

La semaine de la Santé Mentale

en quelques mots...

Chaque année, durant la semaine d'information sur la santé mentale, associations, citoyens et professionnels se rassemblent et se mobilisent pour proposer des temps d'informations et d'échanges (ciné débat, conférence, théâtre, ateliers, portes ouvertes etc.) dans toute la France autour d'une thématique.

La thématique retenue pour cette 29^e édition est « santé mentale, parentalité et enfance ».

En effet, la question du bien-être et de la préservation d'une bonne santé mentale tout au long de la vie se pose très tôt. Les temps forts proposés sur le Trégor sont l'occasion d'échanger autour des pistes d'actions possibles pour favoriser le bien-être des enfants, promouvoir la santé mentale dès le plus jeune âge, accompagner la parentalité de tous, et notamment des personnes en souffrance.

Pourquoi ?

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

Retrouvez toutes les informations et les animations sur : www.semaine-sante-mentale.fr

Contact

Animation territoriale de santé
CIAS Lannion-Trégor Communauté
02 96 05 55 83
elodie.eveillard@lannion-tregor.com

Les partenaires



Conception : service Communication LTC - Janvier 2018 - Crédit Photo © Adobe Stock

Semaines d'information sur la santé mentale

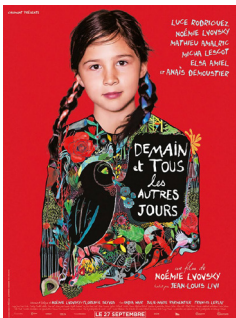


Programme des animations

12 - 25
mars 2018

Programme

Cinéma, projections



grand public « Demain et tous les autres jours »

Projection. Au prix d'une séance classique.

Film réalisé par Noémie Lvovsky
Mathilde a 9 ans. Ses parents sont séparés. Elle vit seule avec sa mère, une personne fragile à la frontière de la folie. C'est l'histoire d'un amour unique entre une fille et sa mère que le film nous raconte.

Mardi 13 mars, 20h30
Cinéma Les Baladins, Lannion

professionnels

Conférence

« Quand la fragilité des parents a une influence sur le développement de l'enfant »

Matinée d'échanges à destination des professionnels et bénévoles associatifs. Sur inscription. Gratuit.

Intervenant Daniel Coum, psychologue à l'association Parentel

Mardi 20 mars, 9h15
Amphithéâtre Sainte Anne
2, rue Kerampont à Lannion

grand public

Table de lecture

Sélection d'ouvrages sur la thématique « Santé Mentale / Parentalité et enfance »

Gratuit.

Toute la quinzaine
Lannion, Médiathèque



parents d'adolescents

Conférence

« Adolescents, parents. Quelle rencontre ? »

Conférence suivie d'échanges ouverts à tous. Gratuit.

Après-midi destiné aux parents, aux adultes afin de mieux comprendre l'adolescence, ce que cette période représente dans notre développement, échanger sur les prises de risque des jeunes, avoir des repères pour dédramatiser certains comportements ou au contraire demander de l'aide.

A partir de 14h : accueil.

14h30 : Intervention de Charles Coquelin, modérateur au lieu d'écoute jeunes de Paimpol de la Fondation Bon Saveur.

15h30 : Forum, échanges informels autour d'un café avec les professionnels et associations présents.

Samedi 24 mars, 14h30-16h30
Espace Sainte Anne
2, rue Kerampont à Lannion

Temps d'échanges

parents de jeunes enfants

« Parents, des hauts et des bas »

Projections de documentaires et/ou temps d'échanges avec les parents de jeunes enfants. Gratuit.

Etre parent n'est pas tous les jours évident : Les étapes de la vie du jeune enfant peuvent être déstabilisantes pour les adultes et on peut alors se sentir dépassé... Nous proposons des temps (autour d'un petit déjeuner ou en soirée) pour en échanger en toute convivialité. Lors de chaque rencontre nous présenterons les lieux ressources sur le territoire en lien avec la thématique.

« Accepter les colères, les siennes, les miennes »

Petit déjeuner

Comment les émotions traversent-elles les enfants ? Comment l'aider à les traverser sans être débordé par les nôtres... Éclairage sur le développement de l'enfant et sur ses interactions avec le monde...

Mercredi 14 mars - 9h30-11h30,
Salle Victor Hugo, Le Vieux-Marché

« Confier son enfant... »

Confier son enfant à quelqu'un : une assistante maternelle, la famille, la crèche, l'école... est une étape qui n'a rien d'évident. Comment préparer au mieux cette séparation, quelle est la place du papa ?

Mardi 20 mars - 20h-22h,
Salle Tronkolène, Ploumilliau

« Dis-moi non s'il te plaît »

Petit déjeuner

Nous pourrions aborder l'importance des limites à donner à un enfant pour l'aider à grandir... La place des parents et la difficulté de poser des limites pourtant incontournables dans l'éducation.

Mercredi 21 mars - 9h30-11h30,
Maison des Services au Public (ex CPAM), Tréguier

« L'arrivée d'un enfant, ce grand chamboulement »

Entre désir, fantasme et réalité, l'arrivée d'un enfant est parfois loin de ce que nous avons projeté. Cette soirée sera l'occasion d'aborder les fragilités qui émergent parfois au moment de la grossesse et dans les premiers moments de vie avec son enfant...

Jeudi 22 mars - 20h-22h,
Espace Sainte Anne - 2, rue Kerampont à Lannion

grand public

Débat

Emploi & Handicap psychique

Vendredi 16 mars, 8h30 - 10h30
Émeraude i.d., espace restaurant, Lannion