

Novembre 2023

# Bilan des SISM

Territoire messin

34<sup>e</sup> ÉDITION

Semaines d'information sur la santé mentale

Réalisée dans le cadre du Contrat local de santé de l'EUROMÉTROPOLE METZ

À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit.

9 - 22 octobre 2023

Manifestation coordonnée par CLSM Conseil local de santé mentale MESSIN

[www.sante-mentale-territoire-messin.fr](http://www.sante-mentale-territoire-messin.fr)

Organisateurs



Financier  
régime local  
Département de la Moselle  
Alsace-Moselle

Avec le soutien de arS

Partenaires



# SOMMAIRE

<b>1. Organisation de la manifestation .....</b>	<b>2</b>
1.1. Les Semaines d'information sur la santé mentale.....	2
1.1.1. <i>Thème annuel</i> .....	2
1.1.2. <i>Organisation messine</i> .....	2
1.1.3. <i>Rôle d'appui et de communication du CLSM messin</i> .....	3
1.1.4. <i>Édition 2023 : « À tous les âges de la vie, ma santé est un droit »</i> .....	3
1.2. Programme et partenaires .....	4
1.2.1. <i>Événements réalisés</i> .....	4
1.2.2. <i>Territoires des actions</i> .....	5
1.2.3. <i>Les partenaires et leurs événements</i> .....	5
1.3. Participation .....	7
1.4. Financement .....	8
1.5. Communication .....	8
1.5.1. <i>Objectifs de la communication</i> .....	8
1.5.2. <i>Espace numérique de ressources et d'information</i> .....	8
1.5.3. <i>Supports conçus</i> .....	9
1.5.4. <i>Diffusion</i> .....	9
<b>2. Focus sur le spectacle « À l'horizon, la mer ».....</b>	<b>10</b>
<b>3. L'avis des partenaires-organisateur</b> .....	<b>12</b>
3.1. Le questionnaire .....	12
3.2. Satisfaction des organisateurs par rapport à leur participation aux SISM.....	12
3.3. Bilan des organisateurs par rapport à leur(s) événement(s) .....	13
3.4. Objectifs des organisateurs.....	16
3.5. Implication dans la communication .....	17
<b>4. L'avis des participants</b> .....	<b>18</b>
4.1. Le questionnaire .....	18
4.2. Les raisons de la participation aux SISM.....	18
4.3. Appréciation des événements.....	19
4.4. L'aspect pédagogique des SISM.....	20
4.5. Propositions pour l'édition 2024 .....	20
<b>Annexes.....</b>	<b>21</b>
Annexe 1 : atelier pédagogique créatif pour enfants.....	21
Annexe 2 : atelier ludopédagogique pour adultes .....	22
Annexe 3 : Forum public à Bellecroix.....	23

# 1. ORGANISATION DE LA MANIFESTATION

## 1.1. LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

La manifestation nationale « Semaines d'information sur la santé mentale » (SISM) est organisée chaque année en octobre. C'est un moment fort pour permettre au grand public de s'informer en lien avec le thème annuel. Comme le rappelle le Collectif national dans le [guide de conseils méthodologiques](#) :

« 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 ».

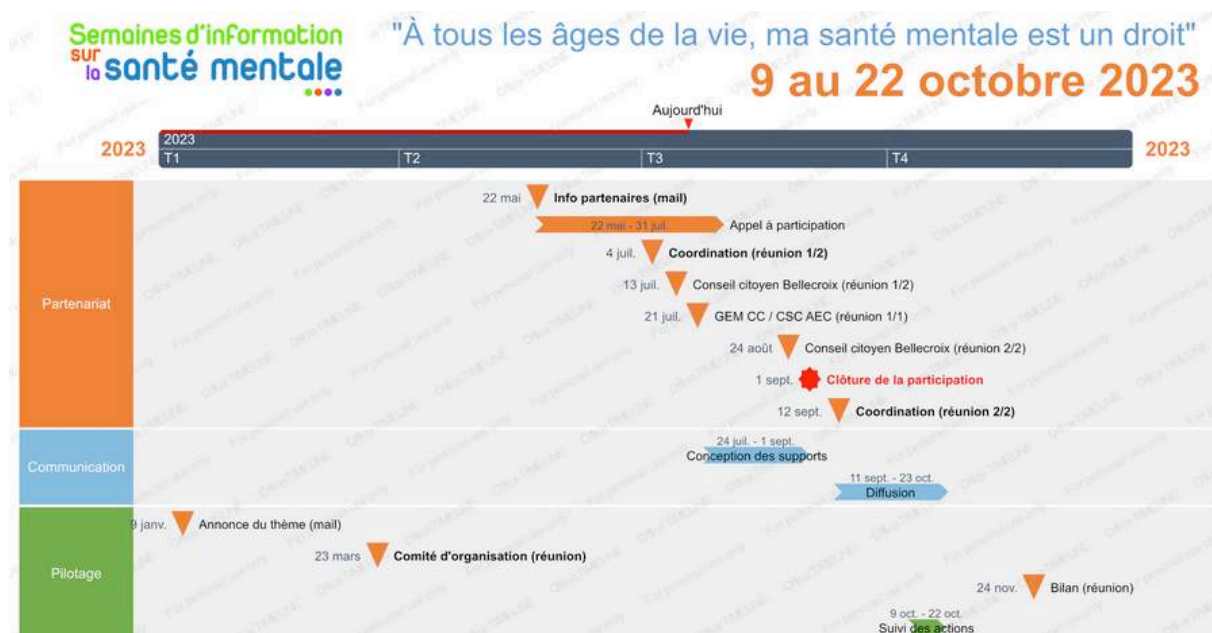
### 1.1.1. THÈME ANNUEL

Le [Collectif national des SISM](#) détermine le thème annuel et met à disposition des organisateurs sur son site Internet des ressources pour concevoir et communiquer sur leurs événements. Annoncée en début d'année, l'édition 2023 avait pour thème « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ». Elle était prévue pour se dérouler du 9 au 22 octobre.

### 1.1.2. ORGANISATION MESSINE

Le Collectif messin des SISM est composé de représentants de l'ARS-DT57, du CH Jury, des GEM l'Albatros et Camille Claudel, et de l'Unafam. Ils se sont réunis le **23 mars 2023** avec comme rôle de soutenir l'organisation de la manifestation dans le respect du cadre et des principes éthiques rappelés dans le [guide méthodologique](#).

## Calendrier de réalisation



Calendrier de réalisation des SISM du territoire messin

### *1.1.3. RÔLE D'APPUI ET DE COMMUNICATION DU CLSM MESSIN*

La coordination de la manifestation est confiée au Conseil local de santé mentale (CLSM) du territoire messin. L'[appel à participation](#) a été diffusé le 22 mai pour impliquer les acteurs locaux dans la réalisation d'événements. Pour coordonner la programmation, les partenaires-organisateur se sont réunis les 4 juillet et 12 septembre.

Plusieurs partenaires ont reçu un soutien pour la conception d'un support de communication (cf. [1.5 communication](#)). Le coordonnateur du CLSM a également apporté un appui à la conception de deux ateliers et l'organisation du forum public (cf. [fiches actions en annexe](#)).

Pour informer les partenaires et les habitants, une rubrique dédiée à la manifestation est régulièrement mise à jour sur le site Internet du CLSM : <https://sante-mentale-territoire-messin.fr/sism>

### *1.1.4. ÉDITION 2023 : « À TOUS LES ÂGES DE LA VIE, MA SANTÉ EST UN DROIT »*

Le Collectif national avait retenu la période du 9 au 22 octobre pour la réalisation d'événements sur le thème de la santé mentale en tant que droit, quel que soit l'âge de la vie avec un focus souhaité sur les publics des enfants, des adolescents et des personnes âgées.

Objectifs suggérés aux partenaires-organisateur pour guider la conception de leurs événements :

- Informer sur les ressources pour prendre soin de sa santé mentale.
- Renseigner sur les types d'accompagnement pour faire face à une difficulté.
- Lutter contre la stigmatisation en discutant autour des idées reçues, des préjugés.
- Lever le tabou sur la santé mentale en encourageant l'échange sur le thème annuel.

## 1.2. PROGRAMME ET PARTENAIRES

### 1.2.1. ÉVÉNEMENTS RÉALISÉS

Les **15 actions** programmées ont été réalisées qui correspondent à **6 catégories d'événements** : 4 ateliers, 4 rencontres, 3 cinés-débats, 2 actions à distance, 1 spectacle et 1 forum public.

