

Semaines d'information
sur
la santé mentale

30^e
ÉDITION

> Colloque 28 et 29 mars 2019

SANTÉ MENTALE à l'ère du NUMÉRIQUE

Retrouvez
sur place
MobiGEM

Action de dé-stigmatisation
des maladies psychiques
proposée à TOUS par les
adhérents du GEM
Les Ailes
de l'Espoir



DOSSIER DE PRESSE

Changeons le regard
sur la psychiatrie...

...changeons nos mots
pour en parler.



Informations colloque et manifestations
organisés dans le Haut-Rhin, rendez-vous
sur :

@ www.santementale68.fr

Contact
Agnès BAL
Chargée de communication
a.bal@ch-rouffach.fr
03 89 78 70 41





Colloque Semaines d'information sur la santé mentale 2019

Deux journées pour parler de e-santé mentale

28 et 29 mars à Colmar (programme complet en pièce jointe)

Comme chaque année, le centre hospitalier de Rouffach s'associe aux hôpitaux du département (*Hôpitaux civils de Colmar, Groupe hospitalier de la région de Mulhouse et sud-Alsace, Clinique Korian Solisana de Guebwiller et Centre médical Le Roggenberg d'Altkirch*) pour organiser un **colloque de 2 journées dans le cadre des semaines d'information sur la santé mentale** (cf. page 4).

Ces semaines nationales sont un moment fort de communication et d'information pour **parler autrement de maladies psychiques** et pour **mettre en lumière une psychiatrie porteuse d'espoir** où les personnes concernées sont de plus en plus impliquées dans les solutions conduisant à leur rétablissement.

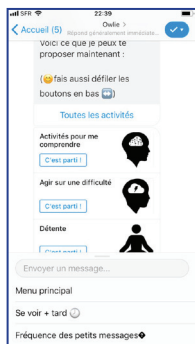
Des technologies au service du soin en santé mentale

Avec l'essor des nouvelles technologies et un numérique qui prend une place de plus en plus importante dans nos vies, **cette nouvelle réalité trouve indéniablement sa place dans la sphère de la santé mentale** avec des opportunités pour les outils de prévention comme pour le soin et l'accompagnement des personnes concernées par les troubles psychiques.

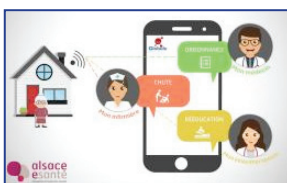
Derrière ces nombreux dispositifs (en ex., plus de 1500 applications liées à la prise en charge de la dépression), **l'OMS encourage le développement et l'utilisation** se dessinent en filigrane la promotion du rétablissement et l'autonomisation des personnes via la gestion de leur propre santé et un soutien accessible par leurs pairs apportant un levier supplémentaire à la lutte contre l'accroissement des problèmes de santé mentale.

Dans ce contexte, les technologies novatrices et de qualité peuvent significativement contribuer à rendre accessible un soutien efficace, en complémentarité des soins apportés par les professionnels de santé mentale. Leur utilisation (seulement 8 % en France) reste pourtant balbutiante.

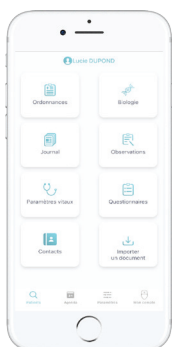
Concernant les épineuses questions de protection des données face aux GAFAs (Google, Amazon, Facebook, Apple), des validations scientifiques et du cadre légal, des réponses émergent petit à petit au fil des avancées et des réflexions.



Chatbot OWLIE
ressource psy disponible jour et nuit



SICODOM, Système d'Information pour la COordination des soins à DOMicile et son application Globale



L'application Smartides
extension mobile du dossier informatisé du patient



Chaîne Youtube PSYLAB, décriptage et dé-stigmatisation des maladies mentales par deux psychiatres cinéphiles- + de 500 000 sur certaines vidéos.



Les SISM, qu'est-ce-que c'est ?

Créées en 1990, les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) sont un événement annuel et national qui s'adresse au grand public afin d'ouvrir le débat sur les questions de santé mentale.

Les SISM auront lieu cette année du **18 au 31 mars 2019**.

Pendant ces deux semaines, associations, citoyens et professionnels se mobilisent et organisent des manifestations d'information et de réflexion (ciné débat, conférence, atelier découverte, concert, portes ouvertes...) dans toute la France. À partir du thème annuel fixé par le collectif national des SISM, chacun peut prendre l'initiative d'organiser une action répondant aux objectifs de l'opération.

En 2018, ce sont plus de 1200 événements organisés et près de 5 000 professionnels et bénévoles mobilisés.

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 des psychologues et de psychologie (FFPP) • 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).

Contacts : Collectif national des SISM : 01 45 65 77 24 - mail : sism.contact@gmail.com

Thème 2019 : Santé mentale à l'ère du numérique (Argumentaire)

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. Ces outils encouragent le développement de nouvelles formes d'empowerment des personnes. Autant de supports pour aller vers le mieux-être de chacun et le rétablissement des usagers en psychiatrie.

