



L'équipe d'animation du PTSM,

est heureuse de vous partager la première édition de sa lettre d'information trimestrielle. Vous y trouverez les actualités du territoire sur la thématique de la santé mentale, une présentation des acteurs en santé mentale, les ressources et outils à disposition, ainsi que l'agenda des événements.

Ce bulletin est destiné à tous les acteurs de la santé mentale, que vous soyez professionnels, proches aidants, ou personnes concernées.

Aline DALSTEIN - coordinatrice du PTSM 79,
Hélène GARNIER-TARDIVEL - référente santé mentale DD ARS

Au sommaire :

Définir le PTSM - p.2

La santé mentale - p.3

Tour des territoires - p.4

L'actu du PTSM 79 - p.5

Focus sur...la pair-aidance - p.6

Outil: Mon GPS - p.7

Agenda - p.7

DEFINIR LE PTSM

Les Projets Territoriaux de Santé Mentale (PTSM) ont été créés par la loi n°2016-41 du 28 janvier 2016 dite « loi de modernisation de notre système de santé ». Elle reconnaît le caractère transversal de la santé mentale et prévoit la mise en œuvre dans les territoires de Projets Territoriaux de Santé Mentale.

Feuille de route nationale

Plan régional de santé

PTSM

Crée en juin 2018 elle structure les actions gouvernementales allant de la santé mentale de tous à la prise en charge et l'insertion des personnes concernées par un trouble psychiatrique pour répondre à cet enjeu de santé publique.

Cette feuille de route nationale se décline ensuite au niveau régional. Le projet régional de santé définit les objectifs ainsi que les mesures pour les atteindre.

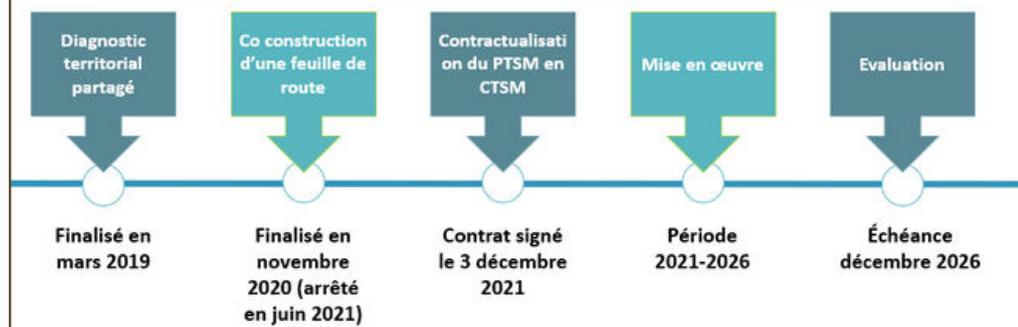
La majorité des Projets Territoriaux de Santé Mentale sont mis en œuvre à l'échelle départementale. C'est le cas sur notre territoire avec le PTSM 79.

Les 6 priorités nationales

auxquelles viennent répondre les fiches actions :

- **Repérage précoce** des troubles psychiques,
- **Parcours** de santé et de vie de qualité et sans rupture,
- **Accès** à des soins somatiques adaptés,
- **Prévention** et prise en charge des situations de crise et d'urgence,
- **Respect et promotion des droits** des personnes présentant des troubles psychiques,
- **Action sur les déterminants** sociaux, environnementaux et territoriaux de la santé mentale.

Calendrier et démarche dans les Deux-Sèvres



Les 12 fiches-actions du PTSM 79

12 fiches-actions thématiques

→ 63 « actions » ou axes de travail

- | | |
|--|--|
| 1A - Compétences psychosociales | 6A - Inclusion des adultes avec troubles psychiques ou TSA |
| 1B - Souffrance psychique et suicide | 6B - Situations de précarité |
| 2A - Enfants et adolescents | 7 - Patients au long cours |
| 2B - Troubles du spectre de l'autisme et du neurodéveloppement | 8 - Virage ambulatoire et Soins urgents en psychiatrie |
| 3 - Personnes âgées | 9 - Psychotraumatisme |
| 4 - Pair-aidance et lutte contre la stigmatisation | 10 - Soins somatiques |
| 5 - Réhabilitation psychosociale | 11 - Coordination PTSM |
| | 12 - Coopération territoriale |

LA SANTE MENTALE

L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) définit la santé comme «un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ».

