre confiance, s'exprimer et trouver sa place. Vitamine D vous invite à découvrir et à réfléchir sur le rôle essentiel de la culture dans notre société.

Saison 2 – Santé mentale : briser les silences. Anxiété, isolement, ruptures familiales, décrochage... Des récits sensibles et sincères de jeunes, de parents et d'éducateurs, pour éclairer les fragilités et mettre en lumière les ressources qui permettent d'avancer.

<https://shows.acast.com/vitamines-d/episodes/limportance-de-la-culture-dans-le-processus-dintegration>

jeanne.favrel@apprentis-auteuil.org



« Quel est le secret de la créativité ? »,

Avec Philosophie, France Culture, 2022

Si la créativité peut être définie comme la capacité à inventer du nouveau, à créer des œuvres originales ou à imaginer des mondes, la cause de cette faculté reste encore insondable. Alors ... Quel est le secret de la créativité ? Quel est le secret de la créativité ? : un podcast à écouter en ligne | France Culture

L'artiste possède-t-il nécessairement ce petit grain de folie ? Comment concilier approche médicale et artistique pour recueillir au mieux les récits des patients souffrant de troubles psychiques ? Quel lien existe-t-il entre l'acte de création et les troubles psychiques ? [Faut-il être fou pour être créatif ? : épisode 4/4 du podcast Quel est le secret de la créativité ? | France Culture](#)



« Écrire pour se soigner »,

Priorité Santé, 2022

Écrire peut changer une vie. Coucher sur le papier ses émotions, ses idées, ses angoisses, peut permettre de laisser derrière soi certains blocages. C'est le principe de l'écriture thérapeutique, une méthode plébiscitée par certains psychologues, afin de surmonter un traumatisme, sortir d'une dépression ou faire face à une maladie ou un deuil. Ou juste pour nous aider à avancer au quotidien et mieux se connaître.

<https://www.rfi.fr/fr/podcasts/priorit%C3%A9-sant%C3%A9/20221215-%C3%A9crire-pour-se-soigner>



« La créativité, vecteur de rétablissement des troubles psy ? »,

La perche, 2024, 43 minutes

Au-delà du mythe dépassé de l'artiste torturé, on s'intéresse dans cet épisode au rôle que peut occuper la créativité dans le processus vers le rétablissement. Est-ce que créer peut aider à aller mieux ? Permettre de raconter son expérience avec plus de précision ? Au contraire, comment l'acte créatif peut parfois se transformer en tempête autodestructrice, notamment en phase de crise ?

<https://open.spotify.com/episode/6YBQJd2ldjDr9NI4wDdrC>



« Hygiène de vie : trouver son équilibre sans culpabiliser »,

La perche, 2024, 41 minutes

L'hygiène de vie, on le sait, est l'une des pierres angulaires du rétablissement. Un pilier essentiel. Mais qu'est-ce que c'est, au juste, une 'bonne hygiène de vie ? Derrière cette notion cruciale se cachent en réalité des éléments très variés : le sommeil bien sûr, l'alimentation, le sport... mais aussi parfois l'art, le travail, ou encore les relations

sociales ! Dans ce nouvel épisode de La Perche, on en a discuté avec Yannick, Diane et Anastasia, membres et pairs-aidants à La Maison Perchée. Ils nous ont parlé de leurs vécus, du chemin qu'ils ont parcouru pour construire la vie qui leur convenait et ont partagé quelques conseils pour avancer. Mais surtout, ils nous ont amené à repenser le sujet, en mettant au centre le bien-être plutôt que la culpabilité.

<https://podcast.ausha.co/la-perche-maison-perchee/hygiene-de-vie-trouver-son-equilibre>



« Créer pour se rétablir : quand l'art fait parler les maux »,

la Maison Perchée, 2025, 54 minutes

On associe souvent créativité et troubles psychiques, en empruntant souvent le cliché de l'artiste torturé qui va sublimer sa souffrance à travers la création. Au-delà de ce lieu commun, l'art peut aussi être un élément de rétablissement, une manière d'exprimer des voix restées longtemps muettes et de faire entendre des vécus, des combats. Les siens ou ceux des autres. On aime l'aborder de cette façon à La Maison Perchée, donc on a décidé d'inviter des personnes qui incarnent cette vitalité pour en parler : Hope, Lorna et Lisa Mandel.

<https://podcast.ausha.co/la-perche-maison-perchee/creer-pour-se-retablir-quand-l-art-fait-parler-les-maux-avec-lisa-mandel-et-les-piailleries>





DOCUMENTAIRE



« My Mind & Me »,

Alek KESHISHIAN, 2022, 1h35

Après des années sous les projecteurs, Selena Gomez devient une immense célébrité. Alors au sommet de sa gloire, un tour inattendu va soudainement plonger Selena Gomez dans l'obscurité. Ce portrait à la fois à vif et personnel retrace les six années qu'il a fallu à Selena Gomez pour revenir vers la lumière. En tant qu'artiste musicienne, Selena Gomez a vendu plus de 210 millions de singles à travers le monde et sa musique a été diffusée plus de 45 milliards de fois. Cette année, elle a été nommée aux Grammys pour son premier album tout en espagnol ainsi qu'aux Emmys pour son rôle dans la série "Only Murders in the Building" dans laquelle elle joue aux côtés de Steve Martin et Martin Short.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=307256.html



« WHY WE DJ - A DJsounds Documentary »,

Dj Sound, 2018, 38 minutes

Dans un nouveau documentaire révélateur qui explore la réalité du métier de DJ professionnel, entre hype, soirées, tournées incessantes et conséquences sur la santé physique et mentale. Après le succès de « The Underground Sound of Paris » l'année dernière, « Why We DJ » explore en profondeur la psychologie des DJ, en examinant les motivations qui poussent les gens à se lancer dans une carrière derrière les platines et les effets que cela peut avoir. Dans des interviews d'une franchise rafraîchissante, des managers d'artistes, des tour managers, des psychologues, des professionnels de l'industrie musicale et des DJ tels que Carl Cox, Luciano, Seth Troxler, B.Traits, Ben Pearce et Pete Tong MBE nous racontent les hauts et les bas que les DJ peuvent connaître au quotidien. « Why We DJ » offre un regard honnête sur la vie des DJ professionnels du point de

vue de personnes soumises à un emploi du temps chargé, à un manque de sommeil et à une pression créative, tout en étant constamment sous les feux des projecteurs des réseaux sociaux. Pour la première fois, le film examine comment les DJ peuvent souffrir de troubles tels que le syndrome de l'imposteur, ouvrant ainsi le débat sur les situations parfois sombres dans lesquelles les artistes peuvent facilement se retrouver lorsqu'ils ne sont pas sur scène. *Traduit de l'anglais.*