Au-delà d'internet, les multiples technologies disponibles sont désormais employées au service de la santé mentale. On parle alors de la e-santé mentale, que l'OMS définit comme « les services du numérique au service du bien-être de la personne » et qui englobe notamment :

- Les applications de santé et de bien-être pour les patients et les citoyens en général : suivi de traitement, hygiène de vie, objets connectés, etc.
- Les nouveaux outils numériques au service des pratiques médicales et de la prévention : consultations et aide à distance, réalité virtuelle appliquée aux soins, intelligence artificielle (algorithmes par exemple), jeux vidéo éducatifs, etc.
- La formation en santé : MOOC, e-learning, etc.
- Les blogs, réseaux sociaux et forums.

Mais l'évolution des usages des technologies de l'information et de la communication peut aussi être une source potentielle de mal-être : cyberharcèlement aux conséquences parfois dramatiques, cyberdépendances (aux écrans, aux jeux vidéo, etc) à tous les âges de la vie. A cela vient s'ajouter une vigilance particulière nécessaire face à la surproduction et la surconsommation d'informations (infobésité) de qualité variable. Le décryptage et le filtrage des contenus relatifs à la santé mentale nécessitent une réelle pédagogie pour sensibiliser les utilisateurs et les accompagner vers la maturité digitale.

Ces questions pourront être abordées lors des actions organisées pendant les SISM 2019 :

- Comment s'y retrouver parmi les dispositifs d'e-santé ? Quels sont leurs bénéfices ? Leurs risques ? Leur rôle dans la prévention des troubles de santé mentale ? Quel est leur intérêt dans l'accompagnement des personnes concernées par les troubles psychiques ? Sont-ils des outils de substitution ou de complémentarité ? Quelles sont les conséquences sur la relation soignant/soigné ?
- Comment les TIC peuvent-elles influencer sur notre bien-être psychique ? Quels sont les problèmes liés à l'usage de ces technologies ? Comment soigner/lutter contre les cyberaddictions ? Comment éviter les cas de cyber-harcèlement ?
- Comment s'assurer de la qualité et de la véracité de l'information ? Comment éduquer les personnes au décryptage de l'information en santé et de ses sources ? Comment développer l'esprit critique des utilisateurs ? Comment éviter la propagation de rumeurs (« fake news ») ?
- Quel est l'impact des médias numériques sur la représentation des personnes concernées par les troubles psychiques ?
- Comment les réseaux sociaux ont-ils permis la libération de la parole de l'utilisateur et l'entraide entre pairs ? Quelle est l'importance des TIC dans l'empowerment et la citoyenneté ?
- Quelles compétences sont nécessaires pour l'utilisation des outils et services de e-santé mentale ? Comment développer la littératie en e-santé mentale des usagers, aidants et professionnels ? Comment combler la fracture numérique ?
- Comment impliquer les usagers dans le développement des outils d'e-santé afin qu'ils répondent à leur besoins ?
- Qu'est-ce que le repérage des troubles psychiques ou des situations à risque grâce à l'intelligence artificielle ? Quels sont ses avantages et ses inconvénients ?
- Où en sont le gouvernement, le législateur et l'assurance maladie avec la e-santé ?
- Comment évaluer la qualité des outils de e-santé ? Quels sont les intérêts de la labellisation ?
- Quels sont les risques pour les données personnelles des utilisateurs ? Comment et pourquoi les protéger ?

1 Typologie complète : Lupton, D. (2013). The digitally engaged patient: Self-monitoring and self-care in the digital health era. *Social Theory & Health*, 11(3), 256–270 ; Lupton, D. (2014a). Critical perspectives on digital health technologies. *Sociology Compass*, 8(12), 1344–1359.
30es semaines d'information sur la santé mentale du 18 au 31 mars 2019

Nous vous invitons à ouvrir le débat sur ces questions !

• **Mots-clefs** : e-santé mentale, numérique, digitale, internet, réseaux sociaux, blog, IA, chatbot, cyberharcèlement, cyberaddictions, infobésité, fake news, maturité digitale, empowerment.



30^e édition des SISM 18 - 31 mars 2019





LA SANTÉ MENTALE, en quelques chiffres

Rappel, qu'est-ce-que la santé mentale ?

La santé mentale constitue un enjeu majeur de santé publique. 1 Français sur 5 sera un jour concerné par une maladie psychique ce qui représente 12 millions de personnes. Les troubles psychiques et les maladies mentales (3^e rang des maladies après les cancers et les pathologies cardiovasculaires) occupent une place importante dans la vie d'au moins un quart de la population compte tenu aussi de leurs conséquences sur l'entourage.

Les maladies mentales sont méconnues, sous-estimées et souffrent des idées reçues alors qu'elles sont un enjeu majeur de santé publique.