L'OMS définit la santé mentale comme « **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** ».

Elle ne se limite pas à la présence ou l'absence de trouble psychique.

Notre santé mentale fluctue en permanence parce qu'elle dépend de nombreux facteurs (sociaux, économiques, biologiques et environnementaux), et sur lesquels il est possible d'agir.

« Il n'y a pas de santé sans santé mentale. »

Organisation Mondiale de la Santé, Déclaration de Genève, 2001

PSYCOM
Santé Mentale Info

Pour PSYCOM, la santé mentale est une affaire d'équilibre entre les ressources - internes et externes - que nous pouvons mobiliser pour nous sentir bien - et les difficultés rencontrées, et cela tout au long de notre vie.

Vidéo Le Cosmos Mental - site Psycom

https://www.youtube.com/watch?v=Ne_KHiLdvZo

Pour parler santé mentale auprès d'enfants

<https://www.psycom.org/agir/la-promotion-de-la-sante-mentale/le-jardin-du-dedans/>

LES TROUBLES PSYCHIQUES

Les troubles psychiques sont des difficultés qui affectent la pensée, les émotions ou le comportement. Ces troubles entraînent des difficultés dans la vie de la personne concernée, et ils permettent la pose d'un diagnostic d'une **pathologie psychique** (la dépression, l'anxiété, les troubles bipolaires, les troubles des conduites alimentaires, les phobies, les troubles obsessionnels compulsifs, les schizophrénies, etc. ...).

Ils peuvent être temporaires ou durables et nécessitent un accompagnement adapté.

La **stabilisation des troubles** est possible, et **les personnes concernées peuvent se rétablir**.

Et le handicap psychique ?

Ces pathologies psychiques peuvent entraîner des altérations de certaines fonctions (des troubles de la mémoire, de l'attention, de l'organisation, ou encore des troubles dans la relation à l'autre) qui génèrent alors des **limitations dans les activités** quotidienne **et dans la participation à la vie en société** (accès au logement, au travail, aux loisirs...). C'est le handicap psychique.

Un questionnement ? Un besoin d'écoute, d'accueil, de soutien ?

L'association UNAFAM c'est 5 points d'accueil en Deux-Sèvres.

unafam

UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

UNAFAM 79

<https://www.unafam.org/deux-sevres>



EN FRANCE, QUELQUES CHIFFRES :

1 personne sur 4 sera concernée par un trouble psychique au cours de sa vie

1 jeune sur 3 est en souffrance psychique

TOUR DES TERRITOIRES

Le département des Deux-Sèvres est découpé en 5 territoires de CLS: le **Bocage Bressuirais**, le **Thouarsais**, le **Pays de Gâtine**, le **Haut-Val-de-Sèvres et Mellois** en Poitou, et **Niort Agglo**. Une CPTS et un CLS maillent l'ensemble de ces territoires.