[WHY WE DJ - A DJsounds Documentary](#)



« Avicii, the true story »,

Levan TSIKURISHVILI, 2017, 1h37

Le 30 mars 2016, le producteur, auteur et artiste multi-récompensé Avicii (aka Tim Bergling) annonçait quitter le devant de la scène. Dans un portrait intime, l'histoire d'Avicii est racontée à travers ces True Stories ; ce documentaire très attendu suit la superstar DJ depuis ses débuts, en passant par son ascension dans les charts, ses hits mondiaux et son combat contre la maladie. True Stories, réalisé par Levan Tsikurishili (Avicii on Tour) dépeint un portrait intime de l'artiste grâce à des interviews où il se livre personnellement et les témoignages bienveillants de ses amis Tiesto, Chris Martin, David Guetta ou encore Nile Rodgers. On le voit aussi en plein processus de composition ou encore assurer les shows sur la scène des plus grands festivals du monde.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=258910.html



« Wonder Boy, Olivier Rousteing, Né Sous X »,

Annissa BONNEFONT, 2019, 1h38

Il y a huit ans, à l'âge de 25 ans, Olivier Rousteing est devenu le directeur artistique de la maison de couture française Balmain et en a fait l'une des plus influentes du moment après des années difficiles. Lors du défilé Printemps/été 2018, il est la star,

au cœur de toutes les attentions et force l'admiration de ses pairs. Toute sa vie, il s'est battu pour « briser son karma » et avoir du succès, afin de combler le vide douloureux qui gît au fond de lui... Ce succès n'aura finalement fait que renforcer cette terrible solitude. Olivier, petit garçon noir, né sous X, adopté par une famille bordelaise blanche à l'âge de 1 mois, ne connaît pas ses parents biologiques. Aujourd'hui, il ne peut plus vivre sans savoir d'où il vient et décide de partir sur les traces de son histoire.

Wonder Boy raconte ce voyage, pavé de douloureux moments et de découvertes salvatrices, un film puissant et inspirant.

Wonder Boy, Olivier Rousteing, Né Sous X - Film documentaire 2019 - AlloCiné



« La Méthode Stutz : Un bonheur à construire »,

Jonah HILL, 2022, 1h36

Conversant en toute sincérité avec l'acteur Jonah Hill, le psychiatre Phil Stutz évoque ses premières expériences de la vie, et son style de thérapie unique en son genre.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=288179.html



CHANSONS / CLIPS VIDEO



« Anxiété », Pomme

[→ musique “...”](#)



« l'Enfer », Stromaé

[→ musique “...”](#)



« Plaisir, risque, dépendance », album d'Adèle Castillon

[→ musique “...”](#)



« Décharge mentale », Amel Bent

[→ musique “...”](#)



« Summer body », Helena

[→ musique “...”](#)



« Beautiful », Christina Aguilera, version 2022

[→ musique “...”](#)



« Summer depression », Girl in red

[→ musique “...”](#)



« Les pleurs du mal », Dinos

[→ musique “...”](#)



« Suicidal Thoughts », The Notorious B.I.G

[→ musique “...”](#)



« Special », Lailow

[→ musique “...”](#)



« Ton ventre », Disiz

[→ musique “...”](#)



Vous pouvez aussi écouter l'album **« Recovery »** d'Eminem et ceux de Pink Floyd **« The Dark Side of the Moon »** et **« Wish You Were Here »**, etc.

Vécu des personnes concernées par un trouble psychique

(sans lien avec les arts)



« **La tristesse un peu, la passion toujours** »,
d'Olivier HEMS, 2022, 78 minutes

Après un burn-out professionnel, Alain, un médecin généraliste de 66 ans, reprend son activité. Le film l'accompagne entre consultations à son cabinet et rendez-vous chez sa psychiatre. Il se dévoile, passionné et fragile.

contact@mille-et-une-films.fr



« **Nos vies formidables** »,
de Fabienne GODET, 2018, 1 h 57

Margot, Jérémie, Salomé, César, Sonia... Ils ont entre 18 et 50 ans. Tout les sépare, sauf l'urgence de se reconstruire et de restaurer la relation à l'autre que l'addiction a détruite. Solidaires, ils et elles ont comme seules règles le partage, l'honnêteté, l'authenticité, la sincérité, l'humanité. Une bande incroyable de vivantes qui crient haut et fort qu'on s'en sort mieux à plusieurs que seule.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=260907.html



« **L'Adamant** »,
de Nicolas PHILIBERT, 2023, 1h 49min

L'Adamant est un Centre de Jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins qui les structure dans le temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui inventent jour après jour le quotidien.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=289240.html



« **Têtes plongeantes** »
de Lenny Grosman, 2025, 52 min

Pour libérer la parole sur la santé mentale, des footballeurs champions du monde et des jeunes partagent leurs expériences de dépression et d'anxiété.

En France, la santé mentale reste un sujet tabou, surtout chez les jeunes. Pour briser le silence, des champions du monde 2018 de football se livrent sur leurs propres angoisses et dépressions. A travers des cercles de parole, ils échangent avec des jeunes sur ces blessures invisibles, vécues en parallèle de leur succès. Ces rencontres à cœur ouvert visent à libérer la parole pour mieux soigner ces maux.



« **L'envol des miraculés** »,
de Régis BLANCHARD avec les adhérents du GEM La vie Ploërmel, 2023, 1H00

Pendant une année, à la demande des adhérents du GEM de Ploërmel, le réalisateur a suivi le rythme de la vie de ce lieu atypique, en toute confiance et bienveillance. Dans ce lieu un peu à l'étroit, les histoires de vie se

croisent. Autour d'un café, le temps d'une activité, entre fous rires, tendres colères, convivialité et surtout loin des jugements, les mots et les maux se posent. Des amitiés se tissent, la solitude s'éloigne. Mais surtout, avec légèreté et profondeur, on apprend à y apprivoiser la souffrance psychique.

Les Groupes d'Entraide Mutuelles(GEM) sont des associations portées par et pour des usagers en santé mentale ; ils reposent sur le principe de pair-aidance. Souvent implantés au cœur de la ville, ils permettent de se retrouver, de s'entraider, d'organiser des activités visant au développement personnel, de passer des moments conviviaux et de créer des liens.

