

# Forum de la santé mentale bruxelloise

« Santé mentale et santé physique : un lien vital ! »



Dimanche 28 mai 2017

**BRUSSEL**  **SANTE MENTALE**

**BRUSSEL  SANTE MENTALE**

# Sommaire :

1. Introduction
2. Village Santé Mentale
  - a. Les objectifs
  - b. Le village
3. Equipes de coureurs 20 km en relais
  - c. Coureurs individuels
  - d. Coureurs par équipe
  - e. Entraînement d'avant course

## **1. Introduction :**

Pourquoi un Forum de la santé mentale bruxelloise ?

Notre objectif est double.

D'une part, notre conviction est que les attentes du public sont fortes. L'offre en santé mentale est vaste et le secteur est multiple. Il est nécessaire d'agir sur l'information et l'orientation pour les patients et leurs proches ainsi que pour les personnes en souffrance qui ne bénéficient d'aucun soin, car elles n'ont pas osé franchir le pas de se faire aider ou parce que leur trouble n'a pas été détecté. D'autre part, nous constatons que le secteur lui-même n'a pas suffisamment d'occasions d'échanger à travers des événements comme celui-ci.

Notre expérience du 21 juillet au Parc Royal nous a confortés dans notre idée que, lorsque le secteur de la santé mentale rencontre le public, les préjugés s'estompent et la stigmatisation recule.

Notre pari est de regrouper le maximum d'intervenants du secteur de la santé mentale bruxelloise dans un village intitulé « santé mentale, santé physique : un lien essentiel ! » Ces intervenants se regrouperaient par catégories d'offres de soins (hôpitaux, MSP, IHP, ...).

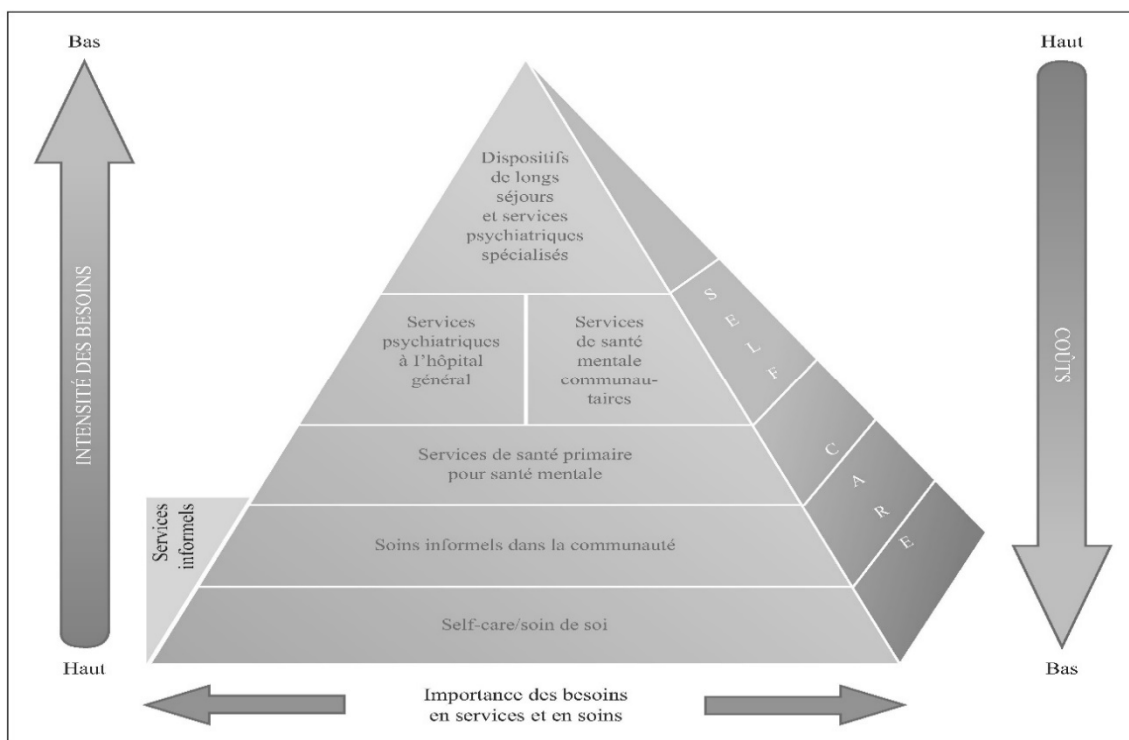
Ce village sera installé dans le parc du cinquantenaire à l'endroit même du départ et de l'arrivée des 20 KM de Bruxelles. Des dizaines de milliers de personnes (coureurs, accompagnateurs et enfants) seront présentes sur place.

## 2. Village santé mentale :

### A. Objectif

#### Les 4 objectifs du village

- **Sensibiliser** le public aux questions de la santé mentale.
- **Faire connaître** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.
- **Rassembler** le grand public, les professionnels et les usagers de la santé mentale.
- **Informé** sur les différentes approches de la santé mentale. Présenter l'ensemble de l'offre en SM sur la Région de Bruxelles-Capitale. Cette offre, multiple, s'étend du bien être jusqu'à l'offre de soins psychiatriques spécialisés. (voir tableau)



Si nous établissons un petit inventaire des structures ou dispositifs de soins, nous apercevons clairement un foisonnement de l'offre pas toujours clairement identifiée par le public.