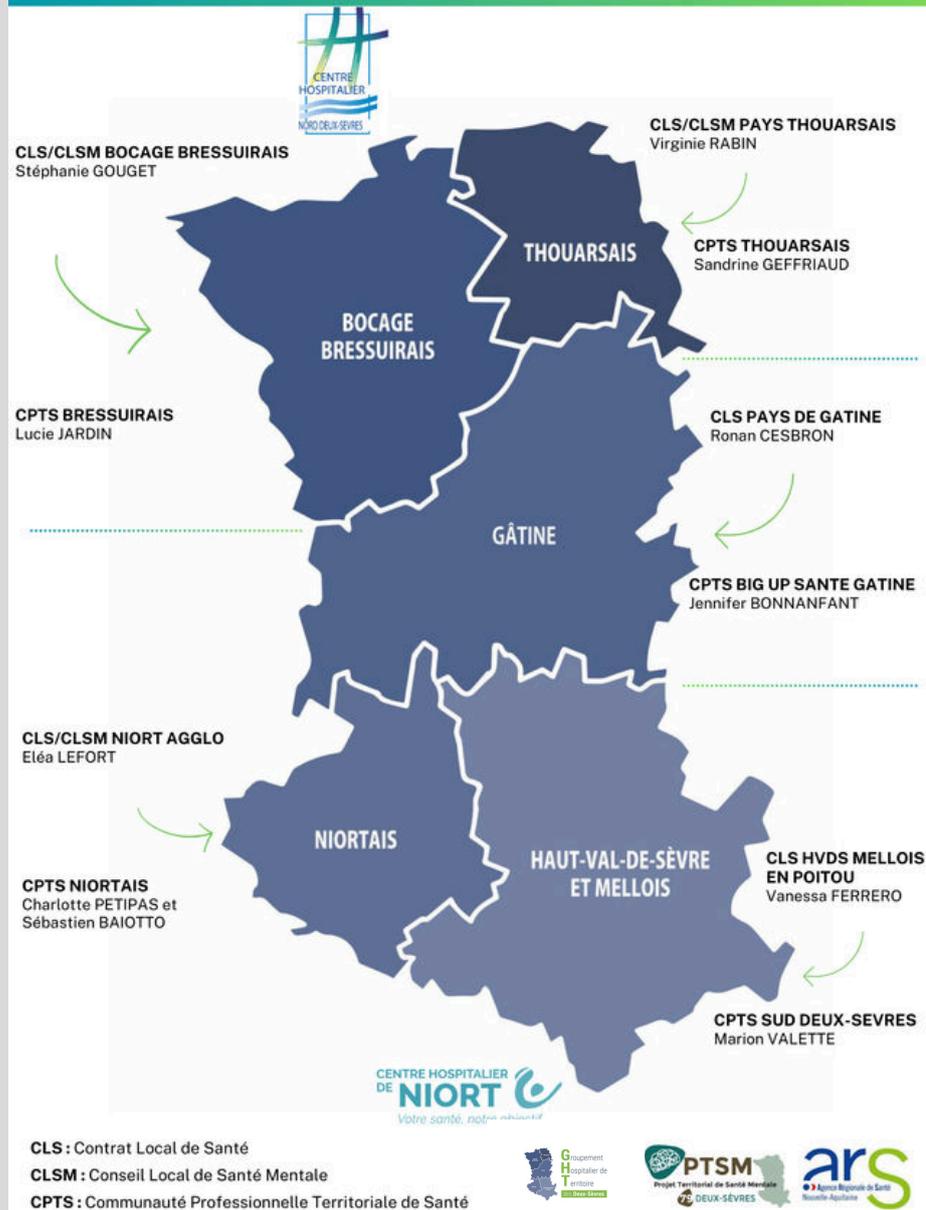
Les Contrats Locaux de Santé (CLS) sont des outils portés conjointement par l'Agence Régionale de Santé (ARS) et une **collectivité territoriale**, pour réduire les inégalités territoriales et sociales de santé.

Ils sont l'**expression des dynamiques locales partagées entre acteurs et partenaires** sur le terrain pour mettre en œuvre des actions, au plus près des populations.

Les 5 territoires agissent pour la santé mentale à partir d'un réseau multi partenarial local dont 3 territoires qui ont contractualisé un **Conseil Local de Santé Mentale (CLSM)**.

Les Communautés Professionnelles Territoriales de Santé (CPTS) regroupent les **professionnels de santé installés sur même territoire** qui souhaitent s'organiser – à leur initiative – autour d'un projet de santé pour répondre à des problématiques communes.

DECOUPAGE TERRITORIAL DES INSTANCES DE SANTE



Cette cartographie permet d'identifier les professionnels référents, selon votre territoire de vie ou lieu d'exercice professionnel.

LES OUTILS DE COMMUNICATION

Un des objectifs du Projet Territorial de Santé Mentale est de favoriser l'accès aux informations relatives à la santé mentale et de les diffuser largement.

Les nouvelles pages sur les réseaux sociaux et le site internet du PTSM 79 permettent cette diffusion.

 **LinkedIn : PTSM des Deux-Sèvres**

 **Facebook : PTSM Deux Sèvres**

 **Site internet**
<https://santementale79.fr/>

Pour les professionnels:

La **page LinkedIn** permet d'accéder aux appels à projets, aux actualités des partenaires, aux formations en cours, aux colloques/congrès/journées d'étude et à de nombreuses autres informations.

