

36^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale

siem



Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien social

du 6 au 19 octobre 2025

Sous le haut patronage du Ministère
de la Santé et de la Prévention



www.semaines-sante-mentale.fr



La thématique 2025



Du 6 au 19 octobre 2025 aura lieu la 36e édition des Semaines d'information sur la santé mentale pendant laquelle des événements (ciné-débat, escape-game, karaoké, etc.) seront organisés partout en France métropolitaine et ultramarine.

Cette édition des SISM, temps fort de l'année « Grande Cause Nationale », est placée sous le haut patronage du Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles. La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc toutes et tous légitimes pour organiser ou participer à un événement pendant les SISM.

Selon l'OMS, « des liens sociaux de qualité sont essentiels à notre santé mentale et physique ainsi qu'à notre bien-être ». Avoir un réseau relationnel satisfaisant « procurerait avant tout un soutien permettant de modérer le stress suscité par certains événements ou situations », et pourrait jouer un rôle de protection contre le risque de dépression.

Également, les personnes avec une diversité et une densité de contacts sociaux ont une estime de soi plus élevée, une meilleure qualité de sommeil et d'alimentation, et sont plus nombreuses à avoir une pratique sportive régulière.

Notre rapport aux autres agit sur notre santé mentale, mais aussi globale. Or, il y n'y a jamais eu autant de personnes se sentant seules dans le monde. A tous les âges de la vie, les liens que l'on entretient avec les autres nous permettent de nous définir en tant qu'individu, et en tant que groupe. Les personnes faisant l'objet de discriminations, que cela soit basé sur leur identité de genre, leur origine ethnique, ou encore leur handicap ou leur trouble psychique, sont amenées à vivre des exclusions sociales : les préjugés et les stéréotypes créant une barrière d'accès aux opportunités sociales, économiques ou éducatives. Les actions de santé communautaire, créées par et pour les personnes, sont essentielles à la promotion du lien social. C'est également le cas des projets de pair-aidance.

Les manières de lutter contre l'isolement peuvent être regroupées en 5 grandes catégories :

- Ecouter : espaces et numéros dédiés ;
- Rassembler : cafés et restaurants sociaux, tiers-lieux de proximité, jardins communautaires, activités culturelles/artistiques partagées ;
- Rejoindre : aller-vers, porte à porte, veille de proximité, maraudes ;
- Soutenir : aide aux démarches administratives, lutte contre l'illectronisme, accompagnements aux services médico-sociaux ;
- Faire participer : engagement dans du bénévolat, dans des activités centrées sur la communauté.

Les politiques publiques ont un grand rôle à jouer dans la lutte contre l'isolement via la promotion de l'inclusion sociale, ou encore la facilitation de l'accès aux services. Mais tout le monde peut agir, à son niveau, pour aider à rompre l'isolement des personnes autour de soi.

Les Sism, Qu'est-Ce-Que C'est ?

Créées en 1990, les Semaines d'Information sur la Santé Mentale sont un événement annuel qui s'adresse au grand public, afin d'ouvrir le débat sur les questions de santé mentale.

Chaque année, pendant 2 semaines en octobre, associations, citoyens et professionnels se mobilisent et organisent des manifestations d'information et de réflexion (ciné débat, conférence, théâtre, atelier découverte, concert, portes ouvertes etc...) dans toute la France.

6 objectifs :

PROMOUVOIR une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.

INFORMER sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes (promotion, prévention, éducation, soins, accompagnements, entraide, etc.).

DÉSTIGMATISER les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.

FAVORISER le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.

FÉDÉRER les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.

FAIRE CONNAÎTRE les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

Les SISM en Corse

Promotion Santé Corse assure la coordination des Semaines d'Information sur la Santé Mentale en région en réunissant tout au long de l'année une vingtaine de partenaires afin d'accompagner le déploiement d'actions sur l'ensemble du territoire.

Cette année encore, grâce à la mobilisation de tous, des actions se déploieront sur l'ensemble de la région, destinées à des publics différents.

2 semaines...

C'est la durée des SISM depuis 2014.

