

Semaines d'information
sur
la santé mentale



> 18 - 31 MARS 2019 <

SANTÉ MENTALE

à l'ère du

NUMÉRIQUE



WWW.SEMAINES-SANTE-MENTALE.FR

EN MÂCONNAIS SUD BOURGOGNE :

CHARNAY-LÈS-MÂCON, CLUNY, DOMPIERRE-LES-ORMES,
LA-CHAPELLE-DE-GUINCHAY, MÂCON, MATOUR, TOURNUS, TRAMAYES

PROGRAMME EN MÂCONNAIS SUD BOURGOGNE

Les Semaines d'information sur la santé mentale sont un événement annuel qui s'adresse au **grand public** afin d'**ouvrir le débat** sur les questions de santé mentale. Chaque année, associations, citoyens et professionnels organisent des **manifestations d'information et de réflexion** sur ce thème.

En Mâconnais Sud Bourgogne, cette manifestation est organisée dans le cadre du **Conseil Local en Santé Mentale**, dont l'enjeu est de **faciliter la prise en charge de la santé mentale** de l'ensemble de la population, notamment par une **meilleure prévention**, mais également en contribuant à **développer un nouveau regard** sur la santé mentale.

SANTÉ MENTALE À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

Le développement d'internet a touché toutes les sphères de notre société. Ses impacts sur notre bien-être et notre santé peuvent être négatifs : addictions, cyber-harcèlement, surconsommation d'informations, exclusion numérique, etc. Et ils peuvent aussi être positifs : mise à disposition et partage de connaissances, mise en réseau, entraide, etc. Ceci a conduit le collectif national d'organisation des Semaines d'Information de la Santé Mentale à proposer ce thème pour cette 30^e édition.

Du lundi 18 au dimanche 31 mars Exposition Le jardin secret



Œuvre collective du CMP

> **MÂCON** : médiathèque, points d'accueil de la Ville, maison des ados, Centre hospitalier, centre de formation Ozanam, Espace Duhesme*.

> **CLUNY** : centre social, Quai de la gare, siège de la communauté de communes

> **TOURNUS** : CCAS

> **LA-CHAPELLE-DE-GUINCHAY** : Bulle de Vie

> **MATOUR** : Bibliothèque

Gratuit - Ouvert à tous (horaires d'ouverture des lieux d'exposition). * à partir du 25 mars

Lundi 18 mars de 11 h à 12 h Projection-débat

> **TOURNUS** : Lycée Gabriel Voisin

Restitution en vidéo d'un travail d'enquête mené par ESPACES, et préparé avec les PEP 71, auprès d'enfants de primaire, d'adolescents, d'habitants, d'usagers et de professionnels de services médico-sociaux sur leurs représentations sur la santé mentale et l'impact du numérique sur celle-ci. Restitution suivie d'un débat avec des professionnels de santé.

Réservé à trois classes de lycéens, en lien avec leur programme d'étude.

Mardi 19 mars à 19 h Soirée-débat Trop d'écran = famille à cran ?

> **CLUNY** : Centre social

Smartphones, tablettes et autres ordinateurs se sont immiscés dans l'intimité familiale, supplantant parfois toute autre activité. Mais les écrans sont-ils si mauvais qu'on le dit ? Animée par Adeline Weiss,

Directrice du Centre social.

Gratuit - Ouvert à tous



Mercredi 20 mars de 14 h 30 à 16 h 30 Geocaching Sur les pas de Gallamus

> **TOURNUS** : Départ au Palais de justice - Salle 15
Chasse au trésor dans les rues de Tournus.

Organisé par l'Accueil jeunes du CCAS avec la participation des jeunes accueillis à l'EPMS Paul Cézanne/ESPACES.

Gratuit - Ouvert à tous

Avoir un téléphone portable avec une application de Géolocalisation permettant l'affichage de données GPS. Les enfants hors EPMS et Accueil jeunes doivent être accompagnés.

Inscriptions et renseignements : 03 85 27 04 40 ou espace.jeunes@tournus.fr

Jeudi 21 mars de 9h à 16 h 30 Des ressources numériques au service de la santé et du bien-être de tous

> **CHARNAY-LÈS-MÂCON** : Espace de la Verchère

Le numérique permet d'accéder à des ressources contribuant au maintien de la santé (logiciels d'entraînement cognitif), à l'autonomisation des personnes (apprendre à se servir des outils numériques), au développement personnel (formations en ligne). Comment faire connaître ces ressources et en faciliter l'accès à tous ?

Gratuit - Ouvert aux bibliothèques, structures sociales, médico-sociales, d'animation, etc.

Inscriptions et renseignements auprès de la Bibliothèque Départementale de Saône-et-Loire et du PETR.

Vendredi 22 mars de 15 h à 16 h 30 Rencontre intergénérationnelle autour des jeux vidéos

> **CLUNY** : Centre social

Après-midi convivial de partage de savoirs et de tissage de lien intergénérationnel entre des seniors et des élèves de CE2 de Cluny.