<https://www.youtube.com/watch?v=KcfDRcDuUlc>



« Psycho, Moi et la schizophrénie »,

de Marie Villette et Antje Behr, 2024, 26 minutes

La schizophrénie fait peur - non seulement aux personnes concernées qui souffrent d'hallucinations, se sentent menacées et persécutées, mais aussi à leur entourage qui les croit dangereuses. Souvent incomprise et associée à des préjugés, la maladie éloigne les amis. Une prise en charge adaptée permet pourtant d'obtenir une rémission durable pour nombre de patients.

<https://www.arte.tv/fr/videos/119121-010-A/psycho/>



« Toutes nos différences »,

de Caroline AGULLO, 2023, 52 minutes

Dietmar, Sophie, Zorah, Sabine et Michèle souffrent de troubles psychiques. Après des années de repli sur la maladie, leur rencontre avec le Groupe d'Entraide Mutuelle, le GEM Narbonne, a transformé leurs existences. Au contact des 3 animateurs de l'association et des 130 autres adhérents, ils reprennent les rênes de leur vie. Ensemble, ils rient, chantent, dansent, s'entraident, se reconstruisent et se projettent vers un nouvel avenir.

<https://www.capuseen.com/films/8800-toutes-nos-differences>



« IMPATIENTES »,

de Quentin DELCOURT, 2022, 29 min

Consciente de la souffrance psychique qui a récemment envahi sa vie, Christine, professeure de philosophie, choisit de se faire hospitaliser. Elle découvre alors un nouvel environnement et fait la rencontre de Laure et Princesse Titou, deux consœurs de cheminement thérapeutique. Pour elles, une seule certitude : il n'y a pas de patients dans cet hôpital, juste des impatients. IMPATIENTES est un film social qui cherche à partager le quotidien caché et éprouvé des hôpitaux psychiatriques, lieux encore tabous et pourtant essentiels au système de soins français. Dans ce film, nous retrouvons des valeurs d'inclusion, de transmission, d'amitié et de sororité, avec une palette de personnages hétéroclite et intergénérationnelle. Avec espoir, IMPATIENTES rend hommage aux patients et aux professionnels de santé ; et espère ouvrir le débat sur la représentation et les réalités des services de psychiatrie.

<https://irrixfilms.com/impatientes>

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=315031.html



« Eredità »,

de Jean-Luc CESCO, 2023, 61 minutes

Eredità, c'est l'histoire de deux voisins qui s'accompagnent dans des moments difficiles de leurs existences. Le réalisateur imagine que le fantôme de l'ancien propriétaire est resté dans son appartement. Muguetta, sa voisine, accumule chez elle tout un fatras d'objets ramassés dans la rue. À l'épreuve de la maladie et de la mort, chacun d'eux laisse apparaître des traces de son héritage familial. La mémoire ne s'efface pas, elle reste coincée quelque part...

www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/68838



« Hikikomori, les reclus volontaires ? »,

de Michaëlle GAGNET, 2020, 65 minutes

En France, ils et elles seraient des dizaines de milliers, des garçons en majorité,

adolescents et jeunes adultes, à se retirer de la société, abandonnant études ou travail pour s'enfermer, rompre avec un quotidien qui les oppresse. Ils et elles échappent à toutes les statistiques et n'apparaissent nulle part. Est-elle le révélateur d'une souffrance contemporaine ou cache-t-elle une maladie psychiatrique ? Ce documentaire éclaire sur ce mal mystérieux en suivant le travail de Marie- Jeanne Guedj, psychiatre à l'hôpital Sainte-Anne, une des premières à s'être intéressée à ces jeunes reclus. Elle conseille et soutient également leurs parents désemparés qui se battent malgré leur sentiment de détresse et d'impuissance.

www.film-documentaire.fr/4DACTION/w_fiche_film/60138



« 20 ans, le plus bel âge de la vie »,
de La Chaîne parlementaire, 2023,
52 minutes

Dérèglement climatique, guerre en Ukraine, crise économique, pandémie du Covid-19... Ce contexte anxiogène a affecté considérablement la santé mentale des 18-24 ans, à un âge déjà d'une grande vulnérabilité. Perte de confiance en l'avenir, tristesse, crises d'angoisse, isolement, dépression, troubles addictifs, automutilation, gestes suicidaires, les symptômes sont multiples et alarmants.

Face à cette situation explosive, les accompagnements semblent insuffisants et inadaptés. En 2016, en France, une aide d'un nouveau genre a vu le jour. Importée du Royaume-Uni, Nightline est une ligne d'écoute gratuite, de nuit, animée par les étudiantes pour les étudiantes. Elle obéit à quatre critères : confidentialité, anonymat, non-directivité, non-jugement. Et depuis sa création, elle connaît un succès grandissant. Comment expliquer l'importance des troubles mentaux chez les jeunes ? Quelles sont les racines de cette profonde détresse ? Et comment contrer ce phénomène qui, au-delà de la France, touche d'autres pays en Europe ?

S'appuyant sur le travail de terrain de l'association, filmé au cours d'une nuit, ce documentaire donnera la parole, en filigrane, à ceux qui subissent – étudiantes

en souffrance – et à celles et ceux qui les aident – expertes et observateurices de ce mal-être. Film de paroles, de compréhension et d'écoute, d'interrogations, de réflexions et de solutions, il met au jour une crise autant individuelle que collective qui, en affectant la jeunesse d'aujourd'hui, menace de fragiliser la société de demain.

www.lcp.fr/programmes/20-ans-le-plus-bel-age-de-la-vie-217871



« La folie, et après ? »,
de Sylvie PERRIN, 2022, 52 minutes

2 millions de Français sont frappés chaque année par une maladie psychique grave : un trouble anxieux, une dépression, un burn-out, une phobie ou encore souffrant de bipolarité... La vie normale pour eux s'arrête. Après des années douloureuses d'hospitalisation, de traitements chimiques lourds, Sonia, Pierre, Sébastien et Sophie sont en phase de rétablissement. C'est alors une nouvelle épreuve qui les attend : se réinsérer dans une société où les maladies psychiques trop inconnues font peur. Le Clubhouse les accompagne avec réussite dans leur rétablissement par une réinsertion coûte que coûte dans la vie professionnelle. Ce documentaire nous propose un regard tourné vers leur reconstruction.

cocottes@cocottesminute.fr

sylvieperrin@chefmonteuse.com



« À la folie, bienvenue au café curieux »,
de Christophe RAMAGE, 2023, 52 minutes

Marcos, Sylvie, Florence et Slim... se retrouvent chaque jour au Café Curieux. Ils ont tous connu la psychiatrie, mais ici, ils sont libres.