#### Typologie des événements réalisés

Événements	Publics ciblés	Organisateurs	Partenaires
<b>4 RENCONTRES</b>			
Espace d'information	Étudiants	Bibliothèque universitaire du Saulcy	Service de santé étudiants de Metz, GEM l'Albatros, Unafam 57
Groupe de parole	Parents	Centre socio-culturel Arc-en-ciel	
Café-discussion	Adulte	CRJA du CH Jury	Café M-tiss
Espace d'information	Adulte	GEM l'Albatros	Bibliothèque du Sablon
<b>4 ATELIERS PÉDAGOGIQUES</b>			
Bien-être Escape game	Étudiants	Bibliothèque universitaire du Saulcy	
Atelier créatif	Enfants	Centre socioculturel Arc-en-ciel	CH Jury (CLSM), GEM Camille Claudel
Jeu coopératif	Adulte	CLSM messin (CH Jury)	Centre socio-culturel AEC, GEM Camille Claudel
<b>3 CINÉS-DÉBATS (2 DOCUMENTAIRES, 1 FICTION)</b>			
Tout pour être heureux	Adulte	Centre les Wads du CMSEA	Cinéma Klub, Unafam 57
État limite	Adulte	CLSM messin (CH Jury)	Cinéma Klub
Tully	Adulte	Centre socioculturel Arc-en-ciel	Cinéma Klub, CH Jury (CLSM), GEM Camille Claudel
<b>2 ACTIONS À DISTANCE</b>			
Webinaire	Adulte	MGEN	
Vidéo d'information	Adulte	Association Padem bipol	
<b>1 SPECTACLE</b>			
Théâtre « À l'horizon la mer »	Adulte	CLSM messin (CH Jury)	Centre social Agora, Régime local d'assurance maladie (financeur)
<b>1 FORUM PUBLIC</b>			
6 ateliers 1 espace d'information	Adulte Enfant	COJEP	Bibliothèque de Bellecroix, Centre les Wads, CH Jury (CLSM), Centre Pierre Janet, GEM l'Albatros, Vitafédé

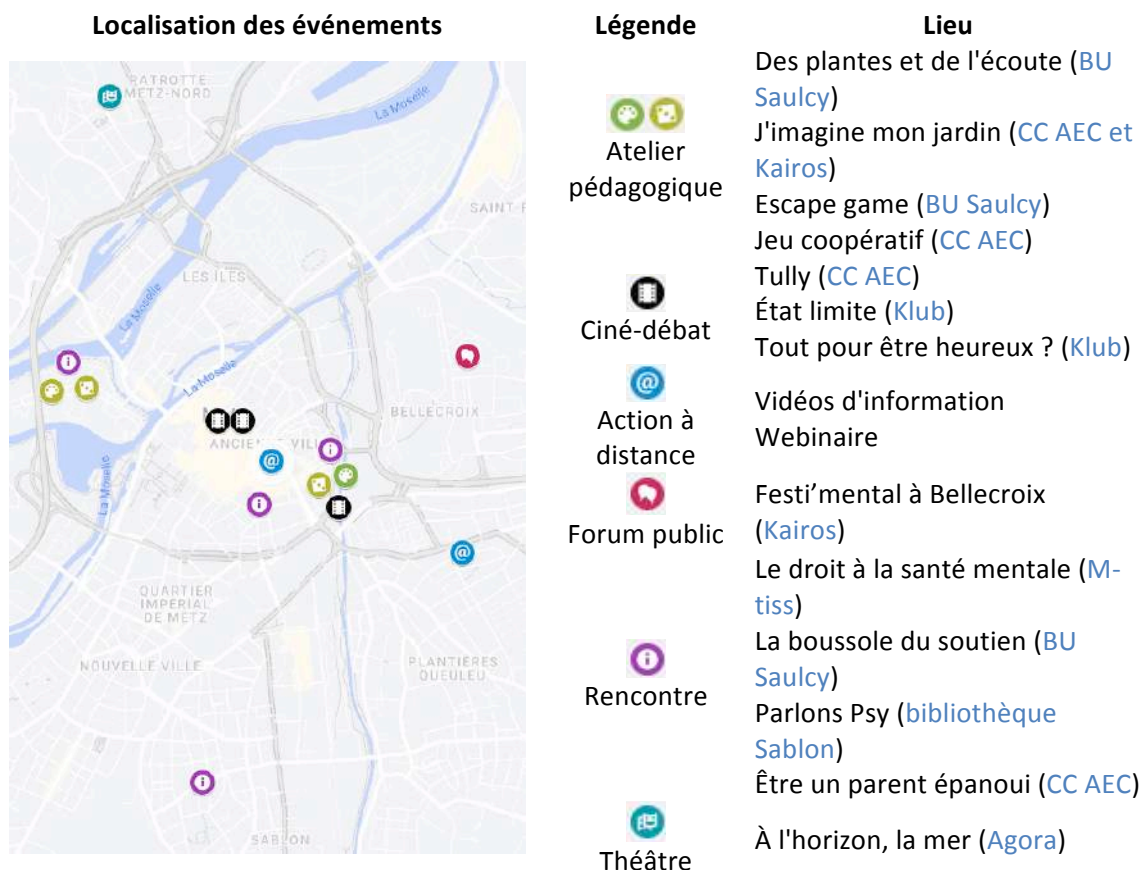
### 1.2.2. TERRITOIRES DES ACTIONS

La majorité des événements se concentre sur le centre-ville de Metz (10).

3 événements ont été réalisés dans les quartiers de Bellecroix et de la Pattrote et du Sablon dont deux sont classés Quartier politique de la ville (QPV).

2 événements numériques ont été proposés à distance.

#### Localisation des événements



### 1.2.3. LES PARTENAIRES ET LEURS ÉVÉNEMENTS

Dans cette partie, nous distinguons les « **organiseurs** » qui portent les actions programmées et les « **partenaires** » qu'ils ont impliqués dans la réalisation de leur(s) événement(s).

18 acteurs locaux ont participé à l'organisation des SISM, dont 9 organisateurs.

Cette année encore, les SISM ont contribué à développer l'interconnaissance et le décroisement :

- 4 secteurs sont représentés : associatif (3 partenaires), culturel/loisirs (6 partenaires), sanitaire (7 partenaires) et social (2 partenaires).
- 5 profils de personnes ont organisé un ou plusieurs événements : 4 chargés de mission, 2 professionnels de santé, 1 travailleur social, 1 animateur culturel et 1 usager.
- 7 profils d'intervenant ont participé à l'animation des actions : 3 habitants, 3 usagers, 3 professionnels de santé, 2 animateurs culturels, 1 animatrice sportive, 1 psychologue, 1 aidant.

## Partenaires impliqués dans la manifestation

SECTEURS IMPLIQUÉS	9 ORGANISATEURS	15 PARTENAIRES
Associatif (aidants, usagers)	Padem bipol, GEM l'Albatros	GEM l'Albatros, GEM Camille Claudel, Unafam 57
Culturel, loisirs	Bibliothèque universitaire du Saulcy	Centre social Agora, Bibliothèques de Bellecroix et du Sablon, Café M-tiss, Cinéma Klub, Vitafédé
Sanitaire	CLSM messin du CH Jury, CRJA du CH Jury, Centre les Wads du CMSEA, MGEN	Centre les Wads, CLSM messin, Centre Pierre Janet, Régime local d'assurance maladie, Service de santé étudiants de Metz
Social	Centre socioculturel Arc-en-ciel, COJEP	Centre socio-culturel AEC

### Organisateurs



## Profils des référents des actions

NOM ET FONCTION	SECTEUR	CAT. PRO.	STRUCTURE	ACTION
Élisabeth Augé, responsable prévention	Sanitaire	Chargé de mission	MGEN	Webinaire
Lionel Dieny, directeur	Sanitaire	Pro. de santé	Centre « Les Wads » - CMSEA	Ciné-débat
Solange Erb, aide-soignante	Sanitaire	Pro. de santé	CRJA – CH Jury	Rencontre
Stéphane Tinnes-Kraemer, coordonnateur	Sanitaire	Chargé de mission	CLSM – CH Jury	Atelier, théâtre, ciné-débat
Gaëlle Charles, référente familles	Social	Travailleur social	Centre socioculturel Arc-en-ciel.	Atelier, ciné-débat, rencontre
Anne-Lise Gruzelle, chargée de mission	Social	Chargé de mission	Cojep	Forum public
Isabelle Jouneau, bibliothécaire	Culturel	Animateur culturel	Bibliothèque universitaire du Saulcy	Ateliers, rencontre
Frédéric Laik, administrateur	Associatif	Usager	GEM l'Albatros	Rencontre
Camille Perret, chargée de mission Camille Perret, chargée de projets	Associatif	Chargé de mission	Padem Bipol	Vidéos d'information

### 1.3. PARTICIPATION

En fonction de la participation déclarée par les organisateurs, plus de 500 personnes ont participé aux SISM messines.

