

sensibilisation
information
communication

accompagnement
participation des usagers
dispositifs

RAPPORT D'ACTIVITÉ

développement
programme
formation

conseils
stigmatisation
pédagogie

ÉDITO

SOMMAIRE

ÉDITO	3
INFORMATION	4
A. BROCHURES	5
B. GUIDES SANTÉ MENTALE	6
C. SITE INTERNET ET RÉSEAUX SOCIAUX	7
1. Site Internet	7
2. Site mobile	8
3. Facebook	9
4. Twitter	9
COMMUNICATION	8
A. SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE (SISM)	8
1. Secrétariat général du Collectif SISM national	8
2. Actions Psycom pendant les SISM	8
B. JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE (JMSM)	9
C. RENCONTRES RÉGIONALES DES RESPONSABLES DE COMMUNICATION	9
D. BILAN DES COMMUNICATIONS (STANDS, COLLOQUES, ARTICLES)	9
LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION	10
A. ACTIONS DE SENSIBILISATION SUR LA SANTÉ MENTALE	10
B. KIT PÉDAGOGIQUE « HISTOIRES DE DROITS »	10
C. OUTILS INNOVANTS DE LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION	11
1. Amélioration des outils existants	11
2. Pièce de théâtre interactif	12
3. Kit pédagogique « La tête dans les nuages : discriminations et santé mentale »	13
FORMATIONS	14
A. Formation « Changer les regards sur la santé mentale : exemples et outils »	14
B. Formation « Conseils locaux de santé mentale : méthodes et pratiques »	14
C. Formations courtes sur demande	15
D. Diplôme interuniversitaire « Santé mentale dans la communauté »	15
PARTICIPATION DES USAGERS	16
A. AIDE À LA CRÉATION DE DISPOSITIFS DE PARTICIPATION DES USAGERS	16
B. ACCOMPAGNEMENT DE LA PARTICIPATION ACTIVE DES USAGERS	16
1. Animation d'un réseau informel de témoins	16
2. Enquête qualitative « Les mots de la santé mentale »	17
FONCTIONNEMENT	18
A. PARTENAIRES D'ACTIONS	18
B. ASSEMBLÉE GÉNÉRALE	18
C. ÉQUIPE OPÉRATIONNELLE	19

L'année 2015 s'est achevée pour le Psycom par un changement de statut juridique et le passage en Groupement de coopération sanitaire (GCS). Cette transformation, prévue par la loi, dote le Psycom d'une assise et d'une visibilité supplémentaire pour assurer ses missions : l'information et la communication en santé mentale et la lutte contre les stigmatisations.

Le Psycom a poursuivi le déploiement de son activité au niveau francilien, notamment, en augmentant fortement la diffusion de ses documents et en créant deux nouveaux guides *Santé mentale. Soins, accompagnement et entraide*, pour les départements de Seine-et-Marne (77) et de Seine-Saint-Denis (93).

Au-delà de l'Île-de-France, depuis mai 2015 les brochures du Psycom sont accessibles sur l'ensemble du territoire national. Ainsi, plus d'un demi-million de documents a été diffusé en 8 mois, en métropole et dans les départements d'outre-mer, ce qui démontre l'intérêt croissant du public pour les questions de santé mentale.

En 2015, le Psycom a initié de nouveaux partenariats. Tout d'abord avec la revue *Prescrire*, pour co-rédiger deux brochures d'information sur les médicaments psychotropes, en toute indépendance. Puis avec des acteurs culturels et scientifiques, tels que la *compagnie Nyx'art* pour l'événement « Ma p'tite Folie » ou la *Cité des Sciences et de l'Industrie*, en vue de l'exposition « Mental désordre », qui sera inaugurée en avril 2016.

Le Psycom a renforcé son expertise dans la lutte contre la stigmatisation. De nouveaux outils ont été imaginés à destination des usagers, aidants, professionnels, élus ou journalistes. À titre d'illustrations, notons la création du kit pédagogique « La tête dans les nuages », articulés sensibilisation aux mécanismes discriminatoires et impacts sur la santé mentale, ou encore la *Médiathèque de la Santé mentale*, accessible sur le site internet du Psycom.

L'année 2016 devra permettre au Psycom de conforter toutes ces dynamiques et de confirmer son positionnement d'organisme ressource pour tous les acteurs de la santé mentale.

Tout d'abord en développant son offre de formation aux droits des usagers - grâce à son kit pédagogique « Histoires de droits » - et à la prise de parole publique et médiatique, pour les personnes désirant témoigner d'un parcours de rétablissement, de l'accompagnement d'un proche ou d'une pratique innovante. Puis, en publiant de nouvelles brochures (Soins somatiques et psychiatrie, Personne de confiance, Santé mentale et culture) et des Guides Santé mentale franciliens.

Enfin, le Psycom initiera des coopérations avec les nouvelles Agences régionales de santé, afin de développer de nouveaux circuits de diffusion de ses outils et actions, en faveur du plus grand nombre.

Raphaël Yven
Administrateur

Aude Caria
Directrice

A. BROCHURES

Le nombre de brochures diffusées en Île-de-France a fortement évolué depuis 3 ans : 51 000 brochures diffusées en 2012, 72 000 brochures en 2013, 238 350 brochures en 2014. Du 1^{er} janvier au 31 mars 2015, 76 900 brochures ont été diffusées en Île-de-France.

En 2015, 1 nouvelle brochure a été rédigée et diffusée :
- Santé mentale et vieillissement

Tous les documents d'information ont été réactualisés et mis à jour avant leur réimpression.

Depuis le 6 mai 2015, la documentation du Psycom est diffusée au niveau national grâce à un financement ponctuel de l'INPES de 60 000 €. Afin de limiter la hausse du coût de la diffusion et de la mise à jour/création des brochures, un nouvel appel d'offres a été lancé début 2015.

En parallèle, une stratégie de réduction des coûts a été mise en place :

- limite minimale et maximale du nombre de brochures fixée pour chaque commande,
- standardisation du packaging des brochures pour éviter les manipulations supplémentaires,
- augmentation des quantités de réimpression, de préférence en amalgame.