- Hôpitaux psychiatriques.
- Services psychiatriques d'hôpitaux généraux.
- Maisons de soins psychiatriques.
- Initiatives d'habitations protégées.
- Centre de revalidation psycho social (INAMI).
- Centres de jour.
- Services/centres de santé mentale.
- SISD.
- SPAD.
- Equipes mobiles.

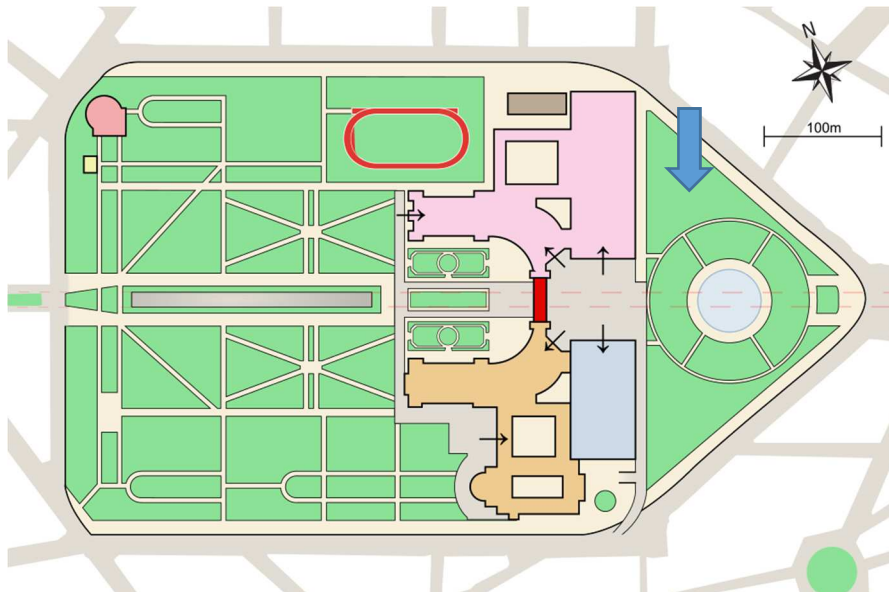
**BRUSSEL ♥ SANTE MENTALE**

- Médecins généralistes.
- Psychologues de 1<sup>ère</sup> ligne.
- Les Associations d'Usagers et de Proches.
- ...

## **B. Le village**

Le village se situera à l'endroit marqué par une flèche bleue sur le plan ci-dessous. Une tente sera érigée et permettra aux différentes structures, institutions ou initiatives de se présenter au grand public à travers des activités ludiques qu'elles auront préparées.

Le village ouvrira à partir de 9h00 le dimanche 28 mai 2017 et se clôturera à 16h30.



- **Philosophie du village : « Santé Mentale et Santé Physique, un lien essentiel »**

Un chapiteau unique recevra l'ensemble des associations et initiatives présentes.



Des jeux et activités sportives seront présents. Nous avons pris contact avec différentes fédérations sportives afin que ces dernières puissent organiser des initiations sportives pour les enfants et adultes (tennis, athlétisme, ...).



Par souci de cohérence, nous organiserons un parcours type pour que chaque visiteur soit guidé dans sa découverte du village.

**BRUSSEL ♥ SANTE MENTALE**



Un espace sera prévu dans le village pour fêter nos coureurs. Nous leurs donnerons rendez-vous avant le départ de la course pour une photo de groupe. A la fin de leur effort, une boisson et un encas leurs seront offerts au village également. Ceci nous permettra une fois encore de les remercier de leur soutien et d'ores et déjà leurs donner rdv pour l'année suivante

**BRUSSEL ♥ SANTE MENTALE**



### **3. Equipes de coureurs 20 km en relais pour la Santé Mentale :**

Les 20 km de Bruxelles seront également l'occasion de présenter des équipes de coureurs qui se mobiliseront et courront pour la santé mentale bruxelloise.

#### **A. Coureurs individuels**

Toute personne ayant comme projet de courir les 20 km de Bruxelles sera invitée à nous soutenir en portant notre T-Shirt. Le point de rendez-vous pour tous ces sportifs sera le village tant au départ qu'à l'arrivée où une boisson et un fruit les attendront.

#### **B. Coureurs par équipe**

L'ensemble du secteur sera invité à participer et faire participer ses usagers et personnel soignant à cette belle aventure sportive en inscrivant des équipes de 2, 3 ou 4 personnes. Concrètement, chaque coureur est invité à parcourir 5, 10, 15 ou même 20 km pour soutenir son institution et à travers elle l'ensemble de son secteur.

#### **C. Entraînements d'avant course**

Nous organiserons à partir du 1<sup>er</sup> mars 2017 des entraînements tous niveaux pour permettre à ceux qui le désirent de retrouver ou constituer une condition physique suffisante afin d'atteindre l'objectif fixé. Ces entraînements ouverts à tous, usager, personnel soignant, particulier, seront organisés entre l'heure du midi, une fois par semaine au Parc Royal.