Dans son argumentaire, le Collectif national incitait les organisateurs à porter une attention sur trois publics en particulier : les enfants, les jeunes et les personnes âgées. Parmi les actions messines réalisées :

- ↳ 2 ciblaient les enfants (« J'imagine mon jardin intérieur » et « La montagne aux émotions : calme face au yéti »).
- ↳ 3 ciblaient les étudiants (« Escape game », « Des plantes et de l'écoute » et « La boussole du soutien en santé mentale »).

À cela s'ajoute le spectacle « À l'horizon, la mer » qui abordait les questions en lien avec l'enfance et la parentalité.

Aucune action n'a été proposée pour aborder le vieillissement en lien avec les questions de santé mentale.

Événements	Publics ciblés	Participation estimée
<b>RENCONTRES</b>		
<b>Espace d'information</b>	Étudiants	20
<b>Groupe de parole</b>	Parents	10
<b>Café-discussion</b>	Adulte	50
<b>Espace d'information</b>	Adulte	10
<b>ATELIERS PÉDAGOGIQUES</b>		
<b>Bien-être</b>	Étudiants	20
<b>Escape game</b>	Étudiants	20
<b>Atelier créatif</b>	Enfants	20
<b>Jeu coopératif</b>	Adulte	10
<b>CINÉS-DÉBATS (2 documentaires, 1 fiction)</b>		
<b>Tout pour être heureux</b>	Adulte	Plus de 100
<b>État limite</b>	Adulte	50
<b>Tully</b>	Adulte	10
<b>ACTIONS À DISTANCE</b>		
<b>Webinaire</b>	Adulte	Plus de 100
<b>Vidéo d'information</b>	Adulte	Plus de 100
<b>SPECTACLE</b>		
<b>Théâtre « À l'horizon la mer »</b>	Adulte	70
<b>FORUM PUBLIC</b>		
<b>6 ateliers + 1 espace d'information</b>	Adulte Enfant	50

À noter : pour rendre compte au plus près de la participation à l'échelle du territoire messin, le webinaire organisé à l'échelle de la région n'est pas pris en compte dans cette estimation.



## 1.4. FINANCEMENT

La majorité des événements ont été organisés sans soutien financier grâce aux moyens humains et matériels des partenaires.

En dehors du cinéma Klub et du café M-tiss, tous les lieux où se sont déroulés les événements ont été mis à disposition sans contrepartie.

Le cinéma Klub et le distributeur de films Les alchimistes ont financé l'intervention du médecin psychiatre, principal protagoniste du documentaire projeté le 17 octobre.

Le Centre les Wads a financé 110 places facturées par le cinéma Klub au tarif groupe (5€20) pour le ciné-débat du 4 octobre.

La MGEN a pris en charge le financement de l'intervenante à son webinaire et l'enregistrement pour sa rediffusion.

L'organisation des SISM est inscrite comme action au Contrat local de santé de l'Eurométropole de Metz. Dans ce cadre, le Centre hospitalier de Jury a bénéficié d'un soutien financier de 4 500 € attribué par le Régime local d'assurance maladie pour organiser le 13 octobre la soirée théâtrale dans la salle de spectacle de l'Agora.

## 1.5. COMMUNICATION

### 1.5.1. OBJECTIFS DE LA COMMUNICATION

Si les SISM sont organisées à l'échelle nationale depuis plus de 30 ans, elles restent une manifestation méconnue du grand public par comparaison à d'autres événements de santé publique comme « Octobre rose » ou « Mois sans tabac ».

Pour encourager la participation des Messins aux SISM, le plan de communication mis en œuvre visait à :

- Faire connaître les événements avec l'aide des partenaires et des médias locaux.
- Faciliter la participation des habitants en levant les freins d'accès physique et financier.
- Favoriser la diversité des publics en localisant les événements en différents lieux du territoire messin, avec une attention particulière pour être présent dans les QPV.

### 1.5.2. ESPACE NUMÉRIQUE DE RESSOURCES ET D'INFORMATION

Le coordonnateur du CLSM rédige les pages d'information destinées à faire connaître le programme des événements. Un espace est également mis à disposition des partenaires-organisateur pour leur permettre de retrouver facilement les outils d'aide à la conception de leur action et les supports de communication.

Rubrique SISM : <https://sante-mentale-territoire-messin.fr/sism>

### 1.5.3. SUPPORTS CONÇUS

Chaque année, le CLSM conçoit des supports de communication à partir du modèle d'affiche mis à disposition par le Collectif national. Il est à noter que ce travail est réalisé par le coordonnateur du CLSM dont les compétences requises à cette tâche restent limitées.

Les supports de communication sont consultables sur : <https://sante-mentale-territoire-messin.fr/sism>

#### Supports de communication



#### Supports conçus à la demande des partenaires pour faire connaître leurs événements

5 affiches	1 programme
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Théâtre</li> <li>• Café-discussion</li> <li>• Ciné-débat « Tully »</li> <li>• Rencontre Parlons Psy</li> <li>• Ciné-débat « État limite »</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Festi'mental</li> </ul>

### 1.5.4. DIFFUSION

Tous les lieux de réalisation des événements étaient accessibles aux personnes à mobilité réduite.

La majorité des événements étaient gratuits. Seul le ciné-débat « État limite » était accessible au tarif du cinéma Klub.

#### Bilan de la diffusion

ACTIONS	LIEN	MODE DE DIFFUSION	ÉVALUATION
<b>Impliquer des partenaires-organiseurs</b>			
Appel à participation Information	<a href="https://is.gd/zPZH3b">https://is.gd/zPZH3b</a>	Site CLSM	214 téléchargements
		Mailing (22/05)	140 ouvertures (sur 740 destinataires)
<b>Informers les partenaires</b>			
Information Invitation Information	<a href="https://is.gd/Dhumv7">https://is.gd/Dhumv7</a>	Mailing - lettre n°40 (03/08)	191 ouvertures (sur 740 destinataires)
		Mailing (11/09)	362 ouvertures (sur 740 destinataires)
	<a href="https://is.gd/Dhumv7">https://is.gd/Dhumv7</a>	Mailing - lettre n°41 (02/10)	196 ouvertures (sur 740 destinataires)
<b>Informers la presse locale</b>			
Invitation point presse au Club de la presse		Mailing (05/10)	1 journaliste du RL (article le 09/10 : <a href="https://is.gd/7c8bkq">https://is.gd/7c8bkq</a> )
			1 interview par radio RPL (04/10 : <a href="https://is.gd/HlkVgG">https://is.gd/HlkVgG</a> )
Envoi communiqué	<a href="https://is.gd/xbZ39L">https://is.gd/xbZ39L</a>	Mailing	1 émission par la radio étudiante (05/10 : <a href="https://is.gd/dD0nuT">https://is.gd/dD0nuT</a> )
<b>Informers les habitants</b>			
Information sur le site du CLSM	<a href="https://is.gd/eQMGT3">https://is.gd/eQMGT3</a>	Rubrique « SISM » Bandeau d'accueil	6 462 vues (page d'accueil) 2 673 vues (page SISM)

			du 01/08 au 31/10
Diffusion annonce	<a href="https://youtu.be/Dmm-2dD1TKQ">https://youtu.be/Dmm-2dD1TKQ</a>	Youtube	86 vues
Réseaux sociaux	@clsm0messin	12 publications (6 événements Fk, 6 directs)	173 suivis Instagram 25 suivis Facebook
Diffusion affiche	<a href="https://is.gd/1fA3IX">https://is.gd/1fA3IX</a>	Ville de Metz (20) Hôpital de Jury (30) Eurométropole de Metz (70) Partenaires-organisateur (40)	160 impressions
Diffusion flyer	<a href="https://is.gd/k4DocZ">https://is.gd/k4DocZ</a>	Ville de Metz (400) Hôpital de Jury (220) Eurométropole de Metz (500) Partenaires-organisateur (400)	1520 impressions
Information sur le site national des SISM	<a href="http://www.semaines-sante-mentale.fr">www.semaines-sante-mentale.fr</a>	Cartographie des événements	15 événements intégrés

*Remarque : la limitation des outils numériques de suivi utilisés ne permet pas d'être plus précis. Ils ne donnent par exemple pas accès aux données de provenance géographique des visiteurs des pages Internet dédiées aux SISM.*

## 2. FOCUS SUR LE SPECTACLE « À L'HORIZON, LA MER »

Depuis 2019, le CLSM messin anime un groupe thématique « parentalité et enfance ». Cet axe de travail est inscrit dans le Contrat local de santé de l'Eurométropole de Metz.