Cette stratégie a permis de maintenir les coûts mensuels de diffusion, cela, malgré une augmentation des quantités commandées.

Coût de mise à jour, impression et diffusion des brochures et guides

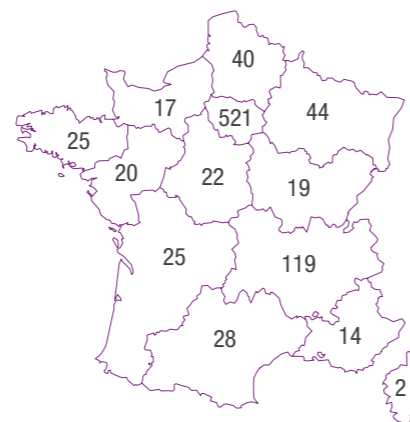
2013 — 30 000 €
2014 — 176 100 €
2015 — 188 700 €

Entre le 6 mai et le 31 décembre 2015, 533 650 brochures ont été diffusées au niveau national pour 904 demandes.

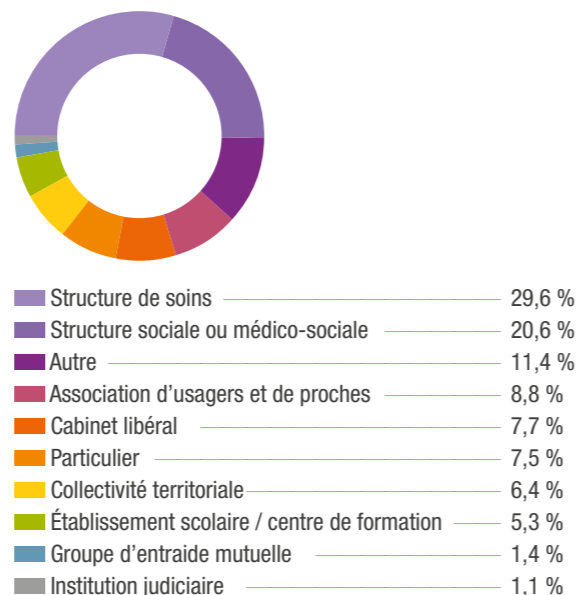
Les brochures les plus diffusées sont :

- l'ensemble des brochures de la collection « Troubles psychiques »
- Santé mentale et jeunes
- Modalités de soins psychiatriques
- Psychothérapies
- Droits des usagers des services de psychiatrie

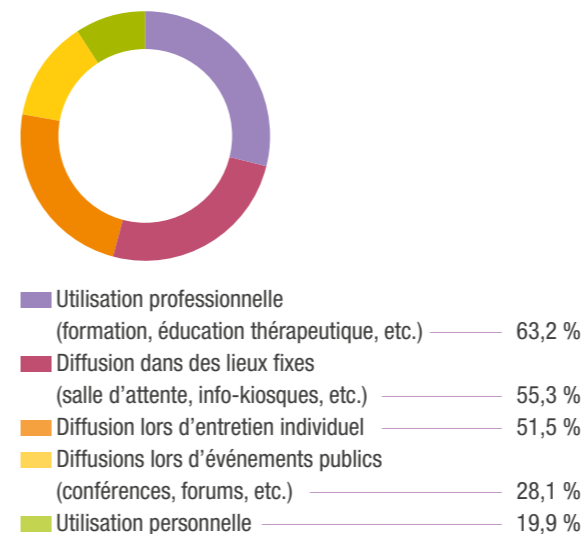
Répartitions des demandes par région



Type de destinataire en 2015



Utilisation déclarée (plusieurs réponses possibles) en 2015



B. GUIDES SANTÉ MENTALE

Les guides « Santé mentale : soins, accompagnement et entraide » proposent un annuaire des lieux ressources sur le territoire francilien, décliné par département. Ces guides ont été repensés à partir du « Guide de la psychiatrie publique à Paris » de 2011 et en partenariat avec les partenaires locaux pour prendre en compte les besoins de l'ensemble des acteurs de la santé mentale (sanitaire, médico-social, social, associatif) et contribuer ainsi à une meilleure cohérence des parcours de santé.

Ce travail de mise à jour et de création se découpe en 9 étapes :

- récupération des données auprès de sources variées identifiées en amont par département (têtes de réseaux, chargés de communication, site internet, FINSS, DERPAD, CRAIF),
- transmission des données à notre prestataire de gestion de base de données (ESAT Regain),
- constitution d'une base de données structurée,
- élaboration d'une prémaquette du guide à partir de la base de données,
- vérification et relecture de la prémaquette auprès de personnes ressources (délégations territoriales ARS, CEAPSY, partenaires locaux, secteurs de psychiatrie, associations d'usagers et de proches),
- après de nombreux aller-retours de la maquette, validation du bon à tirer auprès des personnes ressources,
- impression du guide et mise en diffusion,
- correction de la base de données initiale, pour export et mise en ligne dans l'annuaire interactif du site du Psycom.
- La méthodologie retenue, qui garantit la qualité des informations et offre une meilleure visibilité des organisations, explique la durée d'une année nécessaire au développement et à la publication de chacun des guides.

OBJECTIFS 2016

- Poursuivre la mise à jour des brochures.
- Maintenir la diffusion des brochures gratuitement sur la France entière grâce à un financement pérenne.
- Éditer de nouvelles brochures :
 - La personne de confiance
 - Prendre un médicament neuroleptique (partenariat Prescrire)
 - Prendre un médicament antidépresseur (partenariat Prescrire)
 - Soins somatiques et psychiatrie
 - Réseau psychiatrie et précarité en Île-de-France
 - Consultations Santé mentale et cultures en Île-de-France
 - Urgences psychiatriques en Île-de-France
 - Programmes de psychoéducation
 - Organisation de l'accompagnement médico-social (partenariat Ceapsy)
 - Prison et psychiatrie



Depuis la régionalisation :

- Guide Santé mentale à Paris (sortie septembre 2014) : 10 000 exemplaires diffusés
- Guide Santé mentale en Seine et Marne (sortie janvier 2015) : 2 500 exemplaires diffusés
- Guide Santé mentale en Seine-Saint-Denis (sortie juillet 2015) : 3 000 exemplaires diffusés

OBJECTIFS 2016

- Ajouter à la base de données en ligne les données du guide 93.
- Éditer et diffuser les guides 92 et 94 (en cours de recueil).
- Mettre à jour et rééditer les guides 75 et 93.