Plusieurs événements :

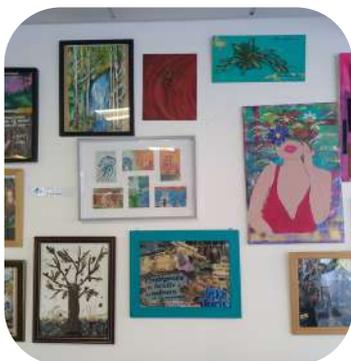
Construits avec l'ensemble des partenaires : conférences, tables-rondes, projections, expositions...

Des dizaines de professionnels et de bénévoles

... informent, exposent, expliquent, répondent aux questions : psychiatres, proches, usagers, infirmiers, travailleurs sociaux, psychologues, journalistes, élus locaux, artistes etc.

Un seul but ...

... informer sur la santé mentale.



Lundi 6 octobre à 18h30, Gare de Bastia

Vernissage de l'exposition SISM "Des liens pour la vie"

Les peintures ont été réalisées tout au long de l'année par les adhérents du GEM, des patients du centre hospitalier de Bastia, de la Clinique du Cap ou encore les bénéficiaires d'ISATIS ainsi que les membres du clubhouse Bastia, dans des ateliers d'art.



Mardi 14 octobre, 14h, Salle polyvalente de Lupinu

Loto

Les patients de la Clinique du cap organisent un loto ouvert au public. L'argent récolté servira à financer un projet avec les patients dans un second temps.



CUMUNITÀ
D'AGGLUMERAZIONE
DI BASTIA

Mardi 14 octobre, à partir de 9h, COSEC Bertucci, Furiani

Inauguration de la Maison Sport Santé de Furiani

Portes ouvertes et démonstrations d'ateliers « Sport Santé » ;



Mercredi 15 octobre, Cinéma le Regent

Projection-Débat dans le cadre d'Arte Mare

(En construction)



Jeudi 16 octobre, Club House, 14h

Ballade Santé Culture

Chaque ballade se déroule sur une demi-journée et est encadrée par un accompagnateur en montagne, également guide conférencier.

Elles prennent la forme de balades contées, mettant en valeur le patrimoine, la culture, l'histoire et la flore locale.

Les parcours sont accessibles à tous, avec peu de dénivelé, pour une distance d'environ 5 à 8 kilomètres.



Vendredi 17 octobre, Eglise Saint Roch, 14h

Rencontre musicale VILLA VOCE

L'atelier Villa Voce propose une rencontre musicale et sociale en lien avec le thème des SISM 2025.

Au cours de cette représentation, il y aura des répertoires de musiques différentes, des voix différentes qui partagent un moment autour du chant et de la musique.



Mercredi 8 octobre, à partir de 14h, Spaziu Ile Rousse,

Forum & Théâtre, CIAS Ile Rousse-Balagna

Des saynètes interactives pour susciter l'échange, suivies d'un buffet convivial afin de prolonger les discussions.

Organisé par le CIAS Île Rousse Balagne, en partenariat avec LEIA, la PJJ, la CPTS, France Travail et la Mission Locale



Mercredi 8 octobre, à partir de 8h, Collège d'Île Rousse,

Ateliers de prévention pour les adolescents

Organisée par la CPTS, la journée propose : un atelier sur les addictions et l'isolement social, des ateliers de compétences psychosociales, un parcours « guide/aveugle » avec la Maison Sport Santé et une marche pédagogique avec la Mutualité de la Corse.



Mercredi 8 octobre, à partir de 13H30, Centre Jean Simi

Atelier de création artistique

Introduction et exercices autour de la création et de l'expression individuelle par les arts plastiques, organisé par le CMP Île Rousse. Présentation du travail réalisé durant l'année en atelier.



Du lundi 6 octobre au 19 octobre, Tous pour chacun

“Tous pour chacun” t’ouvre ses portes

Le projet propose la découverte et la pratique de la pétanque, du football et de la course, afin de mettre en valeur les bienfaits de l’activité physique sur la santé mentale. Une expérience sportive ouverte, inclusive et bénéfique pour tous.