Ce lieu existe depuis près de 20 ans pour accueillir des personnes atteintes de maladies psychiques. Ici, les fous s'expriment, créent et se réinventent. Ils prouvent que la folie n'est pas une fatalité. Mais le monde extérieur leur est souvent hostile. Par peur, par incompréhension, on les confine, on les enferme. « Le monde est fou ! »

julie.desandre-navarre@apropos-productions.com



« Nos folies ordinaires »,
d'Adèle FLAUX et Jérémie FREY, 2023,
52 minutes

Et si la maladie mentale n'était pas une fatalité ? En France, on estime à 3 millions la part de la population atteinte de troubles psychiques sévères. Parmi eux, Hana, Arnaud, Maximilien et Imelda apprennent jour après jour à vivre avec leurs troubles. C'est par l'expression artistique, le travail ou encore l'entraide qu'ils puisent des ressources inattendues et trouvent leur place dans la société.

j.massadau@cineteve.fr
e.mauriac@cineteve.fr



Jeux pédagogiques sur la santé mentale



JEUX PEDAGOGIQUES



« **Levons les tabous sur la santé mentale** », produit par l'Unicef

Public : 10-18 ans

Ce kit a trois objectifs : informer les jeunes sur la santé mentale en présentant sa définition et en explorant les différents mal-être et troubles psychiques, prendre conscience de l'importance des émotions et de l'état psychique, et repérer les signes de mal-être en ayant en tête des solutions possibles.

<https://my.unicef.fr/wp-content/uploads/2023/04/04-03a-Kit-pe%CC%81dagogique-SANTE%CC%81-MENTALE.pdf>



« **Le Jardin du Dedans**® », produit par Psycom

Public : 8-11 ans

Les planches illustrées du Jardin du Dedans® permettent de sensibiliser les enfants à la santé mentale et d'aider les adultes à aborder ces questions complexes avec eux. Créé par PSYCOM, ce kit pédagogique a reçu le soutien de l'Unicef France. Ce kit a trois objectifs: sensibiliser les enfants à la notion de santé mentale, ouvrir le débat pour lever le tabou sur la santé mentale, et aider les adultes à discuter de ces sujets.

www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/le-jardin-du-dedans/



« **Le Cosmos mental**® », produit par Psycom

Public : tous publics

Le Cosmos mental® est un clip pédagogique et un jeu – pensé avec Les Zégaux – pour expliquer de manière imagée le concept de santé mentale. La métaphore du Cosmos illustre la complexité et la dynamique de la santé mentale, qui évolue tout au long de la vie. Ce clip peut s'utiliser seule, ou pour animer des actions de sensibilisation, en

suivant les conseils proposés dans le mode d'emploi qui l'accompagne. Dans sa fusée, l'individu voyage au milieu de planètes « ressources » et « obstacles », affronte des astéroïdes « accidents de parcours », rencontre des étoiles filantes « événements de vie » et tente de se maintenir sur la voie lactée de « l'équilibre psychique ».

www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/kit-cosmos-mental/



« **Voyage au cœur du Cosmos mental**® », produit par PSYCOM

Tous publics

« Voyage au cœur du Cosmos mental® » est une variante du kit pédagogique « Cosmos mental® ». Il a été pensé pour animer un temps de discussion sur ce qu'est la santé mentale dans le cadre d'événementiel (stand, public non captif).

www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/kit-cosmos-mental/



« **La Fresque de la santé mentale**® », créé par Nightline

Publics: jeunes (étudiants) et adultes

Inspirée par le modèle de la Fresque du Climat et de la capacité à mobiliser de l'intelligence collective pour aborder des sujets complexes, Nightline crée la Fresque de la santé mentale®, dans une approche généraliste et universelle de la santé mentale à tout âge. Avec le soutien de la Fondation Sisley d'Ornano, et en partenariat avec le PSYCOM pour la conception, la Fresque de la santé mentale® contribue au développement du pouvoir d'agir de chacune sur sa santé mentale.

www.nightline.fr/la-fresque-de-la-sante-mentale



« **Les clichés de la santé mentale** »[®],
créé par Psycom

Publics: jeunes (étudiants) et adultes

Un outil de photo-expression pour échanger sur les représentations sociales de la psychiatrie et de la santé mentale. Il s'agit d'un outil de photo-expression basé sur les principes de l'Éducation populaire : partage des points de vue, appropriation d'un sujet qui nous concerne tous et toutes et sur lequel il est intéressant de réfléchir ensemble.

Cet outil est proposé pour aborder les représentations sociales qu'on se fait de la psychiatrie et de la santé mentale en utilisant des images, car la médiation par l'image favorise l'expression des opinions dans un groupe. Toutes les images proposées dans cet outil ont été sélectionnées spécifiquement pour aborder cette thématique.

[Les clichés de la santé mentale](https://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/)[®] – Psycom – Santé Mentale Info



« **Les Mythes et réalités** »
Psycom

Public : jeunes (étudiants) et adultes

Les idées reçues constituent la bibliothèque de nos schémas de pensées. Pas toujours fausses mais difficiles à faire évoluer, elles permettent de classer nos pensées. Positives ou négatives, elles sont construites et transmises par l'environnement familial, social, culturel et l'histoire de chaque individu. Psycom a recensé un ensemble de mythes, classé par thématiques, et a cherché des données probantes disponibles, qui les remettent en question. Cet ensemble de mythes et réalités sont présentés sur des supports variés (étiquettes, affiches, poster, diaporama) et peuvent être utilisés en contexte d'animation, de sensibilisation ou de formation.

<https://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/mythes-et-realites/>



« **L'abaque de la folie** »,
Psycom

L'Abaque de la folie Psycom est inspiré de l'Abaque de Régnier[®]. Utilisé en groupe, il permet de faire émerger les représentations sociales des individus sur un sujet et d'en débattre.

<https://www.psycom.org/agir/laction-anti-stigmatisation/abaque-de-la-folie/>



« **L'iceberg des discriminations** »
et « **Le cycle de la discrimination** »,
produit par PSYCOM

Deux affiches qui détaillent le mécanisme des discriminations en santé mentale. Elles peuvent servir de support de médiation pour un atelier, ou bien être affichée dans une structure.

www.psycom.org/agir/linformation/affiches/

Vous pouvez aussi amener le sujet de la santé mentale dans tous les outils et spécialement ceux qui travaillent les émotions. Pour trouver els outils sur les émotions, vos pouvez consulter la liste sur le site bip-bop. Parmi les outils disponibles, il existe « Les Moodz », à partir de 3 à 6 ans : « adorables, espiègles et très expressifs, les Moodz, douze petits personnages, se laissent régulièrement déborder par le flot de leurs émotions » .