C. SITE INTERNET ET RÉSEAUX SOCIAUX

1. SITE INTERNET

En 2015, le site a reçu 724 900 utilisateurs (internaute ayant visité le site au moins une fois), et 17 200 visites par semaine. 1 733 300 pages ont été vues.

Comme en 2014, les utilisateurs sont essentiellement francophones. Les rubriques les plus consultées en 2015 sont les médicaments, les troubles psychiques, les thérapies et l'espace presse.

Le nombre d'abonnés à la e-lettre d'information l'Hebdo du Psycom a augmenté de plus de 30 % (3 620 le 1^{er} janvier 2015, 4 730 le 31 décembre 2015). On observe toujours un pic de visites du site les mardis (jour de réception de l'Hebdo du Psycom). Le site est fréquenté de façon plus soutenue la semaine, ce qui peut indiquer que les visiteurs sont principalement des professionnels.

Quatre nouvelles fiches synthétiques ont été ajoutées à l'Espace presse, portant le total de thématiques dans la rubrique « Santé mentale de A à Z » à une soixantaine.

La rubrique « Comment agir ? » a été complétée par la mise à jour de la Médiathèque de la santé mentale, qui dorénavant donne accès à :

- un ensemble de 400 films, séries TV, documentaires, et vidéos en ligne, accessibles par un moteur de recherche multicritères,
- une liste d'une centaine livres témoignages et livres pour enfants et ados,
- une liste d'expo photos.



La carte interactive des GEM a été mise à jour, elle référence désormais 373 GEM en France métropolitaine et Outre-mer. Cette mise à jour des données se fait en routine, grâce aux retours des responsables de GEM, via le site ou les réseaux sociaux.

La rubrique « Où s'adresser ? » a été réactualisée et réorganisée pour améliorer son efficacité.

En 2015, 427 demandes ont été reçues via le formulaire de contact du site, elles concernent :

- des demandes d'information sur une situation personnelle complexe,
- des commandes de documentation,
- des informations à faire apparaître à l'Hebdo du Psycom,
- des modifications de coordonnées (adresses de GEM, informations des annuaires, etc.),
- des demandes d'expertise auprès du Psycom : colloques, aide à la mise en place d'action de lutte contre la stigmatisation, témoignages, etc.
- des demandes de stages ou d'emploi.

Nombre de demandes reçues via le formulaire de contact

2012 (à partir de mars)	158
2013	317
2014	360
2015	427

OBJECTIFS 2016

- Initier la refonte du site internet pour proposer une ergonomie plus intuitive, basée sur une analyse quantitative et qualitative des usages (e-enquête en cours).
- Atteindre 8 000 abonnés à l'Hebdo du Psycom.
- Créer un moteur de recherche de livres témoignages et livres pour enfants et adolescents, au sein de la médiathèque de la santé mentale.

2. SITE MOBILE

Depuis le 1^{er} juin 2015⁽¹⁾, le site mobile a reçu 219 300 utilisateurs (internaute ayant visité le site au moins une fois), 5 500 visites par semaine et 350 000 pages ont été vues.

Les rubriques les plus consultées en 2015 sont les troubles psychiques, les médicaments, les soins et l'accompagnement, l'espace presse et les droits. Comme sur le site, on observe un pic de visites du site les mardis (jour de réception de l'Hebdo du Psycom).

OBJECTIF 2016

- Améliorer le site mobile pour correspondre aux nouveaux usages des écrans (téléphones, portables, phablettes, et tablettes).

3. FACEBOOK

La page Facebook du Psycom a été créée fin 2013. Elle comptait 1 057 fans le 31 décembre 2015.

Les personnes aimant la page du Psycom sont principalement des associations et membres d'associations d'usagers et de proches, des groupes d'entraide mutuelle, des professionnels de la santé mentale et des particuliers. La page est nourrie régulièrement d'actualités reprises à l'Hebdo, et de posts ciblés sur les outils du Psycom. Les témoignages de personnes vivant avec des troubles psychiques sont particulièrement appréciés.

OBJECTIF 2016

- Atteindre 2 000 fans.



3. TWITTER

Le compte Twitter du Psycom @Psycom_Actu a été créé en janvier 2014, il comptait 1 060 abonnés le 31 décembre 2015.

Le Psycom tweete sur des actualités reprises à l'Hebdo et retweete d'autres informations sur la santé mentale. Le Psycom réagit aussi à certains tweets en donnant des informations complémentaires sur les sujets abordés. Plusieurs Live Tweets sont réalisés à l'occasion d'événements (colloques, remise des prix Prescrire, etc.).

Le Psycom est ponctuellement interpellé sur Twitter pour donner des informations sur la santé mentale et la lutte contre la stigmatisation.

Les personnes abonnées au compte Twitter du Psycom sont principalement des journalistes santé, des organismes de lutte contre la stigmatisation, des représentants d'institutions, des professionnels de la santé mentale, des spécialistes de la communication et de la e-santé.

OBJECTIF 2016

- Atteindre 2 000 abonnés.
- Réagir plus systématiquement aux articles de presse ayant un traitement problématique sur la santé mentale, en donnant le lien vers une information vérifiée et validée.



A. SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE (SISM)

1. SECRETARIAT GÉNÉRAL DU COLLECTIF SISM NATIONAL

Depuis avril 2014, le Psycom assure le Secrétariat général du Collectif national des SISM, à savoir :

- gestion des réunions du Collectif,
- demandes de subventions et suivi des dépenses,
- gestion du site Web des SISM,
- supervision de la chargée de communication,
- rédaction du Bilan annuel.