Le thème de l'édition 2023 des SISM a été l'occasion de poursuivre la dynamique de collaboration engagée avec les acteurs locaux impliqués sur cette thématique, en particulier le Centre psychothérapeutique Winnicott qui a récemment créé une unité psypérinatalité et le pôle petite enfance de la Ville de Metz qui développe sa Maison des bébés.

Le choix de sensibiliser le public en s'appuyant sur un spectacle fait suite au soutien dont la compagnie du Savon noir a bénéficié en 2022 par le Centre national de ressources et d'appui aux Conseils locaux de santé mentale qui encourageait les CLSM à organiser sur leur territoire la représentation de la pièce « [À l'horizon, la mer](#) ».

La réalisation du spectacle a bénéficié du soutien financier du Régime local d'assurance maladie. La Ville de Metz a mis gratuitement à disposition sa salle de spectacle « L'Agora » située dans le QPV Metz-Nord Patrotte. La communication de l'événement a été largement relayée par les partenaires du CLSM. Plusieurs d'entre eux ont également accompagné des publics. Environ 70 personnes ont assisté à la représentation et au débat qui a suivi.

En complément de cette action a été organisé un forum public à l'occasion duquel des ateliers étaient proposés aux enfants. Cet événement réalisé sur le quartier populaire Metz-Bellecroix a réuni une cinquantaine de personnes. Deux ateliers étaient proposés aux enfants dont « J'imagine mon jardin intérieur » qui a fait l'objet d'une restitution sous la forme d'un livret (consultable sur Internet : <https://sante-mentale-territoire-messin.fr/sism/sism2023>)

En 2024, les partenaires impliqués dans cette action vont poursuivre leur collaboration dans le cadre du projet « Se sentir bien dans son école grâce au Jeu des trois figures ». Il s'agira d'impliquer les acteurs de la communauté éducative dans une action visant à développer les compétences

empathiques des enfants tout en sensibilisant les adultes à l'importance de la santé mentale dès le plus jeune âge.

### Participation au spectacle et au débat



### Encart de communication

**À L'AGORA de Metz**

Semaines d'information sur la santé mentale

**Soirée théâtre**

Le Conseil messin de santé mentale vous invite:

**À l'horizon, la mer**

Représentation suivie d'un débat

**VENDREDI 13 OCT. 20h**

L'AGORA - 4 Rue Théodore de Gargan à Metz

**Gratuit**

RÉSERVEZ VOS PLACES SUR [HTTPS://IS.GD/SNLKNI](https://is.gd/SNLKNI)

durée : 1h30 dès 13 ans

Flasher pour réserver



CLSM METZ L'AGORA METZ

*À l'horizon, la mer*

Texte et mise en scène : Delphine Dubois-Fabing, Comédiennes : Elvire Capozzilli et Lisa Lefhou.

la compagnie du **SAVON NOIR**

la compagnie du **SAVON NOIR**

Ce récit se nourrit d'histoires de femmes dont la vie, jalonnée de heures, est bouleversée par la maternité. Elles prennent alors parfois un temps de respiration dans des structures médico-sociales où la compagnie a séjourné plusieurs semaines et recueilli leurs témoignages, soixante de la fiction que nous vous proposons.

À l'horizon, la mer, est une histoire d'amitié intense et lumineuse qui retrace le parcours initiatique de deux femmes fortes et singulières dans l'univers des services méso-enfants. Béthanie, jeune mère et charmante fantasque, folle sans cesse la nupture, au risque de perdre sa fille, Jeanne, qu'elle aime plus que tout. Agathe, professionnelle en tension, souhaite l'aider à investir son rôle de mère, mais le peut-elle vraiment? Lors d'Agathe participe au placement de Jeanne, la relation entre les deux femmes se brise. Pourtant, Béthanie, à la rue et enceinte de son second enfant, n'a d'autre choix que de solliciter à nouveau l'aide d'Agathe.

Un poignant récit de vie, doux-amer, délicat et réaliste.

Une immersion dans le quotidien de femmes, de professionnels, de patients, de mères.

*À l'horizon, la mer*



### 3. L'AVIS DES PARTENAIRES-ORGANISATEURS

Satisfaction des organisateurs recueillie par questionnaire et complétée par une réunion bilan réalisée le 24 novembre.

À noter : en tant que rédacteur du bilan, le coordonnateur du CLSM qui a piloté l'organisation de 3 événements n'a pas répondu au questionnaire.

#### 3.1. LE QUESTIONNAIRE

- Élaboration et traitement avec Google form.
- Diffusion numérique uniquement aux référents.
- Réponses anonymes.
- 8 organisateurs ont répondu sur 9.

#### 3.2. SATISFACTION DES ORGANISATEURS PAR RAPPORT À LEUR PARTICIPATION AUX SISM

##### **Fréquence de participation aux SISM**

*8 réponses*

- Seul 1 organisateur participe pour la première fois aux SISM.
- 3 organisateurs participent régulièrement.

##### **Influence de l'appel à participation sur l'organisation d'événements**

*8 réponses*

- 3 organisateurs n'auraient pas participé sans l'incitation du CLSM.

##### **Appréciation de l'appui apporté par le CLSM pour organiser les SISM**

*7 réponses*

- Tous les organisateurs se disent très satisfaits de l'appui du CLSM.

##### **Proposition pour améliorer l'appui du CLSM**

*1 réponse*

- Anticiper et mieux communiquer sur les réseaux sociaux et en direction des médias locaux (1 répondant)

##### **Points faibles de la manifestation**

*8 réponses*

- Thématiques parfois difficiles (1 répondant).
- Manifestation pas assez connue (3 répondants).
- Manque de participation du grand public (1 répondant).

- Des réunions pour l'organisation qui ne correspondent pas toujours aux attentes (1 répondant)

### **Points forts de la manifestation**

#### *8 réponses*

- Appui du CLSM (2 répondants).
- Communication (3 répondants).
- Diversité des actions (3 répondants).
- Évènement moteur pour promouvoir la santé mentale (1 répondant).
- Lien avec d'autres manifestations comme « l'automne du handicap » (1 répondant).

### **Propositions pour améliorer l'organisation des SISM**

#### *8 réponses*

- Avoir plus de retombées médiatiques (1 répondant).
- Réaliser une communication à plus grande échelle (1 répondant).
- Développer le lien avec des structures pour qu'elles accompagnent des publics comme les jeunes (1 répondant).

### **3.3. BILAN DES ORGANISATEURS PAR RAPPORT À LEUR(S) ÉVÉNEMENT(S)**

#### **Réalisation des événements prévus**

##### *8 réponses*

- Tous les organisateurs ont réalisé leur(s) événement(s).
- Pour 7 d'entre eux, tout s'est passé comme prévu.
- Seul 1 organisateur a manqué de temps pas réaliser l'une des activités de son événement.

#### **Satisfaction des organisateurs par rapport à l'organisation de leur(s) événement(s)**

##### *8 réponses*

- Tous les organisateurs sont satisfaits globalement par l'organisation de leur événement (détail figure 1)
- 3 organisateurs sont insatisfaits de l'impact médiatique.