Pour la population générale:

La **page Facebook** relaie des informations sur les formations, les événements locaux, les dispositifs (services et associations) existants selon l'âge et la problématique.

Avec **le site Internet** vous trouvez, selon votre âge et vos besoins, les services ressources.

LA DEMOCRATIE EN SANTE ...

La démocratie en santé est une démarche associant l'ensemble des acteurs du système de santé dans l'élaboration et la mise en œuvre de la politique de santé, dans un esprit de dialogue et de concertation. Cela implique une participation active des usagers à l'élaboration de politiques de santé ainsi qu'à l'élaboration d'un système de santé de meilleure qualité.

Dans le cadre du PTSM, cela permet de mener des actions qui répondent aux besoins des personnes. En favorisant le dialogue et l'écoute, cette approche aide à créer des solutions plus adaptées et accessibles, tout en améliorant la qualité des soins et des services.

en Nouvelle-Aquitaine

L'une des orientations stratégiques majeures de l'ARS Nouvelle-Aquitaine est de renforcer la démocratie en santé. L'ARS poursuit une politique volontariste et dynamique sur ce sujet et souhaite ancrer la démocratie participative dans ses modes de fonctionnement.

Afin de faire vivre cette démocratie, des lois successives ont organisé des instances de dialogue. Au niveau départemental:

> les Conseils Territoriaux de Santé (CTS) comportant notamment une commission spécialisée en santé mentale.

La Commission Spécialisée en Santé Mentale du Conseil Territorial de Santé (CSSM)

Cette commission est composée de membres issus du CTS, auxquels peuvent s'ajouter des acteurs du secteur sanitaire, médico-social, social et des élus,

FOCUS SUR... LA PAIR AIDANCE

Les personnes concernées par des troubles psychiques acquièrent des savoirs liés à leur vécu dans la maladie : ce sont les **savoirs expérientiels**. En se professionnalisant, le **pair-aidant en santé mentale peut intervenir auprès de ses pairs et auprès des équipes professionnelles**. En s'appuyant sur ses savoirs expérientiels, il aide ses pairs à mieux vivre avec leur maladie, leurs symptômes et à être acteurs de leur rétablissement. Auprès des équipes, il apporte un regard différent et complémentaire permettant une **prise en compte globale** de la situation des personnes accompagnées par les services.

Les résultats de nombreux travaux montrent **les bénéfices à recourir aux services d'un pair-aidant**, comme : la réduction du recours à l'hospitalisation, la participation à la déstigmatisation, l'autonomisation et le rétablissement des personnes accompagnées... Ce vécu expérientiel est donc une ressource à mettre au service des équipes pluridisciplinaires.

> **Licence « Médiateur de Santé Pair »**

<https://www.nouvelle-aquitaine.ars.sante.fr/media/120055/download?inline>

> **DU « pair-aidance en santé mentale »**

<https://www.ch-esquirol-limoges.fr/wp-content/uploads/2025/01/plaquette-dinformation-du-fpapr-2024-25-4.pdf>

Ils ont intégré un **pair-aidant dans leur équipe** :