Lundi 6 et mardi 7 octobre, de 9h à 16h30, Plage de Capo di Feno



Promotion de l'Engagement Communautaire, Centre Hospitalier de Castellucciu, CSAPA Loretto

Le projet vise à renforcer le lien social en favorisant des interactions positives entre les participants, tout en promouvant l’engagement communautaire et le sens des responsabilités collectives. Il sensibilise également à l’importance de la préservation de l’environnement face aux déchets, et contribue au bien-être général grâce à l’activité physique et à la participation commune.

Lundi 6 octobre, Café Littéraire Tourner les pages, 14h

Echanges autour du jeu la fresque de la précarité



Le projet réunit des personnes accompagnées par la Croix-Rouge/Un chez soi d’abord et le Samsah Isatis autour d’activités collectives et du jeu « La fresque de la précarité ». Les échanges sont enrichis par une expression artistique (dessin, peinture, écriture) permettant de partager perceptions et ressentis. L’ensemble sera présenté lors d’une exposition au café littéraire Tourner les pages à partir du 6 octobre, pour deux semaines.



A partir du 6 octobre.

Lancement Concours photos, dessins, collage

Un concours de photographie, dessin ou collage est proposé afin de stimuler l'expression artistique des citoyens autour du thème des SISMS 2025, et de valoriser des représentations positives de la santé mentale.



Mardi 7 octobre, 15h, Radio Frequenza Nostra

Emission en direct La PsyCause

Émission de radio en direct sur frequenza nostra animée par les usagers.



Jeudi 9 octobre, 9h, Locaux de Stella Maris, Falep

“L’art dans le recyclage : créer le lien, réparer le soi”

L'action vise à favoriser le bien-être psychique, l'estime de soi, le travail en équipe et la conscience écologique à travers la création d'une œuvre collective à partir de déchets ramassés lors de chantiers encadrés. Ce projet, accompagné par une psychologue et/ou des infirmiers psychiatriques de l'EMPP, invite aussi à réfléchir sur la santé mentale. L'œuvre finale sera présentée au public lors d'un temps fort des SISM.



Vendredi 17 octobre, 11h, Stella Maris

Instants de liens

Le vernissage de l'exposition photos mettra en lumière les instants de lien social dans les parcours d'accompagnement, tout en valorisant les structures partenaires et les professionnels impliqués. Les usagers seront mobilisés dans une démarche créative porteuse de sens et de reconnaissance. Une œuvre collective autour de la précarité et de la santé mentale sera présentée au grand public lors des SISM 2025.

Mardi 14 octobre, 14h, Locaux du GEM

Atelier "Je me raconte, je me (re)construis".

L'association mène une action destinée à informer et sensibiliser le public tout en valorisant les parcours et projets individuels. Elle présente ses missions et initiatives, favorise les échanges et les rencontres. Cette démarche contribue aussi à renforcer le partenariat local.



Mardi 14 octobre, à partir de 18h,

Café réseau du 3114 - Réparons le lien social

Créer un espace convivial de rencontre interprofessionnelle et intersectorielle afin de renforcer les liens entre les acteurs locaux engagés sur la prévention du suicide, de favoriser la coopération territoriale et de construire une dynamique collective autour de la lutte contre l'isolement social.





Jeudi 9 octobre, Bocognano, 9h

Ballade santé avec la Mutualité Française de Corse

Les balades Santé conjuguent de nombreux plaisirs : les bienfaits d'une activité de plein air, la convivialité d'un groupe, l'apport de connaissances ou la mise en pratique sur une thématique propre à chaque balade. Ainsi, le focus thématique peut tout aussi bien porter sur : l'environnement, l'alimentation, l'activité physique, le Qi Gong, la découverte du patrimoine local.

Samedi 11 octobre, Bastelicaccia, à partir de 10h

Journée pour lutter contre l'isolement social des jeunes mères

Journée d'action où les différents acteurs (PMI, MSA, crèches, 3114...) seront réunis afin de créer un espace de rencontre, d'écoute et de partage pour les jeunes mères, afin de renforcer les liens sociaux, favoriser l'entraide et valoriser leur rôle de mère. Au programme, Mini-stands coins d'information tenus par des partenaires, Groupe de parole "Paroles de mamans" animée par une sophrologue, cours parents/enfants "danse, jeux, relaxation", ateliers ludiques pour jeunes enfants assurés par la Ludothèque d'Ajaccio.



