

**30<sup>e</sup>**  
SEMAINE  
D'INFORMATION  
SUR LA SANTÉ  
MENTALE

**LA SANTÉ  
MENTALE  
À L'ÈRE DU  
NUMÉRIQUE**

**12 > 25 MARS  
2019**

- ÉCHANGES
- INFORMATIONS
- RENCONTRES
- EXPOSITIONS
- SPECTACLES

METROPOLE.RENNES.FR

rennes  
VIVRE EN INTELLIGENCE



OUVERT À TOUS

**DU 18 AU 31 MARS 2019**  
À MORDELLES ET BRÉAL-SOUS-MONTFORT

CONFÉRENCE • CINÉMA • DOCUMENTAIRE  
DÉBAT • ESCAPE GAME • EXPOSITION  
ATELIER • ÉMISSION DE RADIO

PLUS D'INFOS :

SAVA ITINÉRAIRE BIS 02 23 41 60 99

[WWW.SAVA-ITINERAIRESBIS.ORG](http://WWW.SAVA-ITINERAIRESBIS.ORG) | [WWW.VILLE-MORDELLES.FR](http://WWW.VILLE-MORDELLES.FR)

(rubrique Semaines de la santé mentale)



# LA SANTÉ MENTALE À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

Sensibiliser le public aux questions de santé mentale - Informer sur les différentes approches de la santé mentale - Rassembler les acteurs et spectateurs des manifestations, les professionnels et usagers de la santé mentale - Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale - Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité...

"À Mordelles, du 18 au 31 mars 2019, la 6ème édition des semaines de l'information sur la santé mentale ouvrira le débat sur l'interaction entre santé mentale et numérique".

"Le bien-être, c'est être bien. C'est un droit et un devoir, envers soi, envers les autres, dès le plus jeune âge." La question du bien-être et de la préservation d'une bonne santé tout au long de sa vie se pose à tout âge.

Depuis la démocratisation d'internet dans les années 1990, les technologies de l'information et de la communication (TIC) ont touché toutes les sphères de notre société. La santé mentale est aussi concernée par ce virage numérique. En plus d'assister au développement exponentiel d'outils divers et variés, nous constatons que le numérique a un impact global sur la santé mentale.

Les usages d'internet ont fait évoluer aussi bien notre santé mentale que notre vision de la santé mentale. Immense plateforme d'informations, espace de partage des savoirs et de démocratisation de la connaissance, le web est aussi un lieu idéal pour favoriser l'entraide via les réseaux sociaux et les blogs d'utilisateurs. Au-delà d'internet, les multiples technologies disponibles sont désormais employées au service de la santé mentale. Mais l'évolution des usages des technologies de l'information et de la communication peut aussi être une source potentielle de mal-être. À cela vient s'ajouter une vigilance particulière nécessaire face à la surproduction et la surconsommation d'information de qualité variable. Cette 30<sup>e</sup> édition des SISM sera l'occasion d'échanger autour des pistes d'actions possibles pour favoriser le bien-être de tous face au numérique.

Ces temps de partage sont ouverts à tout un chacun, que l'on soit les uns ou les autres touchés ou non, de près ou de loin, par des troubles psychiques.

Pour plus d'information, visitez le site des SISM :  
**[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)**

du 18 au 31 mars 2019

## EXPOSITION D’AFFICHES SUR LE THÈME DE LA SANTÉ MENTALE

Cette exposition d’affiches réalisées par l’association ATYPIcK présentera le travail de réflexion et de création porté par l’association avant la réalisation finale des affiches de communication des semaines de l’information sur la santé mentale. Les visiteurs pourront découvrir les réflexions, les essais,

les créations et les affiches finalisées ou non autour de deux thèmes : “santé mentale et parentalité” et “santé mentale à l’ère du numérique”.

Le vernissage, ouvert au public, est organisé le mardi 19 mars à 18h30 dans la salle du conseil de la mairie, en présence des concepteurs des affiches.

de l’informatique, du graphisme ou du champ artistique, et offre à ses adhérents un ensemble d’activités. L’association possède actuellement une plateforme numérique et graphique ainsi que plusieurs espaces d’initiation et de formation multi-médias à destination de ses membres et de ses partenaires.

- Lieu : Hall de la mairie
- Vernissage le 19 mars à 18h30
- 18>31 mars 2019
- aux horaires d’ouverture du public
- Tout public
- Gratuit
- [vie.associative@ville-mordelles.fr](mailto:vie.associative@ville-mordelles.fr)
- ☎ 02 99 85 13 75
- Partenaires : Ville de Mordelles  
Association ATYPIcK

ATYPIcK lutte en faveur du désenclavement des personnes connaissant ou ayant connu des phases de troubles psychiques et veille à leur inclusion sociale et socioprofessionnelle. Elle regroupe des personnes qui disposent de compétences importantes dans le domaine



## LA DÉPRESSION ET L'ADDICTION : RÉFLEXION AVEC LES JEUNES

La dépression touche plus de 3 millions de personnes en France et les jeunes ne sont pas épargnés. Cette maladie est souvent difficile à comprendre et à appréhender.

