

# 30es semaines d'information sur la santé mentale du 18 au 31 mars 2019 SANTÉ MENTALE A L'ÈRE DU NUMÉRIQUE

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.



CENTRE HOSPITALIER  
Dax-Côte d'Argent

Semaines d'information  
sur  
la santé mentale



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, ...
- 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.

À 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.



## LES 5 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.

## Ces questions pourront être abordées lors des actions organisées pendant les 30<sup>e</sup> 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 cyberharcèlement ?
- Comment s'assurer de la qualité et de la véracité de l'information ? Comment éduquer les personnes au décodage 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 ?

## Santé mentale, la prise en charge au CH Dax-Côte d'Argent

### PÔLE FEMME-MÈRE-ENFANT

- Centre d'Action Médico-Sociale Précoce (CAMSP)
- Centre des Troubles des Apprentissages des Landes (CTAL)

### PÔLE PSYCHIATRIE

#### *Psychiatrie adulte*

- Consultation d'Accueil Psychiatrique (CAP) d'urgence
- EMPP - Équipe Mobile Psychiatrie Précarité
- Centre de Santé Mentale de Dax et Saint Vincent de Tyrosse - antennes délocalisées de Soustons, Capbreton, Tarnos et Saint Martin de Seignanx
- Hôpitaux de Jour psychiatrie adulte de Dax et de Saint Vincent de Tyrosse
- Unité de Psychiatrie Générale (UPG)

#### *Psychiatrie infanto juvénile*

- Centre de Soins Petite Enfance- CATT  
0-6 ans
- CATT
- Centre Médico psychologique Infantile Dax antennes délocalisées de Montfort, Tartas, Saint Vincent de Tyrosse et Soustons
- Hôpital de Jour infanto juvénile
- Maison des Adolescents

### PÔLE MÉDECINE

- Service d'addictologie



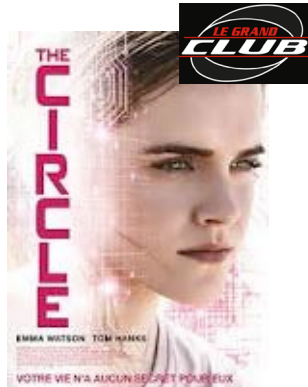
## « NOS REPRÉSENTATIONS SUR LE NUMÉRIQUE »

20 mars 2019 - Salle René Dassé - Mairie de Dax

18h - 19h : ateliers interactifs avec l'Intech Découverte des applications « stopblues », « savoir être aidant », « staying alive »

**EXCLUSIF**

19h30 - 21h : conférence sur le thème de nos représentations sur le numérique avec Jocelyn Lachance, maître de conférence en sociologie, Université de Pau et des Pays de l'Adour / 2ème partie échange ouvert avec les participants



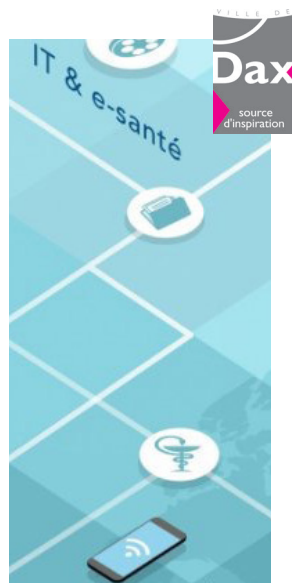
## CINÉ-DÉBAT AUTOUR DU FILM « THE CIRCLE »

21 mars 2019 à 19h30 au cinéma le Grand Club à Mont-de Marsan.

« The Circle » est un film réalisé par James Ponsoldt avec Emma Watson et Tom Hanks.

**Synopsis :** Aux États-Unis, dans un futur proche, Mae est engagée chez Le Cercle, le groupe de nouvelles technologies et de réseaux sociaux le plus puissant au monde. Pour elle, c'est une opportunité en or. Tandis qu'elle prend de plus en plus de responsabilités, le fondateur de l'entreprise, Eamon Bailey, l'encourage à participer à une expérience révolutionnaire qui bouscule les limites de la vie privée, de l'éthique et des libertés individuelles.

(tarif unique : 1€)



## LES OUTILS NUMÉRIQUES AU SERVICE DE VOTRE SANTÉ

27 mars 2019 : Salle René Dassé - Mairie de Dax

18h - 19h : ateliers interactifs avec l'Intech Découverte des applications « stopblues », « savoir être aidant », « staying alive »

19h30/21h : Conférence sur la télé-médecine en Nouvelle-Aquitaine et sa déclinaison dans les Landes

- Enjeux et déploiement de l'offre de soin en « e-santé mentale » en Nouvelle-Aquitaine par Romain Alexandre, directeur Agence Régionale de Santé – Direction Départementale 40
- Présentation de *HelpAdo* par Delphine Dorot, intervenante de la plateforme territoriale Santé Landes
- Présentation de la télé-médecine en psychogériatrie et *ViaTrajectoire* par Olivier Vicogne
- Présentation de la télé-médecine dans les services hospitaliers de Dax et Mont-de-Marsan par Nicolas Terrade, responsable du service informatique du Centre Hospitalier Dax-Côte d'Argent
- Françoise Dubergey, enseignante responsable du SAPAD 40 (Service d'Aide Pédagogique A Domicile pour les enfants malades ou accidentés) interviendra pour présenter l'utilisation du robot de télé-présence auprès des élèves empêchés.



## CINÉ-DÉBAT AUTOUR DU FILM « CELLE QUE VOUS CROYEZ »

28 mars 2019 à 19h30 au cinéma le Grand Club de Dax

« Celle que vous croyez » est un film réalisé par Safy Nebbou avec Juliette Binoche

**Synopsis :** Pour épier son amant Ludo, Claire, la cinquantaine, se crée un faux profil sur les réseaux sociaux et devient Clara, une magnifique jeune femme de 24 ans. Alex, le meilleur ami de Ludo, est immédiatement séduit. Dans l'engrenage, Claire, tombe à son tour éperdument amoureuse de lui. Si tout se joue dans le virtuel, les sentiments sont bien réels. Une histoire vertigineuse où réalité et mensonge se confondent.

Organisé par l'Unafam40 avec le Centre de Santé Mentale du CH Dax-Côte d'Argent (tarif : 5€80)

Santé mentale à l'ère du Numérique  
du 18 au 31 mars 2019

LES USAGES D'INTERNET

Internaute

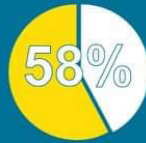
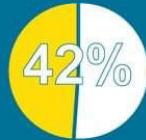


Monde



France

Utilisateurs réseaux sociaux



INTERNET ET SANTE



**69%**  
des français utilisent  
internet pour les  
questions de santé



**1/3** de ces  
« internautes santé »  
consultent les forums

E-SANTE MENTALE



**10 000**  
applications mobiles  
en santé mentale  
dans le monde



Taux d'utilisation  
en France  
**= 1%**

Sources :

- Le Digital en France en 2018, We are social et Hootsuite
- Baromètre Santé 2014, Santé publique France
- Centre de télépsychiatrie au Danemark, 2018
- Projet européen eMEN, Centre Collaborateur de l'Organisation Mondiale de la Santé pour la recherche et la formation en santé mentale (CCOMS), 2016

Pour en savoir plus :

[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)



Groupement Hospitalier de Territoire des Landes



centre hospitalier  
MONT DE MARSAN



CENTRE HOSPITALIER  
Dax-Côte d'Argent

Restez informé de nos actualités,  
nos événements, nos projets ...



[www.ch-dax.fr](http://www.ch-dax.fr)



@chdax