Les SISM 2015 avaient pour thème « Être adolescent aujourd'hui », plus de 970 événements ont été organisés en France, et plus de 1 000 articles ont été recensés dans la presse (écrite et Web).

L'édition 2015 a également accueilli plusieurs nouveaux partenaires : la Mutuelle générale de l'Éducation nationale (MGEN), l'École des parents et des éducateurs (EPE), Le Fil Santé Jeunes, ainsi que l'Association nationale des Maisons des adolescents (ANMDA).

2. ACTIONS PSYCOM PENDANT LES SISM

En partenariat avec le réseau santé mentale et la médiathèque de la ville d'Ivry sur Seine, le Psycom a proposé une action de sensibilisation intitulée « Adolescence : à la folie, un peu, beaucoup, pas du tout... ». Cette action s'est déclinée autour de trois espaces :

- Atelier d'expression artistique animé par les artistes Mathieu Pinède et Merlin qui invitent les passants à dessiner ce que représente la folie de leurs points de vue et avec lesquelles une discussion s'engage.
- Atelier lecture animé par un binôme bibliothécaire/professionnel du réseau santé mentale. Cet atelier a permis d'échanger avec une dizaine de jeunes autour d'extrait d'ouvrages traitant de la thématique des SISM.
- Point ressources animé par l'ensemble des acteurs partenaires de l'action qui permettaient aux visiteurs d'échanger et de s'informer sur la santé mentale et les ressources disponibles sur le territoire.

Cette action qui était la première réalisée sur ce territoire pour les SISM a permis d'échanger avec une cinquantaine d'habitants sur le thème de la santé mentale.

OBJECTIFS 2016

- Poursuivre le secrétariat du Collectif national des SISM (organisation, communication, promotion, évaluation et relations presse).
- Créer une base de données interactive des acteurs des SISM par département.
- Poursuivre l'amélioration de l'ergonomie du site internet, plus adaptée à l'usage des organisateurs d'actions et du grand public.
- Améliorer la visibilité des SISM sur les réseaux sociaux et dans la presse.
- Éditer la brochure « Psychiatrie et soins somatiques », thème des SISM 2016 pour le mois de mars.
- Inscrire le Psycom dans une action de terrain à l'occasion des SISM 2016.

photographe Jean-Robert Dantou et proposé une conférence sur le thème de « L'image de la folie à travers les âges », en partenariat avec l'association Advocacy France.

Un clip vidéo de la journée a été réalisé par Nyx'Art.

Le public était principalement composé de :

- professionnels de la santé (les CMP de Seine-Saint-Denis, EPS de Ville Evrard, hôpitaux parisiens Paris, psychiatres, psychologues, infirmiers, élus de la direction de la santé de Saint-Ouen, etc.),

- habitants de Seine-Saint-Denis et Paris,
- usagers en lien avec les associations,
- invités en lien avec les projections de films.

OBJECTIF 2016

- Co-produire la deuxième édition de « Ma p'tite folie » avec la compagnie Nyx'Arts et d'autres acteurs culturels à l'occasion de la JMSM.

C. RENCONTRES RÉGIONALES DES RESPONSABLES DE COMMUNICATION

Le Psycom a organisé une rencontre des responsables de communication des établissements de santé mentale franciliens (sanitaires et médico-sociaux). Ces rencontres donnent lieu à des échanges de pratiques autour des SISM, des ressources d'information santé et des dispositifs de participation des usagers dans le système de santé.

OBJECTIFS 2016

- Organiser 2 rencontres des responsables de communication.

D. BILAN DES COMMUNICATIONS (STANDS, COLLOQUES, ARTICLES)

- 23 interventions orales et posters lors de colloques/congrès/auditions.

- 3 stands d'information :

- > Journée mondiale de la bipolarité, 30 mars 2015
- > Mad Pride, Paris, 13 juin 2015
- > Ma p'tite folie, 10 octobre 2015

- 6 publications :

- > « Passer de l'asile à la Cité, de l'aliéné au citoyen : un défi collectif », Pratiques en Santé mentale, 2015, n° 1
- > « Élus sensibilisés à la santé mentale en Île-de-France : évaluation d'impact », Revue La Santé en actions, INPES, 2015
- > « Liberté et psychiatrie : les mots des usagers » - Revue Santé mentale - juin 2015

- > « Citoyenneté et santé mentale : un kit pour s'approprier ses droits » - Lettre Reh@b - juin 2015
- > « L'empowerment en santé mentale », Loubières C, interview de M. Olano, Le cercle psy, n° 4, nov-déc 2015
- > « Santé mentale : sensibiliser les élus pour mieux intégrer vivant en ville avec des troubles psychiques » - Revue Prescrire - décembre 2015

- Participations à 6 groupes de travail :

- > Groupe de travail santé mentale de la CRSA IdF.
- > Groupe de travail santé mentale et cultures, ARS IdF.
- > Groupe de travail évaluation des CLSM, ARS IdF.
- > Comité de pilotage du site hopital.fr et Jury du prix de la communication hospitalière, de la FHF.
- > Comité de pilotage du groupe de travail « Santé mentale et logement », Paris 20°
- > Plénières CLSM : Paris 5°, 14°, 15°, 18°, Clichy-la-Garenne, Aubervilliers, Saint-Denis

B. JOURNÉE MONDIALE DE LA SANTÉ MENTALE (JMSM)

Le 10 octobre 2015, la compagnie Nyx'Art et le Psycom ont co-organisé un événement au Pôle culturel Commune Image à Saint-Ouen (93). Les 2 700 m² ont accueilli 1 grande exposition-vente photographique et picturale, 6 projections de documentaires et courts-métrages, 3 concerts, une dizaine de stands informatifs et ludiques, 2 conférences ainsi qu'un espace restauration.