Inégalité de genre dans les arts et dans la vie



DOCUMENTAIRE



« **Metoo dans l'art : #notsurprised** »,
d'Aurélia ROUVIER, 2023

Un doc sur une révolution féministe nécessaire. Réalisé par Aurélia Rouvier, ce documentaire éclaire sur les abus qui sont restés très longtemps la norme dans un milieu outrageusement dominé par les hommes. Mais il a aussi le mérite de questionner plus largement la façon dont le pouvoir crée des conditions favorables aux violences sexuelles et sexistes.

« **MeToo dans l'art : #notsurprised** », | [CANAL+](#)



« **Jusqu'à la Garde** »,
de Xavier LEGRAND, 2018, 1h34

Le couple Besson divorce. Pour protéger son fils d'un père qu'elle accuse de violences, Miriam en demande la garde exclusive. La juge en charge du dossier accorde une garde partagée au père qu'elle considère bafoué. Pris en otage entre ses parents, Julien va tout faire pour empêcher que le pire n'arrive.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=248039.html



« **Me Too: The Movement** »,
de Piers GARLAND, 2021, 58min

Dans le monde entier aujourd'hui, les femmes brisent le silence. Elles descendent dans la rue ou s'expriment sur les réseaux sociaux, par millions. Elles expriment leur colère face à une culture profondément enracinée qui laisse agir la prédation sexuelle et qui a atteint aujourd'hui des proportions épidémiques. Pour comprendre les batailles d'aujourd'hui, plongeons également dans le combat historique pour l'égalité des femmes.

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=291065.html



« **Projet crocodiles** »,
produit par Thomas MATHIEU, 2018

Thomas Mathieu illustre des témoignages de femmes liés aux problématiques comme le harcèlement de rue, le sexisme ordinaire et les violences sexistes et sexuelles dans les espaces publics et privés. Son travail s'inscrit dans un mouvement plus large de prise de conscience et d'une nouvelle génération de féministes, qui utilisent Internet pour réfléchir et informer sur différents concepts... Dans ses planches, les décors et les personnages féminins sont traités en noir et blanc de manière réaliste tandis que les hommes sont représentés sous la forme de crocodiles verts. Le lecteur ou la lectrice est invitée à épouser le point de vue de la femme qui témoigne et à questionner le comportement des crocodiles particulièrement quand ils endossent le rôle stéréotypé de dragueurs/prédateurs/dominants. L'exposition se présente sous 19 panneaux souples.

www.centre-hubertine-auclert.fr/egalitheque/exposition/exposition-projet-crocodiles



« **We are coming. Chronique d'une révolution féministe** »,
de Nina FAURE, 2022, 1 h 27

Une nouvelle génération politise les enjeux autour du corps, de la sexualité et des rapports de genre. Pour deux amies, Nina et Yéléna, cela commence par une prise de conscience. Avec quelques autres, elles se demandent pourquoi, dans une société qui prétend que l'égalité des sexes est déjà là, l'accès au plaisir est si difficile. Elles organisent des groupes de parole, découvrent « Notre corps, nous-mêmes », un manuel féministe historique qui leur ouvre de nouvelles portes d'analyse. Elles vont à la rencontre d'enseignantes, d'éducatrices, de sociologues pour tracer pas à pas ce qui finira par être un vrai plan d'attaque. De plus en plus impliquées dans

les luttes qui se soulèvent partout, au cœur de ce mouvement féministe qui déferle, elles découvrent un plaisir jusqu'ici insoupçonné, celui de poursuivre une émancipation collective. Le plaisir d'abolir le patriarcat, tout simplement.

www.wearecoming-lefilm.fr/a-propos/



EXPOSITION



« **Lutter contre les LGBTIphobies** », produit par le Musée national de l'Éducation 8 panneaux abordent les thèmes suivants: définitions des termes principaux autour des questions de normes, d'identité de genre et d'homosexualité, homosexualité et société : des normes héritées de l'éducation religieuse, littérature et invisibilisation, discrimination et médicalisation, éducation à la procréation ou éducations aux sexualités, aborder les questions LGBTI+ en famille par la littérature jeunesse, lutter contre les LGBTIphobies aujourd'hui et demain.

www.reseau-canope.fr/musee/fr/les-expositions-itinerantes/expositions-itinerantes



JEUX PEDAGOGIQUES



« **Mon corps & moi** », produit par le Crips Ile-de-France, 2021
Publics: préadolescents, adolescents

Ce jeu permet de développer les compétences psychosociales chez les jeunes de 16 à 19 ans en identifiant ce qu'ils aiment ou aiment moins chez eux (caractéristiques physiques), ainsi que leurs principales forces de caractère. C'est un outil qui met en valeur les ressources individuelles. Il vise à renforcer la connaissance et l'estime de soi et à améliorer son rapport au corps. Il permet de mobiliser différentes compétences : la

communication verbale et non verbale, la prise de décision, la pensée critique, l'estime de soi, la confiance en soi, l'auto-évaluation et l'empathie.

Deux autres outils édités également par le Crips Ile-de-France, « Qui dit quoi » et « Jeu de corps », peuvent s'utiliser en complément. Ils proposent aux jeunes de se détacher du poids des normes, d'être bienveillants envers eux-mêmes et envers les autres en développant leurs compétences psychosociales.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=9771&titre=mon-corps--moi&debut



ORGANISME NATIONAL



Collectif 50/50

L'inégale répartition entre femmes et hommes des responsabilités, des financements et des outils de travail trahit un déficit démocratique majeur, ainsi qu'une forme d'immobilisme au sein de l'institution culturelle susceptible de couper celle-ci des mouvements de notre société. Le Mouvement HF+ réclame l'égalité réelle entre les genres aux postes de responsabilité, dans l'attribution des subventions, dans les programmations, dans les instances de décisions et de nominations.

[Le Ciné-club 50/50 – Collectif 50/50](#)



Fédération inter-régionale pour l'égalité des genres dans les arts et la culture

Agir ensemble pour l'égalité réelle entre les genres dans les arts et la culture

<https://www.mouvement-hf.org/quisommesnous>



Les risques de la pratique professionnelle dans les arts

CONFERENCE



« La santé dans les métiers d'art : un angle mort des politiques publiques ? »

Cette conférence est l'occasion de donner à voir, à partir d'une étude comparative internationale, une problématique qui n'est

pas propre à la France, et de sensibiliser à la nécessaire prise en compte par les pouvoirs publics des réalités et besoins inhérents aux métiers d'art.