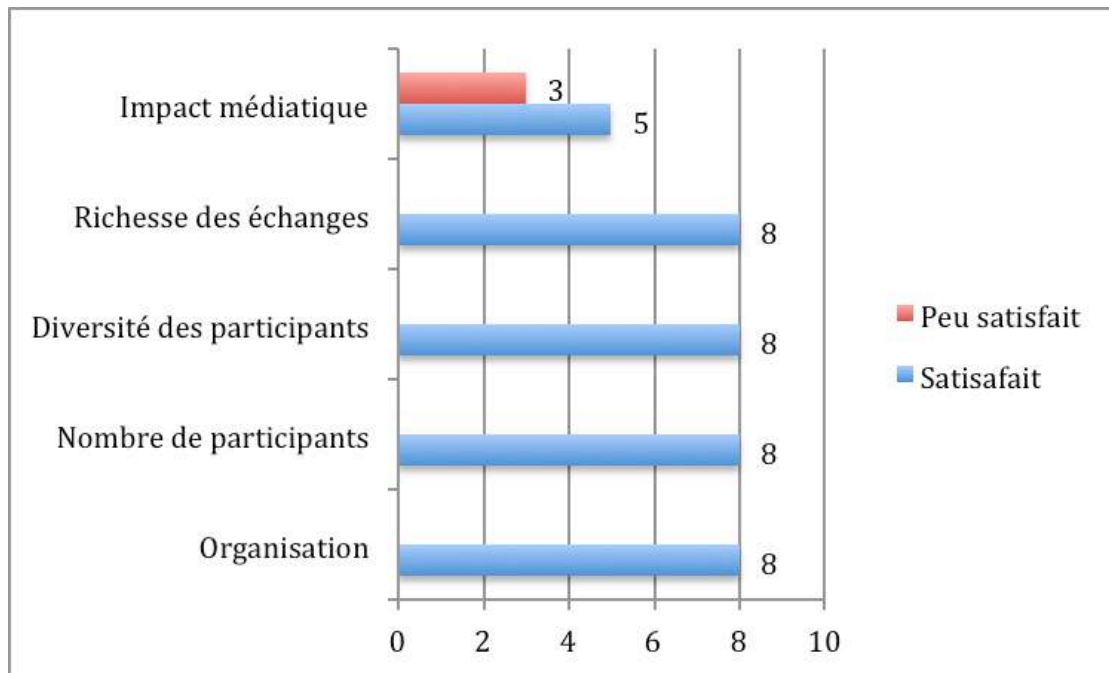


Figure 1 : satisfaction des organisateurs

### Utilisation des outils pour concevoir les actions

8 réponses

- 6 organisateurs ont utilisé l'argumentaire des SISM.
- Seuls 3 organisateurs ont eu recours au guide méthodologique.
- Autres outils utilisés : participation aux réunions (2), supports du Psycom (1), supports de communication (1).

## Nombre de participants aux événements

8 réponses

- 2 organisateurs n'ont pas compté le nombre de participants.

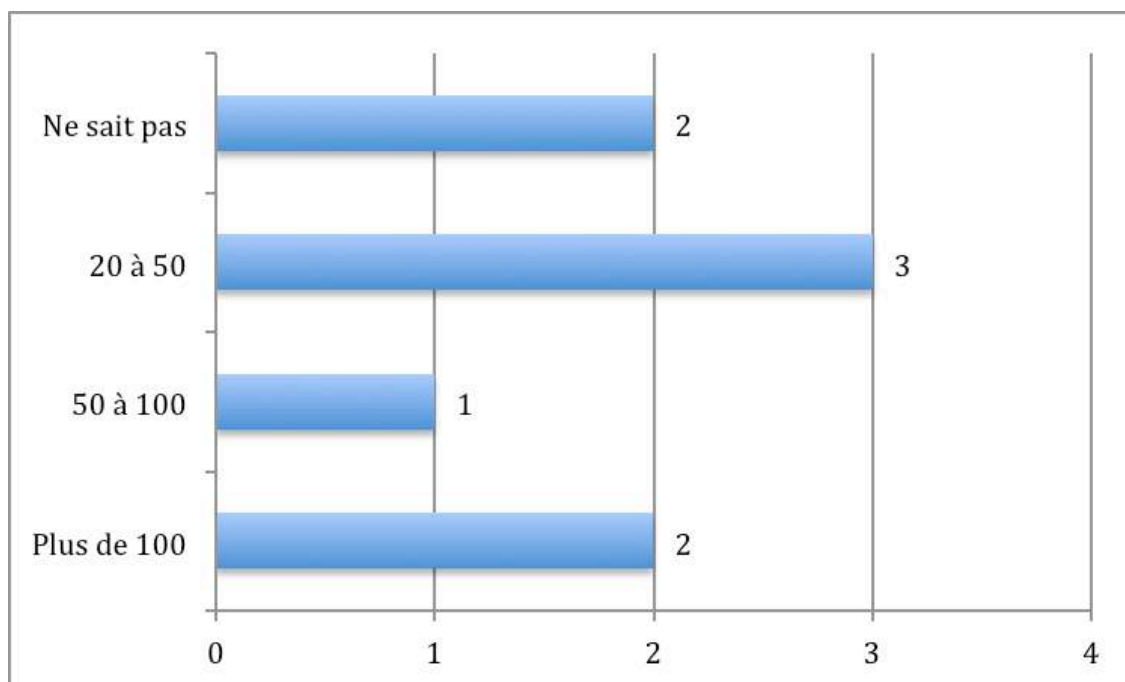


Figure 2 : nombre de personnes présentes aux événements

## Nombre de professionnels/bénévoles impliqués dans l'organisation des événements

8 réponses

- Tous les organisateurs ont impliqué au moins 1 professionnel.

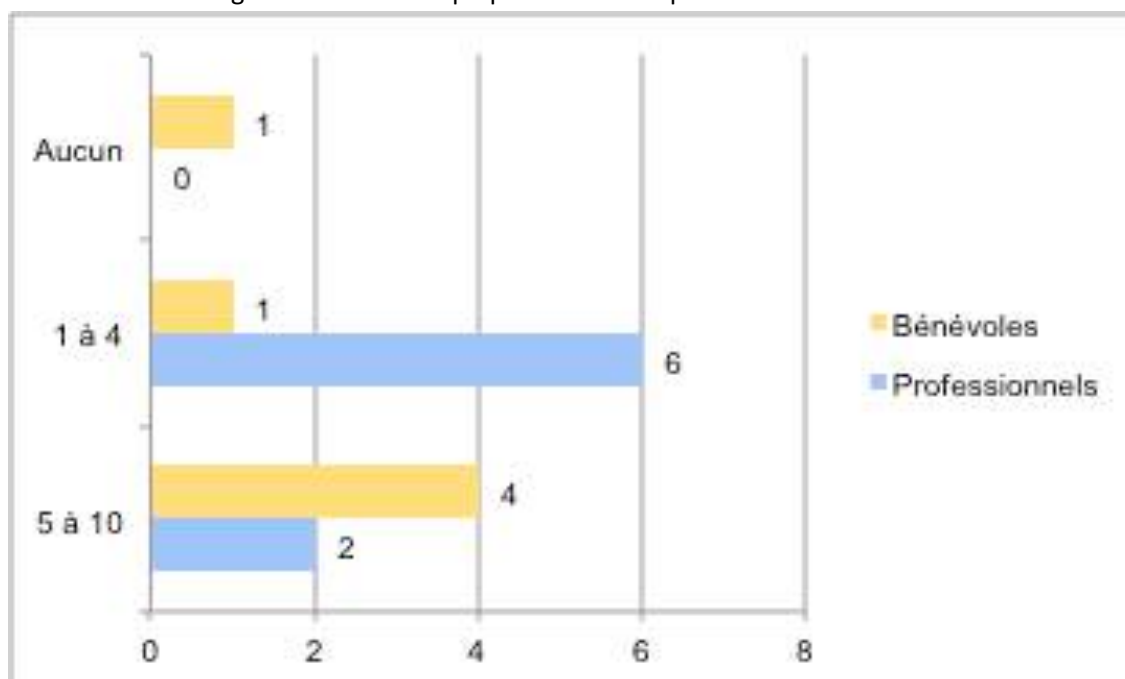


Figure 3 : nombre de bénévoles et/ou professionnels impliqués dans l'organisation des événements



## Financement des événements

*8 réponses*

- 3 organisateurs n'ont bénéficié d'aucun financement.
- 2 organisateurs ont financé leur événement sur leurs fonds propres.
- Seuls 2 organisateurs ont bénéficié d'un soutien financier (privé et public).

### 3.4.OBJECTIFS DES ORGANISATEURS

#### Besoins ciblés par les organisateurs

- 3 organisateurs visaient à répondre au besoin de leur structure (exemple : « Volonté de faire connaître tous les aspects de la structure [...] »).
- 5 organisateurs ciblaient le manque d'information de la population sur le sujet abordé.

#### Objectifs fixés par les organisateurs

*8 réponses*

- Tous les organisateurs s'étaient fixés un objectif parmi lesquels : sensibiliser un public cible (4), informer sur un thème (2), lutter contre la stigmatisation (1) être en adéquation avec le thème des SISM (1).

#### Atteintes des objectifs

*8 réponses*

- Tous les organisateurs estiment avoir atteint l'objectif qu'il s'était fixé.

Indicateurs pris en compte par les organisateurs pour confirmer l'atteinte de leur objectif :

*6 réponses*

- Nombre de participants (3).
- Implication des participants dans l'activité proposée (2).
- Qualité de la collaboration avec les partenaires impliqués (1).

#### Visée pédagogique des événements

*8 réponses*

- Tous les organisateurs estiment que leur événement a permis aux participants d'apprendre quelque chose.

Indicateurs pris en compte par les organisateurs pour observer un apprentissage chez les participants :

*7 réponses*

- Implication des participants dans l'activité proposée (2).

- Qualité des échanges et questions des participants (4)
- Retours positifs des participants (1).
- Présence de partenaires (1).