Organisé par le centre social de Cluny

Gratuit - Sur inscription pour les seniors souhaitant participer au 03 85 59 80 83

Vendredi 22 mars à partir de 18 h 30 Soirée apéro-concert-théâtre d'impro

> **MÂCON** : Médiathèque

Présentation officielle de l'exposition à 18 h 30

Apéritif concert avec le Big Bidon Band à 19h

Spectacle d'improvisation par la compagnie

Les Ahuris à 20 h, suivi d'un temps d'échanges.

Gratuit - Ouvert à tous



Mardi 26 mars de 9 h à 12 h L'Espace' Santé Pro

Les printanières : communication à l'ère du numérique

> **MÂCON** : Centre de formation Ozanam, 5 rue des Charmilles

Première édition de rencontres trimestrielles proposées par l'antenne de Saône-et-Loire de l'IREPS BFC. Des temps d'échanges de pratiques, à destination des professionnels.

Comment les TIC peuvent-elles influencer sur notre bien-être ? Comment s'assurer de la qualité et de la véracité de l'information ? Effets et méfaits de la communication numérique.

L'objectif est d'aider les professionnels à :

- accompagner différents publics au décryptage de l'information en santé et de ses sources ;
- développer l'esprit critique et les compétences psychosociales des utilisateurs ;
- organiser une animation autour de ce thème ;
- ouvrir le débat avec les enfants, les adolescents et leurs parents.

Gratuit - Uniquement sur inscription : nombre de places limité ! contact.antenne71@ireps-bfc.org

Jeudi 28 mars de 17 h à 19 h Café informatique

> **TRAMAYES** : Bibliothèque

Moment de convivialité pour échanger des astuces et des savoirs.

Organisé par Villages Solidaires dans le cadre de son programme d'informatique solidaire.

Inscriptions et renseignements : 06 77 30 29 81 ou villagesolidaires71@gmail.com

... ET AU MOIS D'AVRIL

Samedi 13 avril à 15 h Spectacle familial Des clics et décroche

> **DOMPIERRE-LES-ORMES** : Lab 71

Une histoire où la télévision, l'ordinateur, la console de jeu, le téléphone portable sont omniprésents dans le quotidien de ces deux personnages. Trop ? Oui assurément. Par un coup du sort, les deux acolytes se retrouvent privés de tous ces jeux interactifs et moyens de communication High-tech. Ainsi, la Fée va tout mettre en œuvre pour encourager Axl Caramel, et par la même occasion s'encourager elle-même, à « décrocher » un peu de ces écrans, et lui faire découvrir, que l'on peut aussi faire sans... Un spectacle où se mêle humour, chansons et comédie, sur un thème qui nous concerne vraiment tous : les enfants... tout autant que les parents. N'est-ce pas ?

Spectacle suivi d'un goûter et d'un temps d'échanges.

Organisé par Villages Solidaires

Dès 4 ans - Par la compagnie La Fée Mandoline

Gratuit - Ouvert à tous

Renseignements : 06 77 30 29 81 ou villagesolidaires71@gmail.com



... À VENIR CHEZ NOS PARTENAIRES

Des propositions complémentaires portant sur le sujet du numérique et/ou de la santé.

Printemps 2019-Dates à venir

Rencontre Fablab et handicap à Mâcon organisée par l'association Les petits débrouillards avec l'appui du PETR Mâconnais Sud Bourgogne (renseignements : 06 58 10 11 84 ou m.pellissier@debrouillonet.org).

Du 17 au 19 mai 2019

Sans décoder ?! Festival des cultures numériques à Dompierre-les-Ormes, au Lab 71, organisé par le Département de Saône-et-Loire



RENSEIGNEMENTS :

Pôle santé du PETR Mâconnais Sud Bourgogne
Claire Pernet - 03 85 20 91 14
cpernet@maconnais-sud-bourgogne.fr

Pôle numérique du PETR Mâconnais Sud Bourgogne
Aurèle Cordier - 03 85 20 91 52
acordier@maconnais-sud-bourgogne.fr

www.maconnais-sud-bourgogne.fr

CES ANIMATIONS ONT PU
VOIR LE JOUR GRÂCE À L'IMPLICATION
DES PARTENAIRES SUIVANTS :

ARS Bourgogne Franche-Comté
Association Sport Conseil Éducation Formations
Bibliothèque départementale de Saône-et-Loire
CCAS de la Ville de Tournus
Centre de formation Ozanam
Centre hospitalier de Mâcon
Centre hospitalier de Mâcon
Centre social de Cluny
Centre social de La Chapelle-de-Guinchay
Centre social de Tournus
Communauté de communes du Clunisois
Commune de La Chapelle-de-Guinchay
Conseil départemental de Saône-et-Loire
ESPACES : Établissement Social Public Autonome
Foyer d'Accueil Médicalisé Les Perrières
Chargé d'Éducation Spécialisée Le Clos Mouron
Groupe d'entraide mutuelle - Atout trèfle
IREPS Bourgogne Franche-Comté
Jardin des 7 sens
La Chevanière - ARHM
Lab71
Lycée Gabriel Voisin
Maison d'accueil spécialisée de Bergesserin
Maison de santé de Tournus Masan't
Maison des Ados
PEP 71
Résidence Départementale d'Accueil et de Soins 71
UNAFAM
Villages Solidaires
Ville de Charnay-lès-Mâcon
Ville de Cluny
Ville de Mâcon
Ville de Tournus