<https://www.youtube.com/watch?v=-MHxHmDKUgI>

DOCUMENTAIRE



« Bleu de travail et bleu du ciel », Jean-Luc GALVAN, 2000, 52 minutes

Manuels, intellectuels, polyvalents, c'est avec la même habileté qu'ils jonglent avec poste à souder, flammes ou dossiers de subventions. Rejetant les formes traditionnelles du salariat, ils ont choisi ce mode de vie. Pourtant ils sont précaires,

le plus souvent Rmistes, avant de devenir « intermittents du spectacle ».

A travers les préoccupations de ces professionnels du spectacle, le film interroge le rapport au travail aujourd'hui et pose des pistes de réflexion sur un « autre travail » qui échapperait à la notion de labeur.

[La vidéo est à retrouver ici.](#)

ORGANISME NATIONAL



Audiens

Notre mission : anticiper les évolutions des métiers de l'information de la création et des loisirs et les besoins de leurs talents, afin

de leur apporter des solutions de protection sociale et des services au plus proche de leurs attentes

<https://www.audiens.org/accueil/ressources.html>



Les arts comme leviers d'action politique



EMISSION DE RADIO / PODCAST

« **L'ouverture culturelle pour toutes et tous au LaM : l'art au cœur d'une pratique singulière dans des lieux hors-normes** »,
de Claudine TOMCZAK, 2024, 36mn.

Le LaM est le musée d'art moderne de Lille. L'accessibilité y est un objectif important, et de nombreux ateliers artistiques y sont organisés auprès des publics éloignés, en particulier les personnes en situation d'handicap.

<https://podcast.ausha.co/pchit/l-ouverture-culturelle-pour-toutes-et-tous-au-lam>



« **Culture et santé, l'art à l'hôpital : ce que le Covid a changé** »,
France Culture, 2023, 1h33

L'arrivée du Covid en France a vu naître de nouvelles alliances entre artistes et soignants pour le bien-être des patients. Trois ans après le début de la crise sanitaire, Soft Power s'intéresse aux dialogues culturels et artistiques à l'hôpital.

<https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/soft-power/culture-et-sante-l-art-a-l-hopital-ce-que-le-covid-a-change-1425128>



« **Instaurer l'hospitalité à l'hôpital public par l'art et le design** »,
Design we care, 2023,

Avec Carine Delanoë-Vieux, docteure en design, diplômée de l'Université de Strasbourg, et chercheuse associée au laboratoire ACCRA UR3402 (Approches contemporaines de la création et de la réflexion artistique). Sa thèse s'intitule « Art et design : instauration artistique, entre hostilité et hospitalité des lieux de soins et habitabilité du monde ». Elle est actuellement directrice du lab-ah (laboratoire de l'accueil et de l'hospitalité) du GHU Paris psychiatrie & neurosciences qu'elle a fondé en 2016 avec la designer Marie Coirié. Avant le lab-ah, elle a successivement fondé et dirigé deux autres structures d'innovation

culturelle intégrées à l'hôpital, véritables espaces d'expérimentations artistiques, patrimoniales et de design : La Ferme du Vinatier, centre culturel pluridisciplinaire de l'hôpital Le Vinatier à Lyon-Bron (1997 - 2009), qui lui a valu la distinction de Chevalier des Arts et des Lettres en 2003 ; Le programme « Santé e(s)t culture(s) » de l'Assistance Publique - Hôpitaux de Paris, en partenariat avec Marseille-Provence 2013, Capitale européenne de la Culture (2009 - 2015). Elle a en outre activement contribué à l'élaboration de la convention interministérielle Culture et Santé et à sa déclinaison en région Rhône-Alpes, en lien avec la DRAC (Direction régionale des affaires culturelles) et l'ARS (Agence Régionale de la Santé). Entre 2007 et 2011, elle a également fondé et administré un groupement national « Hi.culture » (Hôpital, innovation, culture) avec une dizaine d'établissements et trois fédérations hospitalières pour former et conseiller les acteurs publics dans ce domaine spécifique.

<https://chaire-philo.fr/instaurer-lhospitalite-a-lhopital-public-par-lart-et-le-design/>



« **Briser le silence autour de la santé mentale** »,
Laique, 2024, 54 minutes

Dans la première partie de l'émission, le reportage 'Partitions d'instinct' relate la participation de plusieurs jeunes patients du Vinatier (Lyon) et leurs proches à l'atelier de danse du chorégraphe Louis Combaud avec des soignants en vue d'une représentation à la Maison de la Danse, à Lyon. En plateau, la deuxième partie rassemble autour de l'animatrice, le réalisateur Pierre Schonbrodt, le psychiatre Emmanuel Monneron et la patiente Elena de Pascale, membre du collectif 'tout va s'arranger (ou pas)'. L'idée est de déstigmatiser les troubles psychiatriques ;

<https://auvio.rtbf.be/media/messes-et-cultes-emission-speciale-laique-3276699>

« L'hospitalité de la beauté : lieu d'accueil et de création pour les personnes en fragilité psychique »,

Carnets de Campagne, 2025, 14 minutes

L'hospitalité de la beauté : lieu d'accueil pour la fragilité psychique. Voici un endroit qui porte un nom étonnant, à Roquesérière : L'hospitalité de la beauté. L'association

Domino gère ce lieu qui s'appuie sur l'art pour accompagner des personnes en fragilité psychique, que ce soit un handicap mental ou une dépression.

<https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/carnets-de-campagne/carnets-de-campagne-du-jeudi-06-mars-2025-7772791>





JEUX PEDAGOGIQUES



« Zones de tolérance »,

produit par le Crips, série de 4 jeux pédagogiques pour 4 thématiques

Public : à partir de 13 ans, collégiennes, lycéennes, étudiantes, personnes en situation de handicap, en parcours de migration, jeunes en PJJ/ASE, publics en insertion

4 thématiques possibles à aborder :

- > Cyberharcèlement
- > Orientation sexuelle
- > Handicap mental
- > Vie affective et sexuelle

Outil pédagogique qui propose au participante de se positionner face à des situations en fonction des 4 thématiques possibles. L'outil incite à la participation et s'avère plutôt ludique. Le jeu peut être utilisé pour ouvrir une séance d'animation ou de débat. Cet outil peut être utilisé en groupe ou en entretien individuel.

<https://www.lecrips-idf.net/ressources/prev-zone-vie-affective-et-sexuelle/>



« Moi et les autres : apprendre, jouer, pour faire et vivre ensemble »,

produit par la Confédération des MJC de France,

Public : enfants de 6 à 11 ans

Cette malle est une adaptation pour les enfants de Savoir comprendre et agir pour dire non à la haine. C'est un outil interactif où l'on explore la solidarité, les droits, les médias, les préjugés, les points de vue et l'altérité. Les ateliers ont été conçus autour d'enjeux de développement de l'esprit critique via l'animation de débats, la transmission d'outils et de savoirs, propres à la construction du regard que l'on pose sur le monde, et de la façon dont on souhaite l'habiter.