- **Comment la diagnostiquer ?**
- **Comment vivre avec ?**
- **Comment soutenir une personne atteinte de dépression ?**

À l'aide d'un support vidéo, les élèves de 3<sup>e</sup> du collège St Yves échangeront sur ce thème en présence de M<sup>me</sup> NOËL (Psychologue) et M RABAH (Chargé d'Accompagnement au SAVA Itinéraire bis).



- Cette séance est dédiée aux collégiens de l'établissement St Yves de Mordelles.
- Lieu : Collège St Yves
- ☎ 02 99 85 13 00
- Partenaires : Collège St Yves / SAVA Itinéraire Bis

## “PANIQUE DANS LA BIBLIOTHÈQUE : LA CRÉDULITÉ SERA VOTRE PIRE ENNEMIE...”

La médiathèque vous propose un escape game autour des fake news.

**“Vous avez été engagés pour arrêter un groupe très dangereux : les Obscurantes. Ces individus**

**sont des manipulateurs qui diffusent régulièrement de fausses informations scientifiques. Leur prochain coup aura lieu ce soir et provoquera la panique à l'échelle mondiale... Saurez-vous les arrêter à temps ?”**

Mêlant sciences et investigation, une enquête grandeur nature pour vivre une expérience immersive originale. Cet Escape Game aborde ici le thème de la crédulité et des fake news.

- Samedi 23 mars 2019
- de 18h30 et 21h00 (durée de chaque séance : 1h30)
- Lieu : Médiathèque de Mordelles
- Ado-adulte, dès 11 ans
- Gratuit - **sur réservation**
- [mediatheque@ville-mordelles.fr](mailto:mediatheque@ville-mordelles.fr)
- ☎ 02 99 60 02 11
- Partenaires : Médiathèque de Mordelles / département d'Ille-et-Vilaine



## LES FAKE NEWS, ON EN PARLE À LA RADIO

Le centre médico psychologique (CMP) de Mordelles, rattaché au centre hospitalier Guillaume Régnier de Rennes s'associe au collègue St Yves pour réaliser une émission de radio sur le thème des fake news (informations fallacieuses). Cette émission sera enregistrée le 21 mars sur le site du Pressoir - l'EHPAD de Mordelles, en présence de collégiens de niveau 3<sup>e</sup>, de personnes âgées de l'EHPAD et des patients du CMP de Mordelles.

Pendant 57 minutes, le thème des "fake news" sera abordé via des interviews croisées entre chaque participant, des temps échanges intergénérationnels, le tout entrecoupé d'intermèdes musicaux.

L'émission sera diffusée sur radio campus (C-LAB) le dimanche 24 mars de 10h à 11h à destination du grand public. Le CMP réalise une émission mensuelle en partenariat avec C-LAB.



- Dimanche 24 mars
- de 10h à 11h
- Radio campus / C-LAB : 88.4 FM
- Tout public
- Partenaires : L'EHPAD Le Pressoir du CIAS / le collège ST Yves / le CMP / Radio C-Lab



Collège Saint  
**yves**



Le 27 mars 2019

## DIFFUSION DU FILM "HER"

DE SPIKE JONZE – AVEC JOAQUIN PHOENIX, AMY ADAMS, ROONEY MARA,...

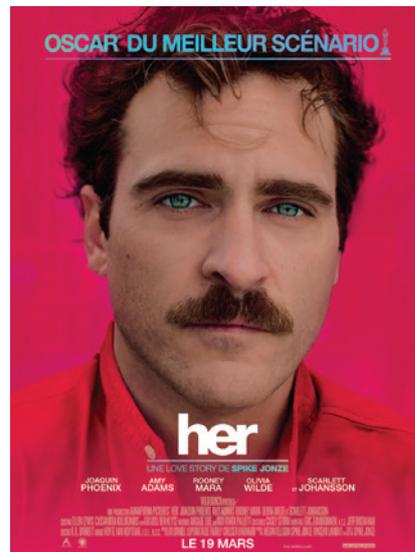
GENRES : DRAME, ROMANCE, SCIENCE FICTION  
NATIONALITÉ : AMÉRICAIN

«Los Angeles, dans un futur proche. Theodore Twombly, un homme sensible au caractère complexe, est inconsolable suite à une rupture difficile. Il fait alors l'acquisition

d'un programme informatique ultramoderne, capable de s'adapter à la personnalité de chaque utilisateur. En lançant le système, il fait la connaissance de "Samantha", une voix féminine intelligente, intuitive et étonnamment drôle. Les besoins et les désirs de Samantha grandissent et évoluent, tout comme ceux de Theodore, et peu à peu, ils tombent amoureux...»