De 11 h à 20 h, près de 400 visiteurs ont participé à cet événement solidaire et citoyen sur la thématique de la santé mentale. Le Psycom a aidé à la mobilisation des associations d'usagers et de proches pour tenir un stand commun, contribué à la promotion de la journée, animé l'arbre aux idées reçues et le kit géant « Histoires de droits », présenté l'exposition « Objets sous contraintes » du



A. ACTIONS DE SENSIBILISATION SUR LA SANTÉ MENTALE

Le Psycom participe à plusieurs CLSM en Île-de-France en tant que partenaire permanent ou pour accompagner les équipes municipales souhaitant bénéficier des actions de sensibilisation. Le Psycom participe au comité de pilotage d'un projet pilote dans le cadre du CLSM 20e concernant la santé mentale et le logement.

En 2015, le Psycom a sensibilisé les élus de Saint-Denis (programme spécifique de 2 demi-journées), ainsi que le personnel municipal, autour des questions de santé mentale. L'évaluation post-formation n'a pu être réalisée auprès des élus, du fait de leur mobilisation suite aux attentats du 13 novembre.

Les actions de sensibilisation auprès des équipes municipales tendent à se multiplier. Plusieurs villes parmi lesquelles Rosny-sous-Bois, Aubervilliers, Neuilly-sur-Seine, Rueil-Malmaison sont intéressées pour organiser ces actions auprès des élus ou plus largement auprès des agents municipaux.

Les acteurs intervenants dans le champ du logement sont également intéressés par ces sensibilisations. Plusieurs actions de sensibilisation ont été réalisées auprès de bailleurs sociaux, de gardiens d'immeubles ou des missions Handicap et Qualité de vie au travail de la direction nationale de Pôle Emploi.

OBJECTIFS 2016

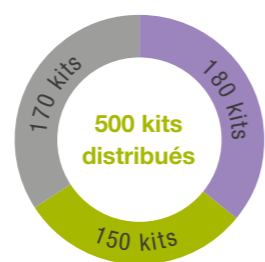
- Poursuivre le développement de l'aide aux élus.
- Poursuivre la sensibilisation auprès des acteurs de santé mentale sur demande.

B. KIT PÉDAGOGIQUE « HISTOIRES DE DROITS »

Lutter contre la stigmatisation est fortement lié à la promotion des droits. Or, les droits des usagers des services de psychiatrie sont complexes et mal connus. C'est le cas notamment des modalités de soins psychiatriques définies par la loi du 5 juillet 2011, qui ont besoin d'être accompagnées d'un important travail pédagogique auprès des usagers, des proches et des professionnels.

Pour faciliter l'échange entre les acteurs de santé mentale le Psycom a développé un kit pédagogique sur les droits des usagers des services de psychiatrie. Ce projet s'inscrit dans une démarche participative active des usagers, des proches et des professionnels du champ de la santé mentale (psychiatres, soignants, travailleurs sociaux, médiateurs, juristes). En effet, la construction de ce kit a été pensée avec un groupe de travail (regroupant des représentants de tous ces champs) qui a défini les objectifs, les stratégies d'approches et les contenus. Ce kit a ensuite été développé grâce aux contenus proposés par 3 focus groups composés d'usagers des services de psychiatrie, de proches et de professionnels d'horizons variés. Enfin, le kit a été testé dans un groupe d'entraide mutuelle (GEM) et un hôpital de jour. Les résultats de ces tests se sont révélés très positifs.

Entre janvier et juin 2015, le kit a été diffusé gratuitement à 500 exemplaires sur toute la France, grâce à une subvention accordée par la Direction Générale de la Santé (DGS). Les demandeurs étaient pour 36 % d'entre eux, des associations d'usagers et des GEM et 30 % des institutions (soins, accompagnement social...). Les autres demandes émanaient de structures juridiques, de formation, de collectivités territoriales...



- associations d'usagers et GEM
- institutions (soins, accompagnement social...)
- autres (structures juridiques, de formation, de collectivités territoriales)

Face à ce succès de diffusion, une nouvelle édition a été programmée. Une évaluation auprès des utilisateurs sous forme d'e-enquête et de focus group, a permis d'améliorer l'outil.

750 exemplaires de cette nouvelle édition payante sont disponibles depuis décembre 2015. Une subvention de la DGS permet cependant l'obtention gratuite d'un exemplaire pour les associations d'usagers et les GEM en faisant la demande (quantité limitée).

OBJECTIFS 2016

- Poursuivre la diffusion de cette deuxième édition du kit au niveau national.
- Proposer une formation pour accompagner son utilisation.

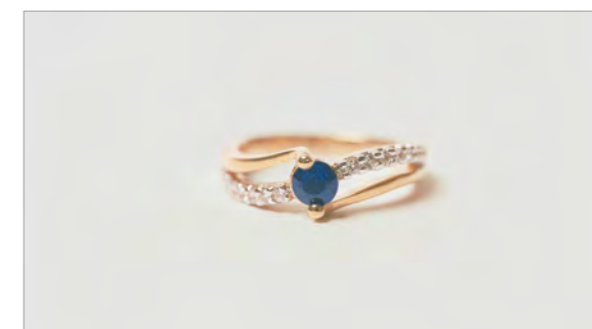
C. OUTILS INNOVANTS DE LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION

1. AMÉLIORATION DES OUTILS

Un nouvel « Arbre aux idées reçues sur la santé mentale » a été créé avec le *studio Abies Design* (spécialiste des structures 3D en bois naturel), et en partenariat avec *DFD Consulting*. Cet arbre s'accompagne de nouveaux « Mythes et réalités », déclinés par thématique (Santé mentale et jeunes, Santé mentale et rétablissement...).



Le kit « Histoires de droits » a été développé en format géant pour les événements et stands.



Le Psycom a acquis les droits pour l'utilisation de 10 clichés de l'exposition « Objets sous contrainte » de Jean-Robert Dantou, accompagnés de leurs histoires.

La rubrique « Comment agir ? » du site internet est une plateforme des ressources pratiques pour comprendre et construire des outils et des actions de lutte contre la stigmatisation en santé mentale.

Elle met à disposition :

- de l'information sur la stigmatisation,
- des fiches pratiques d'outils et d'actions,
- des exemples d'outils et d'actions innovants,
- des sites ressources en France et à l'étranger.