### 3.5. IMPLICATION DANS LA COMMUNICATION

#### **Utilisation des supports de communication**

*8 réponses*

- Aucun organisateur n'a utilisé la bande-annonce.
- Seul 1 organisateur n'a pas utilisé l'affiche des SISM.
- Tous les organisateurs ont utilisé le programme des SISM.
- Seuls 2 organisateurs ont utilisé un support qu'ils ont eux-mêmes conçu.
- 6 organisateurs ont utilisé le flyer conçu par le CLSM pour leur(s) événement(s).

#### **Participation à la diffusion**

*8 réponses*

- 5 organisateurs ont diffusé l'affiche et le programme des SISM.
- 6 organisateurs ont diffusé le flyer de leur(s) événement(s).
- 6 organisateurs ont réalisé une communication sur les réseaux sociaux.
- Autres actions réalisées : contact presse (1), mailing (2), réunion d'information (1), bouche-à-oreille (1).

#### **Appréciation de l'impact des actions de communication**

*8 réponses*

- Seul 1 organisateur considère que les actions de communication n'ont pas contribué à faire connaître son événement.

#### **Idée pour améliorer la communication**

*3 réponses*

- Communication par les structures organisatrices d'un événement.
- Anticiper la communication en direction des médias.

## 4. L'AVIS DES PARTICIPANTS

Satisfaction recueillie au moyen d'un questionnaire diffusé en version papier aux participants au moment des événements. Un qr-code permettait aux personnes de répondre en ligne. Le formulaire numérique a été fermé le 31 octobre.

### 4.1. LE QUESTIONNAIRE

- Élaboration et traitement avec Word et Google form.
- Diffusion papier aux participants avec la possibilité de répondre en ligne.
- Réponses anonymes.
- 25 questionnaires reçus.

### 4.2. LES RAISONS DE LA PARTICIPATION AUX SISM

#### Participation aux événements

*25 réponses*

- 18 répondants ont participé à un seul événement.
- 3 événements n'ont recueilli aucune réponse au questionnaire.

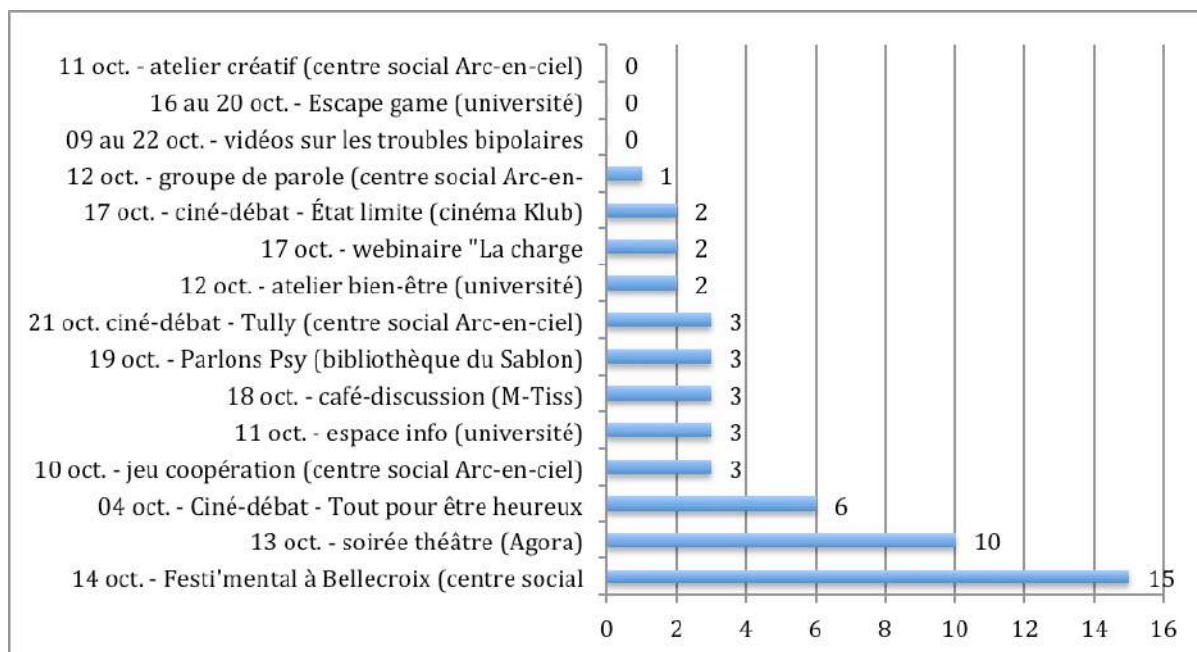


Figure 4 : événements auxquels les répondants ont participé

## **Ce qui a motivé à participer**

*25 réponses*

Les participants ont participé pour :

- S'informer (14)
- Échanger (17)
- Rencontrer des professionnels (15)
- Autres raisons : témoigner (1), le type d'activité proposé (2).

### **4.3. APPRÉCIATION DES ÉVÉNEMENTS**

#### **Satisfaction globale des répondants par rapport aux événements proposés**

*25 réponses*

- Tous les répondants se déclarent satisfaits.

#### **Ce que qui a été apprécié**

*25 réponses*

Les répondants ont apprécié :

- L'accueil, l'ambiance et les échanges (12).
- Le type d'événements (10).
- L'accessibilité et la gratuité (2).

#### **Ce qui a été moins apprécié**

*5 réponses*

- Mauvaise qualité de la projection (1).
- Absence d'eau à disposition au théâtre (1).
- Manque d'information sur les activités (1).
- Manque de public sur certains événements (1).

#### 4.4. L'ASPECT PÉDAGOGIQUE DES SISM

##### **Participer permet d'apprendre quelque chose**

*25 réponses*

- Tous les répondants ont le sentiment d'avoir appris quelque chose.

##### **Ce que retiennent les participants**

*22 réponses*

Les informations retenues par les participants concernent 3 aspects en particulier :

- Les attitudes favorables pour faire face à une difficulté de santé mentale (7).
- Les facteurs qui influencent la santé mentale des personnes (4).
- Les ressources locales pour faire face à une difficulté de santé mentale (3).

#### 4.5. PROPOSITIONS POUR L'ÉDITION 2024

Les répondants partagent plusieurs remarques :

- Encouragements à poursuivre (4).
- Faire participer plus de personnes (2).
- Plus de bénévoles pour l'accueil (1).
- Plus de communication pour faire connaître la manifestation (1).

Et proposent de réaliser :

- Un atelier Yoga et du sport (1).
- Plus d'ateliers pour les adolescents (1).

## ANNEXES

### ANNEXE 1 : ATELIER PÉDAGOGIQUE CRÉATIF POUR ENFANTS

**Titre : J'imagine mon jardin intérieur**

**Jour :** mercredi 11 octobre à 14h à 15h30.

**Lieu :** Centre socioculturel Arc-en-ciel.

**Public ciblé :** enfants âgés de 8 à 12 ans

**Nombre de participants :** 2 groupes de 10 enfants.

**Durée :** 45 à 60 min. (installation, activité, retour au calme).

#### Objectifs

- **De l'action :** sensibiliser les enfants à la notion de santé mentale.
- **De l'atelier :** concevoir une fresque collective illustrant la représentation que chaque participant se fait de son « jardin intérieur », métaphore utilisée pour désigner la santé mentale.
- **Pédagogique :** décrire son imaginaire par rapport à ce qu'est la santé psychique et ce qui l'influence au moyen d'images prédécoupées dans des journaux et coller sur un support papier au format A3.

#### Déroulement :

- Les enfants accueillis par les animateurs·trices déguisés en jardiniers·ères entrent dans une salle décorée sur le thème du jardin.
- Après l'explication de l'atelier, ils visionnent la courte vidéo « Mon jardin du dedans » réalisée par le Psycom. Ensuite un animateur les aide à mieux comprendre le sujet en racontant l'histoire « Mon jardin du dedans » avec les planches illustrées (supports consultables sur Internet : <https://is.gd/vZxgvE>).
- Les enfants sont invités à concevoir individuellement un poster illustré avec les images mises à leur disposition.
- L'atelier se termine par un temps de retour au calme au moyen d'un support audio de méditation de pleine conscience guidée pour les enfants.

#### Besoins matériels :

- Grille Caddie.
- 40 feuilles au format A3.
- Décoration et déguisement sur le thème du jardin.
- Magazine avec des images utilisables avec des enfants de 8 à 12 ans.