1 Français sur 5

souffre actuellement
d'un trouble mental soit
12 millions de personnes

3 Français sur 4

pensent que les personnes atteintes de
maladies mentales peuvent présenter un
danger pour elles-mêmes et/ou pour les
autres

52 %

des Français seraient gênés de vivre
avec une personne atteinte d'une maladie
mentale

35%

de travailler dans la même équipe

30%

de partager un repas

1,6 millions de personnes

en France sont atteintes de troubles bipolaires

10 ans en moyenne avant le diagnostic
entre le premier symptôme et le début du traitement
le diagnostic intervenant trop tardivement

Pourtant c'est entre **15 et 25 ans** que les troubles
psychiatriques apparaissent en grande majorité

Sources :

Prévention des maladies psychiatriques : pour en finir avec le retard français (Institut Montaigne et Fondation FondaMental)
Comité collectif SISIM

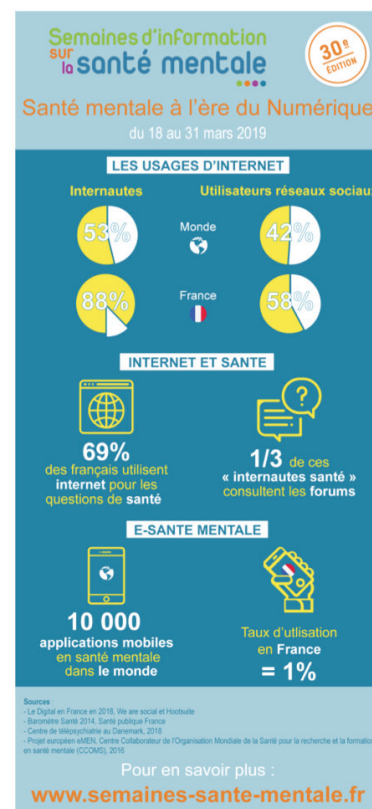
LA SANTÉ MENTALE À L'ÈRE DU NUMÉRIQUE, quelques chiffres

41 millions
d'utilisateurs
de smartphones en France
dont **43 %** ont des
applications de santé.

66%
des Français pensent que
les outils digitaux
permettront
d'améliorer
le parcours de soins

74%
des professionnels de
santé ne savent pas
comment conseiller et
orienter sur la e-santé
les personnes et leurs
proches

86%
des établissements
de santé considèrent
l'innovation digitale
comme une
priorité stratégique



Les autres rendez-vous du département :

Lors du colloque, retrouvez sur place :



Mobi'GEM
Action de dé-stigmatisation
des maladies psychiques
proposée à TOUS
par les adhérents du GEM

**Les Ailes
de l'Espoir**



Altkirch

CINÉ-DÉBAT

Lundi 25 mars à 20 h

Cinéma Palace - Tarif unique 5 euros

The Circle film de James Ponsoldt (2017)

Débat mené par :
Claire GRANDJEAN, Psychologue, Centre médical Le Roggenberg - Altkirch
et
Mathieu NOSS, Psychologue, Pôle d'addictologie clinique - GHRMSA



30^e édition des SISM 18 - 31 mars 2019



QUESTIONS À SE POSER AVANT D'UTILISER

UN SITE INTERNET, UNE APPLI
OU UN AUTRE OUTIL DE

E-SANTÉ



QUI PROPOSE L'OUTIL ?

Les conditions générales d'utilisation (CGU) permettent d'identifier les développeurs (organisme public, professions de santé, association de personnes concernées par une problématique de santé ou leurs proches, société savante, assurance, mutuelle, firme pharmaceutique, initiative individuelle).

QUI FINANCE L'OUTIL ?

Les sources de financement sont-elles visibles ?
Un outil présenté comme gratuit imposera la plupart du temps des contreparties (ex : bannières publicitaires ou revente des données personnelles).
La politique de confidentialité du développeur doit détailler les mesures de protection des données personnelles.

L'INFORMATION SANTÉ EST-ELLE FIABLE ?

Les sources d'information sont-elles visibles, datées et vérifiables ?
Est-il possible d'accéder aux sources de financements et aux déclarations d'éventuels liens d'intérêts des auteurs ?

L'OUTIL EST-IL SÉCURISÉ ?

Certains outils nécessitent l'accès à la géolocalisation, la liste des contacts, ou au microphone voire à la caméra. La politique de confidentialité du développeur doit détailler les mesures de protection des données personnelles.

L'OUTIL EST-IL PERTINENT ?

Une application ou un site développés selon une démarche participative, avec ou par des personnes concernées par des problèmes de santé mentale, aura plus de chance de répondre aux besoins de ces personnes.

L'OUTIL EST-IL CERTIFIÉ ? LABELLISÉ ?

Actuellement, en France, il n'existe aucune structure officielle évaluant et labellisant les applications mobiles dédiées à la santé.



Source : Brochure Psycom «Santé mentale et numérique»