- Mercredi 27 mars
- 20h30
- Cinéma La Bobine à Bréal-Sous-Montfort
- Tout public
- Tarif : 4 euros
- ☎ 02 23 41 19 62
- Partenaires : Cinéma Le Bobine / SAVA Itinéraire Bis

Échange à l'issue de la projection sur le thème :  
**Qu'en est-il d'une vraie relation ?**



## ATELIER DÉBAT : LES OUTILS NUMÉRIQUES POUR LES SENIORS

Dans le cadre d'une action portée par la Longère et le Clic-Noroît, mêlant : présentation théorique, démonstrations pratiques, échanges avec les participants, Laure Athéa, de l'association electroni[K] se propose d'animer un atelier à destination du public senior, articulé autour de trois questions principales :

→ **Comment le "numérique » peut-il faciliter le quotidien des seniors à domicile ?**

→ **De quelle manière les outils numériques peuvent être de véritables outils pour prévenir la perte d'autonomie au quotidien ?**

→ **Comment les outils numériques peuvent-ils aider à lutter contre l'isolement ?**



- Jeudi 28 mars
- 15h à 17h
- Lieu : La Longère - CIAS  
Place Toulouse Lautrec - Mordelles
- Tout public - **sur inscription**
- ☎ 02 23 41 28 00  
vchaussepied@cias-ouest-rennes.fr
- Partenaires : La Longère / Le Clic Noroît / Electroni[K]

Le 28 mars 2019

## LA DÉPRESSION : INCOMPRISE ET SOUVENT SI REPANDUE

La dépression touche plus de 3 millions de personnes en France. Cette maladie souvent incomprise reste difficile à diagnostiquer. Ce trouble impacte fortement

tant la personne concernée que son entourage. Avec comme support la vidéo, une soirée débat sera co-animée par M<sup>me</sup> NOËL (Psychologue) et M RABAH (Chargé d'Accompagnement au SAVA Itinéraire bis) permettant d'apporter un éclairage sur les symptômes et les incidences au quotidien.

- Jeudi 28 mars
- à 20h
- Salle des familles de la Biardais - route de Chavagne - Mordelles
- ☎ 02 23 41 60 99
- Partenaires : Collège St Yves / SAVA Itinéraire Bis

Débat animé par :  
- M<sup>me</sup> Noël, Psychologue  
- M Habib RABAH, Chargé d'Accompagnement au SAVA





## LA SANTÉ MENTALE À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

Les Semaines d'information sur la Santé mentale sont organisées au niveau National depuis 30 ans pour sensibiliser le public aux questions de santé mentale.

Chaque Département organise des actions qui se déclinent sur l'ensemble du territoire par différents collectifs. Depuis six années, un collectif s'est constitué sur Mordelles.

[WWW.SEMAINES-SANTE-MENTALE.FR](http://WWW.SEMAINES-SANTE-MENTALE.FR)

**18 > 31 MARS** • Exposition d'affiches sur le thème de la santé mentale

**22 MARS** • La dépression et l'addiction : réflexion avec les jeunes

**23 MARS** • "Panique dans la bibliothèque : la crédulité sera votre pire ennemie..."

**24 MARS** - diffusion de l'émission • Les fake news, on en parle à la radio

**27 MARS** • Diffusion du film "Her"

**28 MARS** • Atelier débat : les outils numériques pour les seniors

**28 MARS** • La dépression : incomprise et souvent si répandue

## Semaines d'information sur la santé mentale



### SAVA ITINÉRAIRE BIS

Service d'accompagnement à la vie sociale  
2 rue Jeanne d'Arc  
35 310 Mordelles

☎ 02 23 41 60 99

▷ sava@sava-itinerairebis.org



### MAIRIE DE MORDELLES

Pôle vie associative – culture – sport  
Médiathèque municipale

☎ 02 99 85 13 75

▷ vie.associative@ville-mordelles.fr



### CINÉMA LA BOBINE

30 rue de la Petite Motte  
35 310 Bréal-sous-Montfort

☎ 02 23 41 19 62

▷ la-bobine-cinema@wanadoo.fr



### CLIC NOROÛT

8, rue Marin Marie  
35 760 Montgermont

☎ 02 99 35 49 52

▷ clicnoroit@gmail.com



### CIAS À L'OUEST DE RENNES

Centre intercommunale d'action sociale  
Place Toulouse Lautrec  
35 310 Mordelles

☎ 02 23 41 28 00



### COLLÈGE SAINT-YVES

3, rue Jeanne d'Arc  
35 310 Mordelles

☎ 02 99 85 13 00

▷ viescolaire@styves.fr



### MAISON ASSOCIATIVE DE LA SANTÉ COLLECTIF SISM

36 boulevard Albert 1<sup>er</sup>  
35 000 Rennes

▷ maisonsante@orange.fr



### CENTRE MÉDICO PSYCHOLOGIQUE (CMP)

2 allée Clos Carré  
35310 Mordelles

☎ 02 23 41 27 70



### DÉPARTEMENT D'ILLE-ET-VILAINE