Le Psycom propose un accompagnement méthodologique au développement de ces outils et actions.

La rubrique « Comment agir ? » a été enrichie par la création d'une Médiathèque de la santé mentale, proposant des listes détaillées de livres témoignages, films, expos photos, pour enfants, adolescents et adultes, pouvant être utilisés lors d'actions de lutte contre la stigmatisation ou pour aller plus loin. Un moteur de recherche multicritère a été mis en place sur la partie vidéothèque (400 références).



OBJECTIFS 2016

- Poursuivre l'accompagnement et la promotion des outils développés par le Psycom.
- Mettre en place un système de prêt gratuit des différents outils développés par le Psycom.
- Étendre le moteur de recherche à la partie bibliothèque de la médiathèque.

2. PIÈCE DE THÉÂTRE INTERACTIF

En lien avec les priorités de santé publique établies dans les PRSP et avec le soutien de la DRJSCS, le Psycom a développé un partenariat avec le « Théâtre du Chaos », afin de proposer aux jeunes franciliens une **pièce interactive sur les troubles schizophréniques, intitulée « Un peu de brume dans la tête ».**



Le Psycom (en charge du projet) a identifié les acteurs travaillant auprès des jeunes et souhaitant les sensibiliser aux problématiques de stigmatisation des personnes souffrant de troubles psychiques. Entre 2013 et 2015 huit représentations ont été réalisées : Paris 20° (2 représentations), Athis Mons, Paris 18°, Conflans-Sainte-Honorine, Aubervilliers, Nanterre et Torcy.

La pièce a été accompagnée et poursuivie avec des acteurs locaux ou directement par le Psycom :

- Intervention dans une classe dans le 20° par le Psycom.
- Formation proposée par le Psycom à une équipe pédagogique de lycée dans le 20°.
- Intégration de l'action dans un projet global de lutte contre les discriminations à Athis Mons.
- Interventions en classes d'intervenants du Centre médico psychologique de Conflans-Sainte-Honorine, via le comité d'organisation des SISM de la Ville.
- Intégration du point écoute jeunes de la Chapelle (18°) dans l'organisation et les suites développées après l'action.
- Rencontre entre les adhérents d'un GEM de Nanterre avec les élèves d'une classe de terminale.
- Intervention d'une association de Noisiel sur la santé des jeunes axée sur les consommations de produits.

Pour compléter cette action, le Psycom a développé une brochure spécifique d'information « Santé mentale et jeunes ». Cette brochure a été rééditée 5 fois depuis juin 2014.

3. KIT PÉDAGOGIQUE « LA TÊTE DANS LES NUAGES : DISCRIMINATIONS ET SANTÉ MENTALE »

Ce kit a été développé pour aider les professionnels de l'accompagnement jeunesse à aborder les questions de discriminations, notamment celles liées aux troubles psychiques.

Le kit « La tête dans les nuages : discriminations et santé mentale » poursuit deux objectifs :

- Mobiliser des jeunes contre toute forme de discrimination, dont celles ayant trait aux problèmes de santé mentale.
- Prévenir les conséquences de ces discriminations sur la santé mentale (harcèlement, exclusion, souffrances psychiques, etc.) et valoriser les compétences psychosociales des publics visés.

Ce kit est le fruit du croisement de deux champs d'expertise complémentaires : mécanismes discriminatoires et santé mentale. Durant toute l'année 2015, le kit a été développé selon une démarche participative (comité de pilotage pluridisciplinaire, rencontres avec des jeunes, chat en ligne...) en partenariat avec l'association « Les Zégaux », spécialisée dans la lutte contre les discriminations. À toutes les étapes de son développement, le kit a été testé auprès de groupes de jeunes et de professionnels de l'éducation et de la jeunesse. Le développement a été possible grâce au soutien financier de la DRJSCS.

Ce kit s'inscrit dans une dynamique d'animation basée sur l'expérience et l'autoanalyse. Pour comprendre et déconstruire les mécanismes discriminatoires, il est essentiel pour l'animateur et pour les jeunes, de partir de leurs propres ressentis.

C'est pourquoi le kit se décline en deux étapes :

- Formation d'un groupe de professionnels de l'accompagnement jeunesse à animer les activités proposées (accompagné d'un guide pédagogique),
- Animation de 7 activités auprès de jeunes (étalées dans le temps, sur plusieurs semaines).



De septembre 2015 à avril 2016, toutes les activités du kit seront testées avec des élèves et des enseignants d'une classe de seconde du lycée Joliot-Curie à Nanterre (10 séances programmées).

OBJECTIFS 2016

- Reproduire le kit à 100 exemplaires.
- Promouvoir et diffuser le kit auprès des personnes relais (via Éducation nationale, Réseaux point écoute jeunes, etc...).
- Former 30 animateurs référents de la MGEN (1^{re} séance programmée en mai 2016).
- Poursuivre la diffusion des brochures « Santé mentale et jeunes » vers les cibles adaptées (PEJ, PIJ, Missions locales, MJC, etc.).

Le Psycom outille les acteurs de terrain pour les aider à la mise en place de projets de lutte contre la stigmatisation et/ou pour agir en faveur d'une psychiatrie citoyenne et participative.

A. FORMATION « CHANGER LES REGARDS SUR LA SANTÉ MENTALE : EXEMPLES ET OUTILS »

Cette formation organisée par le Psycom en partenariat avec l'Université Paris 8 propose d'outiller les acteurs de santé mentale souhaitant développer des outils, des projets ou des actions traitant de la question de la lutte contre la stigmatisation. La formation est proposée une fois par an depuis 2012. Elle rencontre un fort taux de satisfaction et permet de dynamiser le réseau d'acteurs sur le territoire mais aussi à l'étranger (participants belges, luxembourgeois et suisses).

En 2015, 16 participantes ont suivi la formation (dont 3 en auditrices libres). Le groupe était composé d'une grande variété de domaines d'exercice : entreprise, accompagnement social, culture, associatif, collectivités territoriales, prévention.

