

MÉMO SANTÉ MENTALE

Suite à la journée thématique des Contrats Locaux de Santé - 9 décembre 2021 à Plérin



Le Pôle ressources en promotion de la santé Bretagne vous propose de reprendre les éléments clés de la journée des Contrats Locaux de santé à travers ce mémo portant sur la thématique de la santé mentale.

MIEUX COMPRENDRE LA SANTÉ MENTALE

Selon l'OMS, la **santé mentale** est un « état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

Les 3 dimensions de la santé mentale sont :

- La santé mentale positive qui recouvre l'épanouissement personnel,
- La détresse psychologique réactionnelle qui correspond aux situations éprouvantes et aux difficultés existentielles,
- Les troubles psychiatriques qui renvoient à des classifications diagnostiquées correspondant à des critères, à des actions thérapeutiques ciblées et qui consistent en des troubles de durée variable plus ou moins sévères et handicapants.

Ressources psychologiques et individuelles

Compétences psychosociales, compétences relationnelles, facteurs génétiques et biologiques, genre.

Tissu relationnel et socioéconomique

Enfance, famille amis, proches, collègues, vie de quartier, éducation, emploi, revenus, dettes, etc.

Contexte politique et sociétal

Politique sociale, économique et culturelle, logement, services sociaux, système de santé, violence et criminalité, accès à la nature, infrastructures, environnement et risques, etc.

AGIR EN PROMOTION DE LA SANTE

LES ORIENTATIONS RÉGIONALES

Zoom sur la stratégie régionale prévention du suicide

Axe 1 : Organiser le pilotage et le suivi de la stratégie régionale de prévention du suicide

Axe 2 : Mettre en œuvre les actions de la stratégie multimodale

[Numéro national de prévention du suicide - 3114](#)

[La prévention du suicide - Ministère de la Santé et de la Prévention](#)

Zoom sur les Conseils Locaux de Santé Mentale (CLSM)

« Outil de démocratie en santé, espace de concertation, de coordination et de codécision pour répondre aux questions concrètes concernant la santé mentale d'un territoire défini par ses acteurs. »

- Une feuille de route régionale pour favoriser leur déploiement en cohérence avec les dynamiques CLS.
- En Bretagne : 4 CLSM en 2018, d'autres en réflexion.
- Existence d'un centre national de ressources et d'appui aux CLSM.

LES COLLECTIVITÉS TERRITORIALES ONT LES MOYENS D'AGIR

Propositions des chargés de mission évoquées lors de la journée thématique du 9 décembre 2021 :

→ Définir une stratégie en santé mentale

- A articuler avec les CLS
- Intégrant la santé mentale dans toutes les politiques (logement par exemple)

→ Renforcer la coordination et les compétences des acteurs

- Disposer d'un 0,5 ETP de coordination d'un CLSM
- Développer l'interconnaissance et articuler l'existant
- Faire connaître les dispositifs
- Sensibiliser et former les élus et professionnels sur les sujets en lien avec la santé mentale

→ Développer les actions de promotion de la santé mentale et de prévention du suicide

- Promouvoir le sujet de la santé mentale auprès du grand public
- Développer les actions de postvention du suicide (vers l'entourage après une tentative de suicide)
- Croiser la santé mentale avec d'autres sujets : addictions, compétences psychosociales, aller-vers, lien social...

LES CLS BRETONS EN ACTION

Collectif Misaco "Souffrances psychiques et risques suicidaires"

5 réseaux de prévention du suicide existants en Bretagne dont 9 CLS concernés : Pays de Dinan, Pays de Saint-Brieuc, Lamballe Terre et Mer, Pays de Ploërmel, Pontivy Communauté, Loudéac Communauté, Quimperlé communauté, Concarneau Communauté et Quimper Communauté.

Formations

CLS du pays de Brest : Formation sur la souffrance psychique des adolescents.

CLS du pays de Ploërmel : Formation à destination des élus, pompiers, gendarmes et médecins sur le thème "prévenir la souffrance psychique et le phénomène suicidaire" et création d'une pochette d'information pour les mairies.

Des dispositifs de veille

En raison des taux de mortalité importants, la fondation Bon Sauveur de Bégard a mis en place une action « Vigilant-veilleur » en partenariat avec les CLS de Guingamp-Paimpol agglomération, Leff Armor Communauté et Lannion Trégor Communauté. Un dispositif expérimental de veille et d'accompagnement des proches endeuillés par le suicide a également été créé, en partenariat avec les annonceurs (bénévoles formés au repérage de la crise suicidaire).

RESSOURCES

- [Dispositif VigilantS](#)
- [Papageno : programme national de prévention du suicide](#)
- [Projet VigilantS piloté par le CHRU de Brest](#)
- [La Fondation inaugure son dispositif Alinéa – accompagnement des proches endeuillés par suicide](#)
- [Formation module sentinelle](#)
- [Brochure santé mentale dans la cité](#)
- [Centre National de ressources et d'appui aux CLSM](#)
- [Portail documentaire en promotion de la santé, dossier santé mentale](#)
- Contact pour aller plus loin : coordination@promotionsantebretagne.fr