[MELA_GUIDE_PageParPage-min.pdf](#)



« Parano chez les noobs »,

produit par Douar NEVEZ

Public : à partir de 13 ans, collégiennes, lycéennes, et adultes

Jeu straté-geek et pédago-geek de prévention des usages à risques des nouvelles technologies. Ce jeu facilite la création d'un dialogue dédramatisé avec les jeunes sur www.douarnevez.com/prevention/



« Le jeu du lien »,

produit par ScholaVie, 2023

Public : plusieurs versions pour les maternelles, les élémentaires et les secondaires

Un jeu pour partir à la découverte de soi et des autres. Apprenez à mieux vous connaître en répondant aux questions sur les cases! Les compétences psychosociales développées en utilisant cet outil sont: Avoir conscience de soi, Communiquer de façon constructive, Développer des relations constructives.

www.scholavie.fr/outil_pedagogique/jeu-du-lien/



« Des récits et des vies® »,

produit par Caroline CHAVELLI

Public : de 19 à 99 ans

Le jeu est un outil de médiation et d'expression pour les personnes en souffrance ou mal-être. Il repose sur la formulation d'émotion, de pensée ou de souvenir et la mise en valeur des qualités de chacun dans le but d'améliorer l'estime de soi. Ses points forts: simplicité de jeu, accessibilité à tous (aucun prérequis intellectuel ou moteur), diversité des joueur-ses, souplesse d'utilisation (durée de jeu variable, transport facile). Des avantages qui le rendent opérationnel rapidement lors d'une séance avec un professionnel de santé, dans un

établissement scolaire pour développer le vivre ensemble ou en famille pour rétablir les échanges.

www.desrecitsetdesvies.com/index.php#intro



« Places perdues ? »,

produit par Cultures et Santé, 2023

Public : adultes, adolescentes

Réalisé en partenariat avec un groupe fréquentant la Maison de Quartier d'Helmet, cet outil propose d'observer l'espace public qui nous entoure pour nous demander s'il est vecteur de lien social et répond à nos besoins. À partir de pistes d'animation variées en termes de procédés (jeu, photographie, collage), vous interrogerez les logiques sécuritaires qui sous-tendent l'aménagement de ces places « perdues ». Pourquoi ne sont-elles pas conviviales? Et comment y remédier ?

www.cultures-sante.be/outils-ressources/places-perdues-un-outil-danimation-sur-lespace-public-le-lien-social-et-la-securite/



« Le jeu des trois figures pour prévenir le harcèlement de la maternelle au lycée »,

par Tisseron, 2006

Publics: de la maternelle au lycée

Contribuer à un climat scolaire serein, lutter contre le harcèlement, et favoriser une approche innovante de la transmission des savoirs

<https://3figures.org/>



« Moi et l'empathie. Questions de perception(s) ? »,

de Pascal Desclos, produit par Valorémis, 2018

Public : enfants, préadolescents, adolescents

Ce jeu de cartes permet d'aborder de manière interactive la compréhension de nos émotions et le développement des compétences psychosociales dont fait partie l'empathie, cette faculté à pouvoir se mettre à la place de l'autre, d'envisager et com-

prendre son ressenti. Grâce à ce support ludico-éducatif et ses questions ouvertes, les participants peuvent échanger leurs expériences dans ce domaine, imaginer des pistes d'action pour mieux apprendre de soi, développer l'attention portée aux autres... Ce support est adapté au milieu scolaire et périscolaire à partir de 10 ans. Chacun peut amener des éléments complémentaires avec les cartes OUI / NON distribuées au préalable à chacun.

www.bib-bop.org/base_bop/bop_detail.php?ref=8200&titre=moi-et-l-empathie-questions-de-perception-s&debut



« Boîte à outils pour promouvoir l'empathie à l'école »,

produit par l'ONG Ashoka

Public : enfants de 5 à 12 ans et des fiches destinées aux adultes

Dans l'optique de cultiver la prochaine génération d'acteurs de changement, Ashoka a développé une boîte à outils pour permettre aux enseignants d'initier l'empathie dans leurs salles de classe.

<https://bdrp.ch/document-pedagogique/enseigner-lempathie-une-boite-outils-disponible-clefs-en-main>



« O'liens ! »,

produit par l'Association des Petits frères des pauvres, 2020

Public : personnes âgées

À l'appui d'un jeu de plateau et de 120 questions, les participantes sont invitées, en mode coopératif, à partager leurs représentations et expériences concrètes de situations vécues, observées, entendues portant sur l'isolement social des seniors.

Ce kit de médiation ludique a pour objectif de sensibiliser les professionnelles et bénévoles qui rencontrent des personnes âgées au quotidien, à outiller et renforcer leurs repères, et à les inviter à repérer et orienter les situations d'isolement.

editions@petitsfreresdespauvres.fr



« Cas par cas »,

produit par l'association Ink Link

Public : personnes migrantes

« Cas par cas » est un outil proposant une approche innovante afin d'échanger avec le public migrant. Il fait appel à une dimension projective dans la mise en relation via des cartes illustrées. Il est destiné au tissu associatif, aux institutions et plus largement

www.k-par-cas.org/2019/11/13/kit-initial-wp/



« Je verrai toujours vos visages »,

de Jeanne HERRY, 2023, 1 h 58

Depuis 2014, en France, la justice restaurative propose à des personnes victimes et auteuries d'infraction de dialoguer dans des dispositifs sécurisés, encadrés par des professionnelles et des bénévoles comme Judith, Fanny ou Michel. Nassim, Issa et Thomas, condamnées pour vols avec violence, Grégoire, Nawelle et Sabine, victimes de home-jacking, de braquages et de vol à l'arraché, mais aussi Chloé, victime de viols incestueux, s'engagent tous dans des mesures de justice restaurative. Sur leur parcours, il y a de la colère et de l'espoir, des silences et des mots, des alliances et des déchirements, des prises de conscience et de la confiance retrouvée... Et au bout du chemin, parfois, la réparation...