« J'ai adoré nos échanges, les débats, la dynamique participative de cette formation. Je suis plus en recherche de ce qui questionne les concepts que des concepts eux-mêmes et j'ai beaucoup apprécié que cela soit le cas ici. Cela donne envie d'appliquer la même chose dans mon contexte d'intervention. » Corinne

« Une réflexion globale sur les mécanismes de résistance à l'œuvre quand on traite de la question de la stigmatisation, tout m'a intéressé. Les outils m'ont beaucoup plu aussi, il faut maintenant que j'ose les utiliser. » Marie

« La question de la participation des usagers dans le cadre de projets de lutte contre la stigmatisation qui a été particulièrement nourrie pendant la formation et qui a permis de me remettre en question, c'était très riche. La formation m'a aidé à identifier mon public cible, en l'occurrence les agents de mon établissement. (...) C'est la 1ère formation que je suis où les questions de fond sur les enjeux de la stigmatisation sont réellement posés. » Michèle

B. FORMATION « CONSEILS LOCAUX DE SANTÉ MENTALE : MÉTHODES ET PRATIQUES »

Organisée en partenariat avec le Centre collaborateur OMS et soutenue par le Centre national de formation de la fonction publique territoriale (CNFPT), cette formation s'adresse aux coordonnateurs des conseils locaux de santé mentale (CLSM).

Elle se décline sur deux niveaux (4 puis 3 jours) et est programmée pour 3 promotions à venir (2015-2017).

Objectifs généraux :

- Appréhender avec eux les enjeux et les leviers des CLSM.
- Outiller les coordonnateurs des CLSM dans leurs pratiques au quotidien.

Objectifs opérationnels :

- Travailler en réseau.
- Comprendre les enjeux en termes de lutte contre les inégalités sociales et territoriales de santé.
- Sensibiliser les élus ainsi que les usagers pour les impliquer davantage dans la gouvernance.
- Prendre en compte les situations individuelles.
- Connaître l'organisation de la psychiatrie.
- Lutter contre la stigmatisation, informer sur les troubles psychiques dans le cadre des CLSM.

En 2015, une première promotion de 18 personnes a été formée dans les locaux du CNFPT à Nancy.

C. FORMATIONS COURTES SUR DEMANDE

En 2015, le Psycom est intervenu 11 fois à la demande pour des sessions d'une demi-journée ou une journée, sur la lutte contre la stigmatisation, la communication sur la santé mentale, ou la question de la participation des usagers (Institut Montsouris, Réseau Resoi, Cité des Sciences et de l'industrie, Buc Ressources, Séminaire institutionnel de l'EPS Ville-Evrard, Conférence Mental Health for All, Journée RIVE...).

4. DIPLÔME INTER-UNIVERSITAIRE « SANTÉ MENTALE DANS LA COMMUNAUTÉ »

Le Psycom participe au DIU Santé mentale dans la communauté, organisé par le Centre collaborateur OMS et les Universités de Lille, Paris 13 et Marseille. Il organise et coordonne la semaine parisienne d'enseignement, assure le tutorat de certains mémoires et propose un cours sur la stigmatisation et la communication en santé mentale.

OBJECTIFS 2016

- Poursuivre les formations existantes.
- Développer de nouvelles formations sur la question des droits en psychiatrie, à partir du kit « Histoires de droits ».
- Développer une formation « Parole publique et médiatique », à destination des personnes souhaitant témoigner (usagers, proches et professionnels).
- Développer de nouveaux outils interactifs d'animation de formation.

A. AIDE À LA CRÉATION DE DISPOSITIFS DE PARTICIPATION DES USAGERS

Le Psycom propose un conseil méthodologique aux établissements de santé qui souhaitent développer un dispositif de participation des usagers (Maison des usagers, Comité des usagers...). En 2015, différents établissements de santé et organismes d'Île-de-France ont bénéficié de ce soutien : le Groupe hospitalier Paul Guiraud (94), l'EPS Ville-Evrard (93), le GHI de Monterfermeil (93), l'HEGP (75), l'inter CRUQ-PC d'Île-de-France, la délégation territoriale 93 de l'ARS et l'Unafam (94).

OBJECTIFS 2016

- Poursuivre le conseil proposé aux établissements de santé.
- Poursuivre la promotion de ces dispositifs dans le cadre de formations ou colloques.

B. ACCOMPAGNEMENT DE LA PARTICIPATION ACTIVE DES USAGERS

1. ANIMATION D'UN RÉSEAU INFORMEL DE TÉMOINS

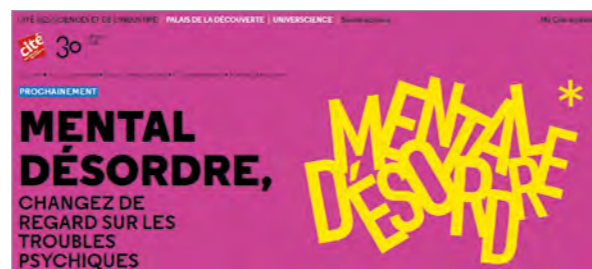
Le Psycom développe et anime un réseau de personnes souhaitant témoigner de leur vécu de troubles psychiques et de leur parcours de rétablissement, de l'accompagnement d'un proche, ou de pratiques professionnelles. Ce réseau informel se compose actuellement d'une quarantaine de personnes concernées par un trouble psychique, d'une dizaine de proches et d'autant de professionnels qui partagent leurs pratiques de soins et d'accompagnement basées sur les principes de rétablissement et d'empowerment.

Les membres de ce réseau sont mobilisés pour participer à des actions du Psycom, des projets développés par des organismes partenaires ou pour être mis en relation avec des médias qui développent des sujets de fonds sur la santé mentale (exemples : CLSM de Nanterre, Cité des Sciences, Priorité Santé Mutualiste, Handipartage, revue Le cercle psy, L'Express, Huffington Post, etc.).