## ANNEXE 2 : ATELIER LUDOPÉDAGOGIQUE POUR ADULTES

**Titre : Plus belle ma vie en bonne santé psychique**

**Jour :** mardi 10 octobre de 10h à 11h30.

**Lieu :** Centre socioculturel Arc-en-ciel.

**Public ciblé :** adolescents et adultes à partir de 15 ans.

**Nombre de participants :** 2 groupes max. de 8 joueurs par groupe.

**Durée :** 60 min. (installation/règles, 30 min. de jeu, clôture par temps convivial).

### Objectifs

- **De l'action :** faire évoluer positivement les représentations sur la santé mentale des participants.
- **De l'atelier :** confronter les participants à leurs représentations sur la santé mentale dans le cadre d'un jeu coopératif.
- **Pédagogique :** argumenter ses choix de ressentis émotionnels associés à des situations liées à la santé mentale décrites sur des cartes.

### Déroulement :

- Explication de règles et réponses aux questions de joueurs.
- Animation de la partie pour susciter l'échange entre les participants.
- Temps convivial avec mise à disposition de dépliants d'information sur la santé mentale.

### Besoins matériels :

- 2 tables de jeu.
- 2 jeux imprimés.

## ANNEXE 3 : FORUM PUBLIC À BELLECROIX

Forum public avec et pour les habitants et les acteurs locaux du quartier de Bellecroix organisé par le Cojep et le CLSM messin dans le cadre de l'édition 2023 des Semaines d'information sur la santé mentale.

**Titre : Festi'mental : ma santé mentale à Bellecroix, on en parle**

**Jour :** samedi 14 octobre de 14h à 18h.

**Lieu :** Centre socioculturel Kairos.

**Public ciblé :** habitants du quartier (enfants, ados et adultes)

**Nombre de participants :** entrée libre sur le forum et nombre limité aux ateliers

**Durée :** 4h.

**Référents :** Anne-Lise Gruzelle, chargée de mission du Cojep57.

**Objectifs :** informer le temps d'une après-midi conviviale les habitants et les acteurs (professionnels, membres d'association et élus) du quartier de Metz-Bellecroix sur les questions de santé mentale en lien avec la thématique annuelle des SISM 2023 : « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit » (voir l'argumentaire consultable sur Internet : <https://sante-mentale-territoire-messin.fr/sism/espace-partenaires>).

**Déroulement :** Accueil et information du public dans l'espace forum. Animation d'ateliers tout au long de l'événement (voir la présentation dans les pages suivantes).

### Communication





## Organisation

<p><b>Communication</b></p> <p>&gt; faire connaître l'événement</p> <p>Responsable : Cojep</p>	<p><b>Installation/décoration</b></p> <p>&gt; préparer la décoration, installer le matériel et accueillir les partenaires et les intervenants</p> <p>Responsable : Cojep / Centre social Kairos</p>
<p><b>Restauration</b></p> <p>&gt; préparer et servir boissons et gâteaux</p> <p>Responsable : Centre social Kairos</p>	<p><b>Animation</b></p> <p>&gt; accueillir le public, l'informer et ambiancer l'événement</p> <p>Responsables : intervenants des ateliers.</p>

## Partenaires de l'espace d'information

<p><b>Stand 1 : Parlons psy</b></p> <p>Partenaire : GEM L'Albatros</p> <p>Référent : Frédéric Laik, administrateur</p> <p>Présentation : mise à disposition d'information sur les troubles psychiques, information sur les services de l'association et présence d'adhérents pour répondre aux questions.</p>	<p><b>Stand 2 : Info sur les troubles bipolaires</b></p> <p>Partenaire : Padem Bipol</p> <p>Référent : Camille Perret, chargé de mission</p> <p>Présentation : mise à disposition d'information sur les troubles bipolaires, information sur les services de l'association et présence d'adhérents pour répondre aux questions.</p>
<p><b>Stand 3 : Livres et films en santé mentale</b></p> <p>Partenaire : Bibliothèque</p> <p>Référent : Rénilde Lecat, responsable des publics empêchés</p> <p>Présentation : mise à disposition de livres et de films traitant de sujets liés à la santé mentale.</p>	<p><b>Stand 4 : Livre témoignage</b></p> <p>Partenaire : usagère</p> <p>Référent : Cécile Gillet, autrice</p> <p>Présentation : Présentation du livre Histoire d'une HDT par son autrice.</p>
<p><b>Stand 5 : Info addictions</b></p> <p>Partenaire : CSAPA les Wads du CMSEA</p> <p>Référent : n.c.</p> <p>Présentation : information sur les troubles liés à la consommation de substances.</p>	<p><b>Stand 6 : Arbre aux idées reçues</b></p> <p>Partenaire : CLSM messin</p> <p>Référent : Stéphane Tinnes-Kraemer, coordo.</p> <p>Présentation : information sur les idées reçues en santé mentale au moyen d'un outil du Psycom..</p>

## Atelier 1 : photo Expression (ados/adultes)

Titre : **Photo expression avec Maria**

**Objectif** : faire évoluer positivement les représentations sur la santé mentale en facilitant la discussion sur le sujet au moyen d'images.

**Déroulement** :

*Conseils : donnez du temps aux participants de se connaître, précisez qu'on peut choisir une image sans pour autant s'exprimer et que chaque parole est accueillie avec bienveillance et sans jugement.*

- Accueil : brève présentation de l'atelier (5 min.)
- Présentation (10 min) : intervenants et participants se présentent brièvement.
- Consignes de l'atelier [*à donner au fur et à mesure du déroulé de l'atelier*] :
  - 1. Choisissez une image qui représente le mieux la suite de cette phrase : « Pour moi, être en bonne santé mentale c'est ».
  - 2. Expliquez votre choix aux autres participants en précisant ce que cette photo évoque pour vous.
  - 3. Proposez des exemples de situations qui peuvent avoir pour conséquence d'être en mauvaise en santé mentale et les moyens d'aller mieux.
- Animation (30 à 40 min) : le rôle de l'intervenant est de mettre les participants à l'aise (en condition de discuter), de donner les consignes et favoriser la circulation de la parole dans le groupe. Le rôle de l'intervenant n'est pas de témoigner ni de donner son opinion. Par contre, il peut répondre aux questions et/ou orienter vers un professionnel ou une source d'information.
- Conclusion (5 min) : remercier les participants et les inviter à poursuivre les échanges et à s'informer en allant à la rencontre des partenaires du forum.

---

Référent : Maria, conseillère citoyenne

Intervenantes : Maria (et Nadine, conseillère citoyenne)

Horaire : 15h30

Salle : ?

Matériel : 40 au format 10 x 15 cm.

Public ciblé : Dès 15 ans / adultes.

Nombre de participants : 8

Durée : 60 min.

Participation : pré-inscription, inscription le jour J, entrée libre ?

---

## Action 2 : Atelier relaxation (ados/adultes)

**Titre : Relax'Émoi avec Camille et Keltoume**

**Objectifs :** faire découvrir aux participant-e-s des pratiques corporelles simples pour favoriser l'équilibre émotionnel et la santé physique (techniques inspirées de la sophrologie, de la méthode Feldenkrais, de l'automassage et de la cohérence cardiaque).

**Déroulement :**

- Accueil : brève présentation de l'atelier (5 min.)
- Présentation (10 min) : intervenants et participants se présentent brièvement.
- Animation (30 à 40 min) :
  - 1. Ancrage spatial : prendre sa place dans la salle. et échauffement.
  - 2. Échauffement : s'assouplir des pieds et à la tête.
  - 3. Mobilisation corporelle : exercices de coordination du souffler et du corps
  - 4. Respiration : exercices pour conscientiser son souffle.
  - 5. Automassage : exercices pour soulager les tensions musculaires et articulaires.
- Conclusion (5 min) : remercier les participants et les inviter à poursuivre les échanges et à s'informer en allant à la rencontre des partenaires du forum.

---

**Réfèrent : Keltoume, conseillère citoyenne**

**Intervenante : Camille, animatrice sportive EPGV**

**Horaire : ?**

**Salle : ?**

**Matériel : 12 tapis de gym, 12 balles de tennis matériel sono (smartphone, enceinte, musique)**

**Public ciblé : Dès 15 ans / adultes**

**Nombre de participants : 12**

**Durée : 60 min.**

**Participation : pré-inscription, inscription le jour J, entrée libre ?**

---

### Action 3 : Atelier musicolangage (ados/adultes)

Titre : **Blabla musique** (proposition Stéphane : « La santé mentale : parlons-en en images »)

Objectifs : faire évoluer positivement les représentations sur la santé mentale en facilitant la discussion sur le sujet au moyen d'extraits musicaux.