Dimanche 19 octobre, Bastelica, 9h

Balade santé avec la Mutualité Française de Corse

Les balades Santé conjuguent de nombreux plaisirs : les bienfaits d'une activité de plein air, la convivialité d'un groupe, l'apport de connaissances ou la mise en pratique sur une thématique propre à chaque balade. Ainsi, le focus thématique peut tout aussi bien porter sur : l'environnement, l'alimentation, l'activité physique, le Qi Gong, la découverte du patrimoine local.



De 8h30 à 10h30 le 7 octobre (Ajaccio) et de 10h à 12h le 9 octobre (Bastia)

Santé mentale et travail : réparer le lien social



L'atelier « Santé au travail » sensibilise aux enjeux du lien social en milieu professionnel et aide à identifier les causes de sa dégradation. Il propose des méthodes et des solutions concrètes pour améliorer l'organisation de travail. Un débat ouvert permet d'impliquer directement les participants dans cette démarche.



Mardi 7 Octobre, 8h à 12h, Collège de Sartene
Vendredi 17 octobre, 8h à 12h, Collège de Propriano

Prendre soin du lien social au collège

Un parcours d'ateliers aborde le lien social sous différents angles (réseaux sociaux, relations filles-garçons, discrimination, pression sociale...). Les élèves sont placés au cœur des activités pour réfléchir et s'exprimer sur l'impact du lien social et de la santé mentale. L'action prévoit aussi un espace d'information et d'échanges avec des acteurs de la santé mentale et de l'accompagnement social.



Mercredi 15 Octobre, Campus Mariani, à partir de 9h

Parlons Santé mentale à L'Université

La journée rassemblera divers ateliers et animations : stands d'informations, atelier pétanque, cyanotype, ainsi qu'un atelier « fil rouge » et un mur d'expression. Ces actions seront menées en partenariat avec le SSE, la BASE, le GEM, le CPIE (sous réserve) et le BAPU. L'objectif est de proposer des temps conviviaux et participatifs autour de la santé mentale.



Mardi 6 octobre, en ligne, 14h



Webinaire Formation PSSM

La formation PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale) apprend à repérer les signes de détresse psychique et à apporter un premier soutien. Elle donne des outils concrets pour orienter vers une aide professionnelle et lutter contre la stigmatisation.

Lundi 6 octobre, Maison de quartier Pifano, 14h



SENIORS, AIDANTS : tissons des liens sociaux pour rompre l'isolement

Une demi-journée d'activités réunit aidants et seniors afin de sensibiliser et de créer une dynamique collective autour du lien social. Des stands et affichages diffusent des informations utiles (associations, actions de soutien, bien vieillir). L'exposition de panneaux réalisés par des aidants ouvre le débat sur leurs situations spécifiques.

Mercredi 8 et jeudi 9 octobre, Porto Vecchio



Formation Premiers Secours en Santé Mentale

Le programme de Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) permet de former des secouristes capables de mieux repérer les troubles en santé mentale, d'adopter un comportement adapté, d'informer sur les ressources disponibles, d'encourager à aller vers les professionnels adéquats et, en cas de crise, d'agir pour relayer au service le plus adapté.



Mercredi 8 octobre, Coworking, à partir de 8h30

Création de Bande dessinés

Création d'affiches et BD contre les addictions par des adolescents avec une plasticienne. Temps d'information pour les parents sur les addictions et la santé mentale des jeunes.



Jeudi 9 octobre, à partir de 9h, Jardin Alma Salvatica

Expo et atelier peinture participatif

La journée débute à 9h avec l'installation du stand et du matériel, suivie dès 10h par l'atelier peinture d'une œuvre commune. Après un repas partagé, l'atelier reprend l'après-midi et se conclut à 16h par un moment convivial autour d'un thé à la menthe et de pâtisseries orientales préparées par les adhérents. L'activité se termine à 17h avec le rangement du stand.

A partir du 8 octobre, à partir de 9h, Médiathèque

Comment briser l'isolement dans ce monde hyperconnecté ?