Les prises de parole prennent différentes formes (orale ou écrite, face à un public restreint ou élargi) dans des contextes variés :

- sensibilisation de jeunes lycéens (lycée Joliot-Curie de Nanterre),
- formations du Psycom « Changer les regards sur la santé mentale »,

- sensibilisations auprès des élus et des bailleurs sociaux,
- colloques et congrès (Journées RIVE, Congrès Réhab),
- témoignages vidéos (Exposition « Mental Désordre », Cité des Sciences),
- participation à des groupes de travail (Kit pédagogique « Histoires de droits », brochures « Médicaments » du Psycom, projet Handipartage)...



L'accompagnement des personnes qui souhaitent témoigner consiste en une aide à la structuration du propos ou à la préparation d'une interview. L'accompagnement est proposé et adapté en fonction des besoins et des demandes des personnes.

Schématiquement trois temps sont proposés :

- en amont pour choisir l'angle et structurer le propos,
- le jour de l'intervention,
- en aval pour faire le point sur la prise de parole et évaluer ensemble la satisfaction ou les points de vigilance.

2. ENQUÊTE QUALITATIVE « LES MOTS DE LA SANTÉ MENTALE »

En 2015, le Psycom a initié une enquête qualitative, s'appuyant sur les outils des sciences sociales, visant à recueillir des données sur les notions émergentes dans le champ de la santé mentale. Développée et réalisée avec l'Association Frontières invisibles (Rouen), cette enquête intitulée « Les mots de la santé mentale » interroge des usagers, des proches et des professionnels sur des notions telles que : savoir expérientiel, usagers, entraide, rétablissement, empowerment.

L'objectif de ce travail est de recueillir et analyser les perceptions des différents acteurs du champ de la santé mentale (usagers, proches, professionnels) autour de ces notions qui se sont largement répandues ces dernières années (Les définitions se rejoignent-elles que l'on soit concerné par un trouble psychique ou professionnel ? Ces notions sont-elles connues de tous ou sont-elles circonscrites ?).

L'enquête a permis d'interviewer une dizaine de personnes dans chacun des groupes. Les résultats en cours d'analyse, viendront alimenter des articles, des communications, les brochures du Psycom via l'intégration de verbatim.

OBJECTIFS 2016

- Poursuivre l'enquête « Les mots de la santé mentale » et publier les résultats.
- Poursuivre le développement du réseau informel de « témoins ».
- Poursuivre les interventions co-construites avec des personnes concernées par un trouble psychique et des proches.
- Poursuivre les accompagnements à la prise de parole des personnes concernées par un trouble psychique et des proches.
- Poursuivre la communication (formation, colloques...) sur les thématiques concernant la participation des usagers des services de santé mentale.
- Soumettre des articles sur les sujets tels que le rétablissement, l'empowerment et s'inscrire dans une démarche de recherche qualitative.



FONCTIONNEMENT

Le Psycom est administré par une Assemblée générale composée des représentants des cinq établissements de santé à l'origine de sa création : l'Association de Santé Mentale du 13^e arrondissement, le Centre hospitalier Sainte-Anne, l'Établissement public de santé Maison-Blanche, le Groupe public de santé Perray-Vaucluse et les Hôpitaux de Saint-Maurice.

En plus des membres de l'AG sont invités des représentants de l'Agence régionale de santé d'Île-de-France, de l'Unafam, de la Fnapsy, de la Fédération hospitalière d'Île-de-France et de la Fédération Agapsy IdF.

Le Psycom est financé par l'Agence régionale de santé d'Île-de-France et par des subventions ponctuelles du Ministère de la santé, de l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), de la Direction régionale pour la jeunesse, les sports et la cohésion sociale (DRJSCS) et de la Fondation de France.

Pour tous ses projets, le Psycom travaille de manière systématique avec des personnes concernées (usagers, proches et professionnels) et des membres d'associations d'usagers et de proches.

A. PARTENAIRES D'ACTIONS

• **Mission information :** CEAPSY, FHF, MGEN, Mutualité Française, Prescrire, réseau PIC, Revue Santé mentale.



• **Mission lutte contre la stigmatisation :** Cité de la santé (Universciences), Fil Santé Jeunes, Les Zégaux, compagnie Nyx'Art, les SISM, l'École des parents et des éducateurs et l'agence Valorémis.



• **Mission formation :** Centre Collaborateur OMS, Centre national d'expertise hospitalière (CNEH), Centre national de formation du personnel territorial (CNFPT) et Université Paris 8.



B. ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Administrateur : Raphaël Yven, Établissement public de santé Maison-Blanche

Représentantes de l'ASM 13 : Dr Françoise Moggio et Michelle Fournial

Représentantes du Centre Hospitalier Sainte-Anne : Nathalie Alamowitch, Claude Finkelstein et Chantal Roussy

Représentants de l'Établissement public de santé Maison-Blanche : Raphaël Yven et François Bouchon

Représentants du Groupe public de santé

Perray-Vaucluse : Catherine Epiter et Dr Gérard Bourcier

Représentantes des Hôpitaux de Saint-Maurice :

Anne Paris et Hélyette Lefevre

C. ÉQUIPE PÉRATIONNELLE



Aude Caria
Directrice



Sophie Arfeuillère
Chargée de mission
Lutte contre la stigmatisation



Céline Loubières
Chargée de mission
Participation des usagers



Camille Joseph
Chargée de communication
et de développement



Katia Vilas Boas Veloso
Assistante de direction

Le Psycom est un organisme public d'information, de communication, de formation et de lutte contre la stigmatisation en santé mentale. Il aide à mieux comprendre les troubles psychiques, leurs traitements et l'organisation des soins psychiatriques.

Ses documents, ses actions de sensibilisation et ses formations s'adressent à toute personne concernée par les questions de santé mentale (patients, proches, professionnels de santé, du social, du médico-social, de l'éducatif, de la justice, élus, journalistes, etc).

Le Psycom travaille avec les associations d'utilisateurs et de proches, afin de lutter efficacement contre la stigmatisation et la discrimination liées aux problèmes de santé mentale.



11, rue Cabanis, 75014 Paris

www.psycom.org

contact@psycom.org

facebook.com/psycom.org

[@Psycom_actu](https://twitter.com/Psycom_actu)

Avec le soutien financier de :