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=299938.html



« Ma vie de courgette »,

de Claude BARRAS, 2016, 1 h 06

Courgette n'a rien d'un légume, c'est un vaillant petit garçon. Il croit qu'il est seul au monde quand il perd sa mère. Mais c'est sans compter sur les rencontres qu'il va faire dans sa nouvelle vie au foyer pour enfants. Simon, Ahmed, Jujube, Alice et Béatrice : toutes et tous ont leurs histoires et elles sont

aussi dures qu'ils et elles sont tendres. Et puis il y a cette fille, Camille. Quand on a 10 ans, avoir une bande de copains, tomber amoureux, il y en a des choses à découvrir et à apprendre. Et pourquoi pas même, être heureux.

www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=236415.html



« Vice Versa »,

de Pete Docter, Ronaldo et Del Carmen, 2015,

1h 35min

A partir de 6 ans

Au Quartier Général, le centre de contrôle situé dans la tête de la petite Riley, 11 ans, cinq Émotions sont au travail. À leur tête, Joie, débordante d'optimisme et de bonne humeur, veille à ce que Riley soit heureuse. Peur se charge de la sécurité, Colère s'assure que la justice règne, et Dégoût empêche Riley de se faire empoisonner la vie – au sens propre comme au figuré. Quant à Tristesse, elle n'est pas très sûre de son rôle. Les autres non plus, d'ailleurs... Lorsque la famille de Riley emménage dans une grande ville, avec tout ce que cela peut avoir d'effrayant, les Émotions ont fort à faire pour guider la jeune fille durant cette difficile transition. Mais quand Joie et Tristesse se perdent accidentellement dans les recoins les plus éloignés de l'esprit de Riley, emportant avec elles certains

souvenirs essentiels, Peur, Colère et Dégoût sont bien obligés de prendre le relais. Joie et Tristesse vont devoir s'aventurer dans des endroits très inhabituels comme la Mémoire à long terme, le Pays de l'Imagination, la Pensée Abstraite, ou la Production des

Rêves, pour tenter de retrouver le chemin du Quartier Général afin que Riley puisse passer ce cap et avancer dans la vie...

https://www.allocine.fr/film/fichefilm_gen_cfilm=196960.html



SÉRIE



« Les moodz »,

France TV, 2025, 48 épisodes

Les Moodz sont douze petits personnages qui représentent les émotions et les comportements émotionnels les plus fréquents chez les jeunes enfants. Ils habitent dans un monde à part où ils forment une super équipe. Adorables, malicieux et très

expressifs, il est facile de se reconnaître en eux !

Avec leurs histoires inspirées du quotidien enfantin, les Moodz aident les enfants à se connecter à leurs émotions pour mieux s'épanouir, à construire des relations positives et à développer de meilleures facultés d'apprentissage.

<https://www.france.tv/france-5/les-moodz/toutes-les-videos/>



DOCUMENTAIRE



« Mon enfant après moi »,

de Martin BLANCHARD pour Arte, 2022, 57 minutes

Parents vieillissants d'adultes handicapés, ils s'inquiètent de la vie de leur enfant après leur disparition. Une plongée bouleversante dans le quotidien d'une maison d'accueil familial en Vendée, qui leur offre la perspective d'un avenir apaisé.

blanchardmartin@gmail.com

parcours, on découvre l'étendue du projet et ses résultats étonnants sur les populations les plus marginalisées. L'État annonce sa volonté de généraliser l'expérience, mais s'en donnera-t-il les moyens ?

www.youtube.com/watch?v=4OV6KKrWFUA



« Un chez-soi d'abord »,

d'Aubin HELLOT, 2020, 52 minutes

Dans le Grand Lille, d'anciens SDF atteints de maladies mentales suivent le programme « Un chez soi d'abord », qui part du principe qu'il y a plus de bénéfice à loger des SDF qu'à les laisser dans la rue. Accompagnés par des membres de l'association Abej, trois d'entre eux nous ouvrent la porte de leur appartement. À travers plusieurs



« Au Clemenceau »,

de Xavier GAYAN, 2021, 86 minutes

Le Clemenceau est un bar-tabac PMU fréquenté par une clientèle populaire à Saint-Raphaël. Il y a les clients qui ne font que passer et les habitués qui viennent combler leur solitude. Beaucoup ont été blessés par la vie et considèrent ce bar comme un ancrage familial. Certains vivent dans la rue, d'autres ont connu les hôpitaux psychiatriques, la plupart souffrent d'addictions. Discussions entre clients et confidences se succèdent au fil des jours

xaviergayan@yahoo.fr



« Nous y sommes »,
de Seb COUPY, 2023, 16 minutes

De l'empathie en Ehpad. De l'histoire de la grande vieillesse, à la rencontre avec la nouvelle génération.

sebcoupy@gmail.com





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 Semaines d'information sur la santé mentale auront lieu du 5 au 18 octobre 2026.

À partir du thème annuel fixé par le Collectif national des SISM, chacun peut prendre l'initiative d'organiser un événement répondant aux objectifs des SISM.

COLLECTIF NATIONAL DES SISM

Comité de pilotage

Association française de psychiatrie (AFP) · Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS) / EPSM Lille-Métropole / Centre d'appui aux conseils locaux de santé mentale · Centre national audiovisuel en santé mentale (CNASM) · École des parents et des éducateurs d'Ile-de-France (EPE) · Fédération des acteurs de la solidarité (FAS) · Fédération Promotion Santé · Fédération Inter-GEM (FIGEM) · France Dépression · Fédération nationale Mutualité Française · Mutuelle générale de l'Éducation nationale (MGEN) · PSYCOM · Santé Mentale France · Union nationale de familles et amis de personnes malades et /ou handicapées psychiques (Unafam)

Comité de soutien

Association des établissements gérant des secteurs de santé mentale (ADESM) · Advocacy France · Association des Maires de France (AMF) · Association nationale des psychiatres présidents ou vice-présidents des commissions médicales d'établissement des centres hospitaliers (ANPCME- CME) · Association nationale des Maisons des adolescents (ANMDA) · Réseau documentaire en santé mentale (ASCODOCPSY) · Élus, santé publique et territoires (ESPT) · Fédération française de psychiatrie (FFP) · Fédération nationale des associations liées aux troubles des conduites alimentaires (FNA-TCA) · Fédération nationale des associations d'usagers de la psychiatrie (FNAPSY) · Société française de santé publique (SFSP) · Union nationale des associations familiales (UNAF) · Unicef France



©PSYCOM 2026 pour le Collectif national des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM)

Contact :

Secrétariat du Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 sism.contact@gmail.com

Information, inscription et programme : www.semaines-sante-mentale.fr

@Sism_Officiel

Semaine d'information sur la santé mentale (SISM)

Rédaction : Anne Nomblot (PSYCOM),

Responsable du Secrétariat général du Collectif national des SISM

Illustration : Mathilde Fournier

Conception graphique : Marie Facundo (ATRT Paris)

Réalisé avec le soutien de la MGEN



Collectif national des SISM

Comité de pilotage



Comité de soutien

