

## L'info ... du



# PTSM Artois-Audomarois

Des informations, des dates, des projets retrouvez toutes les brèves du Projet Territorial de Santé Mentale Artois-Audomarois



## 16 Mai



### Agenda

Le CLSM de Lens-Hénin et ses partenaires vous invitent à une représentation théâtrale de la compagnie « La Belle Histoire », sur les thèmes de la santé mentale et de l'adolescence : transidentité, parentalité, addictions, citoyenneté.

16 Mai 14h30 L'Escapade à Hénin-Beaumont, inscription gratuite par QR code.

## 8 Juin

Les 1000 premiers jours à ..... LENS, Parcours et réseaux.

Conférence professionnelle sur inscription 11h45-14h.

Places limitées à 130 inscrits.

<https://forms.gle/xaHvmEj3Cd5PTHg67>

1000  
PREMIERS  
JOURS.fr



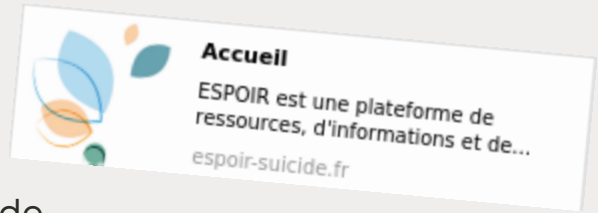
## 10 Octobre

Conférence professionnelle de prévention du suicide.

Arras.



# La Plateforme ESPOIR



Une plateforme de soutien et d'orientation destinée aux personnes endeuillées par suicide dont les missions sont :

- Proposer des informations et des ressources fiables aux personnes endeuillées par suicide.
- Apporter des réponses aux questions que se posent les personnes endeuillées par suicide.
- Permettre une visibilité supplémentaire aux associations et professionnels de santé mentale spécialisés sur les questions de deuil.
- Vous êtes une association ou un professionnel du champ de la postvention, vous pouvez vous faire référencer sur Espoir.

Pour en savoir , contactez nous :  
pauline.lau-tai@ch-le-vinatier.fr

<https://espoir-suicide.fr/>

## #2 Comment agir, justement, en cas de mal-être ?



« Tout d’abord, il faut bien faire la distinction entre un mal-être passager et un véritable trouble psychologique ou une pathologie chronique. Dans le premier cas, tout le monde est confronté à un mal-être à un moment ou à un autre de sa vie. Généralement, on puise dans ses ressources personnelles pour surmonter cette difficulté. Certains vont voir des amis, iront au cinéma, d’autres feront du sport ou vont méditer. C’est variable d’un individu à un autre. On fait cela au quotidien. »

# 2 extrait de : « Comme on prend soin de sa santé physique, pensons aussi à notre santé mentale ! » Les 5? Sonia Charapoff, chargée de mission au Centre collaborateur de l'OMS et intervenante