Déroulement :

*Conseils : donnez du temps aux participants de se connaître, précisez qu'on peut écouter sans pour autant s'exprimer et que chaque parole est accueillie avec bienveillance et sans jugement.*

- Accueil : brève présentation de l'atelier (5 min.)
- Présentation (10 min) : intervenants et participants se présentent brièvement.
- Consignes de l'atelier [*à donner au fur et à mesure du déroulé de l'atelier*] :
  - 1. Débat mouvant : positionnez-vous d'un côté (bonne santé mentale) ou de l'autre (mauvaise santé mentale) d'une ligne imaginaire partant de l'intervenante en fonction de ce qu'évoque l'extrait musical. Une ou deux personnes par position argumentent leur choix.
  - 2. Pour ou contre : indiquez au moyen des pancartes à voter si vous êtes pour ou contre l'affirmation de cet extrait musical.
  - 3. The voice : en tant que membre du jury, vous devez trouver le chanteur de l'année qui chantera « la santé mentale. Buzzlez ou non pour l'une des chansons diffusées. Après chaque chanson, les participants sont invités à argumenter librement leur choix de retenir ou non la chanson.

Idées de thèmes pour trouver des chansons à texte : ressources : entraide, les proches... ; obstacles : stress, précarité... ; événements imprévisibles : séparation, agression, licenciement, deuil, violence, secret de famille, maladie, handicap... ; événements de la vie : rencontres amoureuses ou amicales, relation au travail ou ailleurs, déménagement, grossesse..., etc.

- Animation (30 à 40 min) : le rôle de l'intervenant est de mettre les participants à l'aise (en condition de discuter), de donner les consignes et favoriser la circulation de la parole dans le groupe. Le rôle de l'intervenant n'est pas de témoigner ni de donner son opinion. Par contre, il peut répondre aux questions et/ou orienter vers un professionnel ou une source d'information.
- Conclusion (5 min) : remercier les participants et les inviter à poursuivre les échanges et à s'informer en allant à la rencontre des partenaires du forum.

---

Référent : Nadine, conseillère citoyenne

Intervenantes : Nadine

Horaire : ?

Salle : ?

Matériel : matériel de diffusion sonore et/ou visuel, 22 chaises, 1 table, sélection musicale, 1 affiche « bonne santé mentale », 1 affiche « mauvaise santé mentale »

Public ciblé : ?

Nombre de participants : 20

Durée : 60 min.

Participation : pré-inscription, inscription le jour J, entrée libre ?

---

#### Exemple de chansons (sélectionnées par Camille)

- Barbara - *le mal de vivre* : dépression
- Balavoine - *SOS d'un terrien en détresse* : questions existentielles
- Pomme - *Anxiété* : anxiété / solitude
- Stromae - *l'enfer* : mal-être / suicide / solitude
- Soprano - Forrest : différence / harcèlement
- Soprano - tout ira bien : monoparentalité et difficultés du quotidien / message positif et optimiste
- Zaz - animaux fragiles : sensibilité / fragilités de la vie
- Zaz - trop sensible : intensité des émotions / sensibilités / anxiété / vulnérabilité
- Christophe Maé - il est où le bonheur : recherche épanouissement, bonheur et insatisfactions de la vie
- Orelsan - Jour meilleur : dépression / empathie / espoir / résilience
- Grand corps malade - derrière le brouillard : explore le pouvoir de la musique et du chant comme moyen de surmonter des expériences difficiles et de trouver de la force dans les moments difficiles.
- Grand corps malade - Éphémère : explore le concept de l'éphémérité et la nature fugace de la vie. La chanson reflète la beauté et la fragilité de l'existence, en soulignant l'importance de chérir chaque instant qui passe.
- Julien Doré - Larme fatale 2 : explore les thèmes de la recherche de soi au milieu de la médiocrité de la vie et de l'incertitude qui l'accompagne
- Christophe Willem - si mes larmes tombent : explore les thèmes de la vulnérabilité, de la douleur émotionnelle et du désir d'évasion. Les paroles suggèrent un sentiment de désillusion et une sensation d'être jugé par les autres.
- Mylène Farmer - Sans logique : schizophrénie
- Jean Louis Aubert - du bonheur : explore le concept du bonheur et le désir de le créer pour soi-même et pour les autres. Les paroles reflètent un sentiment de vouloir construire le bonheur, comme s'il s'agissait d'un bâtiment ou d'une structure

Lien vers la playlist : <https://deezer.page.link/yYsdUQJmVrnCVzLr6>

Pour obtenir quelques thèmes / significations de chansons : <https://www.songtell.com/fr>

## Action 4 : atelier jeu coopératif (ados/adultes)

**Titre : Senti'mental : la santé mentale en jeu**

**Objectif :** faire évoluer positivement les représentations des joueurs sur la santé mentale en les encourageants à discuter autour de situations qu'ils vont associer à une émotion positive ou négative.

**Participation :** pré-inscription en mobilisant les acteurs du quartier et du CLSM, et inscription le jour J.

**Déroulement :**

- Accueil (10 min) : brève présentation de l'atelier et intervenants / participants.
- Règles du jeu (5 min) : explication et réponses aux questions de joueurs.

*Ce jeu invite les joueurs à partager leurs sensibilités au gré de situations qui illustrent les facteurs influençant notre santé mentale. Chacun-e exprime son ressenti par rapport à une situation mise en jeu, tente de deviner l'émotion choisie par un-e autre et ensemble, on progresse la piste d'empathie qui témoigne de la complicité grandissante au sein de l'équipe.*

- Animation (: le rôle de l'intervenant est d'encourager l'échange entre joueurs par des questions pour chacune des situations mises en jeu.
- Temps convivial avec mise à disposition de dépliants d'information sur la santé mentale.

---

Référent : Stéphane TK, coordo CLSM

Intervenants : Stéphane

Horaire : ?

Salle : ?

Matériel : 1 table de jeu et 1 jeu imprimé (Stéphane s'en charge).

Public ciblé : 15 à 122 ans.

Nombre de participants : 8 joueurs.

Durée : 60 min (installation/règles, 30 min de jeu, clôture par temps convivial).

Participation : pré-inscription, inscription le jour J, entrée libre ?

---

## Atelier 5 : Atelier relaxation (enfants)

**Titre : La montagne aux émotions : calme face au yéti !**

**Objectifs :** faire découvrir aux enfants des exercices de relaxation et de gestion des émotions

**Participation :** pré-inscription en mobilisant les acteurs du quartier et du CLSM, et inscription le jour J.

**Déroulement :** petite méditation, exercice du spaghetti (exercice de gestion des émotions), exercices de respiration et boîte à colère (les enfants pourront la dessiner par exemple).

---

**Référent :** Tom Boulanger, chargé de communication du Centre Pierre Janet (CPJ) Université de Lorraine.

---

**Intervenants :** Sophie Martignon, psychologue et cheffe du pôle consultation du CPJ

**Horaire :** 14h à 16h30

**Salle :** besoin d'un espace au calme.

**Matériel :** ?

**Public ciblé :** habitants (ados, jeunes adultes, parents, personnes âgées).

**Nombre de participants :** 7

**Durée :** 40 min.

**Participation :** pré-inscription, inscription le jour J, entrée libre ?

---

## Atelier 6 : atelier créatif pour enfants

Titre : **J'imagine mon jardin intérieur**

Déroulement :

- Les enfants accueillis par les animateurs·trices déguisé·e·s en jardiniers·ères entrent dans une salle décorée sur le thème du jardin.
- Après l'explication de l'atelier, ils visionnent la courte vidéo « Mon jardin du dedans » réalisée par le Psycom. Ensuite un animateur les aide à mieux comprendre le sujet en racontant l'histoire « Mon jardin du dedans » avec les planches illustrées (supports consultables sur Internet : <https://is.gd/vZxgvE>).
- Les enfants sont invités à concevoir individuellement un poster illustré avec les images mises à leur disposition.
- L'atelier se termine par un temps de retour au calme au moyen d'un support audio de méditation de pleine conscience guidée pour les enfants.

Besoins matériels :

- Grille Caddie.
- 40 feuilles au format A3.
- Décoration et déguisement sur le thème du jardin.
- Magazine avec des images utilisables avec des enfants de 8 à 12 ans.

---

Référent : Francis Bullinger, président du GEM CC

Intervenants : ?

Horaire : ?

Salle : ?

Matériel : image et décoration mise à disposition par le GEM CC et le CSC AEC. Tapis au sol ou petite table pour installer les enfants.

Public ciblé : enfants âgés de 8 à 12 ans

Nombre de participants : 1 groupe de 10 enfants.

Durée : 60 min (installation, activité, retour au calme).

Participation : pré-inscription, inscription le jour J, entrée libre ?

---