Plusieurs ateliers seront proposés les 8, 9 et 10 octobre, suivis d'une conférence le 17. L'objectif est d'informer et de sensibiliser les jeunes aux enjeux de la santé mentale, de favoriser l'expression autour du mal-être et de promouvoir les dispositifs d'accompagnement existants. Les formats participatifs (ateliers, jeux, vidéos) impliqueront les jeunes, tandis qu'une attention particulière sera portée à l'impact des nouvelles technologies auprès des jeunes, des parents et des professionnels.



Mercredi 8 octobre, Porto Vecchio, Locaux d'ISATIS

Atelier : Empreinte sensible

L'action vise à créer un temps fort local et participatif autour de la santé mentale, favorisant l'expression et la rencontre de publics variés. Elle propose des activités artistiques accessibles pour restaurer le lien social et valoriser les ressources locales dans un cadre collectif. La démarche encourage également la pair-aidance, la reconnaissance des savoirs de l'expérience et la créativité partagée.



Jeudi 9 octobre & mardi 14 octobre, Centre ville, 14h30

Destination ISATIS : tisser des liens, assembler les pièces

Une carte de la Corse en puzzle sera reconstituée par équipes à Porto-Vecchio, chaque pièce étant obtenue grâce à une question sur la santé mentale posée dans un établissement partenaire. Le jeu se conclura par une énigme autour du terroir corse, récompensée par un produit local. Un stand en haute ville servira de point de départ, d'information et d'échanges.

A partir du 8 octobre, à partir de 9h, Maison de quartier

Culture & Santé, une fresque pour parler de santé mentale



L'action prévoit la création d'une fresque de 3 m sur 2 m à travers six ateliers de dessin et de graff, servant de support à des temps de sensibilisation à la santé mentale. Deux ateliers-jeux seront spécifiquement destinés aux enfants (6-10 ans) et aux adolescents (12-16 ans). Le projet se clôturera par une grande journée autour du graff et de la peinture, organisée durant la dernière semaine des SISM.



A partir du mercredi 8 octobre, QPV Porto Vecchio,

Reportage sur les actions SISM Porto Vecchio

Tout au long des SISM, une communication dédiée mettra en avant la programmation 2025 à travers des portraits de partenaires et d'usagers. Elle permettra aussi de suivre en continu les différentes actions menées. Cette démarche valorise la diversité des initiatives et renforce leur visibilité auprès du public.



Samedi 11 octobre, Maison de quartier, 14h

Ateliers "Jardin du dedans"

Un atelier de deux heures propose aux enfants de découvrir ce qu'est la santé mentale, ses composantes et les moyens d'y prêter attention. Les échanges les aident à comprendre cette dimension essentielle de leur santé et à identifier ce qui peut les soutenir quand ça ne va pas. Cette démarche participe aussi au respect de leur droit au bien-être et à la santé mentale.



Dimanche 12 octobre, à partir de 14h, Maison de quartier

Jeux de société intergénérationnel

Avec l'association I Meeapliacci de Portivechju, une action conviviale est proposée autour du jeu de société, véritable créateur de lien social. L'événement se tiendra en soirée ou un dimanche après-midi afin de favoriser la participation du plus grand nombre. Cette initiative vise à partager un moment ludique et ouvert à tous.



Lundi 13 octobre, Maison de quartier, 10h

Et si on se faisait un bon petit plat ?

Un atelier cuisine, encadré par un professionnel, sera proposé pour partager un moment convivial et favoriser le lien social. Cette activité met en avant le plaisir de cuisiner ensemble tout en découvrant des astuces culinaires. Elle valorise également l'échange et la transmission de savoir-faire.



Mercredi 15 octobre, Maison de quartier, 14h

Les cartes de la fraternité

Des ateliers intergénérationnels réuniront enfants, adolescents et seniors en maison de quartier, en partenariat avec l'EHPAD. Les enfants réaliseront des cartes postales destinées aux aînés, favorisant ainsi le lien et le partage entre générations. Cette action valorise la créativité et renforce la solidarité.

Contacts Presse :

Promotion Santé Corse

Matthieu Ricci,
chargé de projet,
animateur territorial 2b :
0614277108

Lyvia Cosimi,
Chargée de communication
0614276470

 [@SISMCorse](https://www.facebook.com/SISMCorse)

 [@SISM_Corse](https://twitter.com/SISM_Corse)

www.promotionsante.corsica