

## « POUR MA SANTÉ MENTALE, RESPECTONS MES DROITS ! »

*Les mesures prises pour faire face à l'épidémie de Covid-19 que nous vivons ont un impact sur nos droits, nos libertés et nos relations sociales. Dans ce contexte inhabituel, notre santé mentale est bouleversée.*

Notre état de santé mentale varie tout au long de la vie, en fonction de différents facteurs : biologiques, psychologiques, familiaux et sociaux. La dimension sociale dépend notamment de notre environnement et de la société dans laquelle nous évoluons.

Dans notre société, chaque personne a accès aux mêmes droits universels et les institutions doivent en garantir le respect. La citoyenneté relève donc à la fois d'une responsabilité individuelle et collective. En tant que citoyenne ou citoyen, j'ai le droit à la santé, à la sécurité et au respect de mes libertés individuelles.

L'État met en œuvre les moyens pour me permettre de vivre dignement et pour garantir le respect de mes droits au quotidien. Lorsque ces droits sont bafoués, lorsque je subis des discriminations, ma citoyenneté est niée et ma santé mentale peut être perturbée.

Si je vis avec des troubles psychiques, le non-respect de mes droits comme la liberté d'aller et venir, la dignité, l'accès aux soins, au logement, au travail, etc. peut aggraver mes problèmes de santé mentale.

Les personnes concernées par les troubles psychiques sont souvent confrontées à la stigmatisation, ce qui accroît les risques de violation de leurs droits, notamment par des actes de discrimination. Lutter contre les discriminations et garantir le respect des droits, c'est reconnaître et promouvoir la pleine citoyenneté de chaque personne, quel que soit son âge, son état de santé ou son handicap.

### **Ces questions pourront être abordées lors des actions organisées pendant les SISM 2021 :**

- Comment le non-respect des droits affecte-t-il la santé mentale des individus ? Avec quelles conséquences, à chaque âge de la vie ? Qu'en est-il des discriminations ?

#### **Information et promotion des droits**

- Comment promouvoir et garantir les droits tout au long de la vie, y compris lors de crises sanitaires ? Comment et pourquoi l'information sur les droits peut avoir des effets bénéfiques pour tous ? Comment renforcer les compétences des personnes à s'approprier leur citoyenneté ?
- A qui s'adresser lorsqu'on a des questions concernant les droits, les discriminations, les lois et leur application ?

#### **Actions**

- Quelles actions pédagogiques peuvent être mises en place pour faciliter l'accès aux droits ? Quels exemples d'interventions prometteuses en prévention des discriminations ?
- Quel est le rôle des institutions et des élu.e.s dans ces actions ? Comment les sensibiliser et les impliquer davantage ?
- Comment accompagner les personnes victimes du non-respect de leurs droits et des discriminations ? Quels sont les recours et les ressources disponibles ? Quels organismes solliciter ? Quelles réponses attendre ?

#### **Entourage**

- Comment l'entourage peut-il accompagner un proche usager dans le respect de ses droits ?
- Comment respecter les droits des aidants (notamment les jeunes) pour mieux prendre soin de leur santé mentale ?
- Comment faire respecter le droit à la parentalité des usagers des services de santé mentale ? Comment garantir le respect des droits de leurs enfants ?

#### **Covid-19**

- Pourquoi est-il difficile de considérer la santé mentale comme un droit, en particulier en période épidémique ?
- Comment ne pas opposer santé mentale et santé physique ? Comment ne pas sacrifier sa santé mentale au profit de sa santé physique ?

**Nous vous invitons à ouvrir le débat !**

## LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTE MENTALE

---

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 4 au 17 octobre 2021.**

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

## LES CINQ OBJECTIFS DES SISM

---

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.

## COLLECTIF NATIONAL DES SISM

---

Association des établissements gérant des secteurs de santé mentale (ADESM) • Advocacy France • Association française de psychiatrie (AFP) • 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) • Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS) / EPSM Lille-Métropole • Centre national audiovisuel en santé mentale (CNASM) • Ecole des parents et des Educateurs d'Ile-de-France (EPE) • Elus, santé publique et territoires (ESPT) • Fédération française de psychiatrie (FFP) • Fédération nationale des associations liées aux troubles des conduites alimentaires (FNA-TCA) • Fédération des acteurs de la solidarité • Fédération nationale des associations d'usagers de la psychiatrie (FNAPSY) • Mutualité Française d'Ile-de-France • Mutuelle générale de l'Éducation nationale (MGEN) • Psycom • Santé Mentale France • Société française de santé publique (SFSP) • Société médicale Balint • Union nationale des associations familiales (UNAF) • Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM).

Information, inscription et programme : [www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)



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



[@Sism.Officiel](https://twitter.com/Sism.Officiel)

### Contacts

Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 - mail : [sism.contact@gmail.com](mailto:sism.contact@gmail.com)