Réseau Réhab - CH Niort

05.49.78.29.72 /

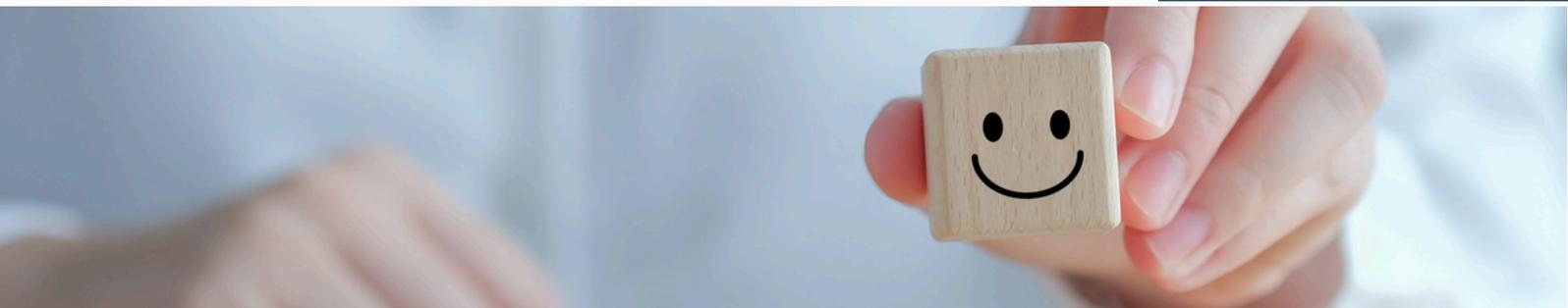
05.49.78.29.20

researehab@ch-niort.fr

SAMSAH PsyCAN - UDAF/EPCNPH

05.49.33.57.19

samsah@samsahpsycan.fr



Les 9 GEM en 79

GEM Troubles psychiques

- Niort
- Melle
- Saint-Maixent
- Parthenay
- Thouars
- Bressuire

GEM Troubles du Spectre de l'Autisme (TSA/TND)

- Niort

GEM Troubles liés à la cérébrolésion

- Niort
- Parthenay

FOCUS SUR... LES GEM

Les Groupes d'Entraide Mutuelle (GEM) sont des **structures associatives** destinées à favoriser l'**entraide**, la **socialisation** et l'**inclusion** des personnes en situation de vulnérabilité, notamment celles souffrant de troubles psychiques, de handicaps ou d'autres fragilités.

Selon le cadre réglementaire, les GEM sont accompagnés par une association marraine.

Les GEM reposent sur le principe de l'**autogestion**. Ce sont les adhérents qui en gèrent le fonctionnement, l'organisation et les aspects administratif et financier. Les GEM peuvent fonctionner en totale autonomie ou bénéficier d'un appui par une association gestionnaire.

Sur les heures d'ouverture, sont proposés : des temps d'**accueil**, des **activités culturelles, sportives, culinaires et autres**, des temps de soirées, week-end et séjours... Ces différentes activités et animations peuvent être menées par les membres eux-mêmes et par des bénévoles. Le GEM est un espace ouvert où chacun est libre de venir à son rythme, sans contrainte ni obligation.

OUTIL : "MON GPS" - GUIDE PRÉVENTION ET SOINS EN SANTÉ MENTALE



"Mon GPS" est le support qui permet de recueillir les directives anticipées des personnes concernées par un trouble psychique. Il permet à la personne d'identifier les ressources dont elle dispose (internes et externes), de connaître ses besoins de soins et d'accompagnement en cas de nouvelle situation de crise, de connaître les conduites à tenir en cas d'hospitalisation et de prévenir les situations qui pourraient générer une crise.

"Mon GPS" est disponible en deux versions : adulte et ado/jeune adulte. L'ensemble des supports sont téléchargeables gratuitement.

Pour en savoir plus sur Mon GPS :

<https://www.psycom.org/agir/la-defense-des-droits/kit-mon-gps/>

Le site Psycom est une ressource. Allez naviguer sur leur site, vous y trouverez de nombreux autres outils ! <https://www.psycom.org/>

Vous souhaitez
partager votre
actualité, un sujet ?
Vous pouvez nous
contacter !

Pour nous contacter :



Centre Hospitalier de Niort
PTSM
CMA – Niveau 1
40 avenue Charles de Gaulle, 79000 NIORT
> sur rendez-vous



coordination.PTSM@ch-niort.fr



05 49 78 20 31 / 06 80 51 79 84

AGENDA

24.03.2025 : colloque régional Santé Mentale Nouvelle Aquitaine

La participation : un levier de transformation des pratiques de soin et d'accompagnement en santé mentale ?

<https://www.santementalenouvelleaquitaine.fr/collect/description/523450-h-colloque-regional-smf-na-24-mars-2025>

03 et 04.04.2025 : colloque sur le travail inclusif, ADAPEI 79 et CFQIPS

Ensemble vers une société inclusive : Regards croisés sur le travail

<https://adapei79.org/wp-content/uploads/sites/5/2024/10/Colloque-travail-inclusif-2025.pdf>

Du 12 au 23.05.2025 : 4ème édition de "En voiture Psymone"

Vous retrouverez le programme du petit bolide de déstigmatisation des troubles psychiques sur les réseaux sociaux et ailleurs !