



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

L'Établissement public de santé mentale de la Marne ouvre son parc de 23 ha lors des Semaines d'information sur la santé mentale

La 35^e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) se déroulera du 7 au 20 octobre prochain sur le thème : « En mouvement pour notre santé mentale ». L'Établissement public de santé mentale de la Marne organise diverses manifestations dans tout le département. Pour la première fois à Châlons, il ouvre son parc arboré au grand public dans le cadre d'une marche / course.

Selon l'Organisation mondiale de la santé, « *l'activité physique est bonne pour le cœur, le corps et l'esprit (...). Elle peut améliorer la réflexion, l'apprentissage et le bien-être général (1). De plus, elle permet de maintenir ou d'améliorer la santé mentale et de réduire le risque de troubles mentaux en agissant sur des facteurs psychologiques tels que le renforcement de l'estime de soi, le sentiment d'auto-efficacité et de contrôle de soi. L'activité physique favoriserait également l'interruption des pensées négatives associées au stress, à la dépression et à l'anxiété (2) ».*

Placée sous le haut patronage du ministère de la Santé et de la Prévention et du ministère des Sports et des Jeux olympiques et paralympiques, la 35^e édition des Semaines d'information sur la santé mentale a pour thème : « En mouvement pour notre santé mentale ». Elle met à l'honneur l'idée de mouvement au sens large, que ce soit une activité sportive, un geste du quotidien ou encore une sensation de mieux-être par rapport à une période plus difficile. Profitons des Jeux olympiques et paralympiques pour mettre en avant l'importance de prendre soin de sa santé mentale dans tous les domaines.

Comme chaque année, l'Établissement public de santé mentale de la Marne se mobilise en proposant des animations dans tout le département du 5 au 20 octobre 2024. À Châlons-en-Champagne, en partenariat avec la Ville de Châlons, l'association sportive Kronos, le service départemental à la jeunesse, à l'engagement et aux sports de la Marne, il organise une **marche/course de 2 ou 4,5 km au choix, le samedi 19 octobre, de 14 à 16 heures**. Cette manifestation ouverte à tous a pour points de départ et d'arrivée, la cour principale de l'Établissement public de santé mentale de la Marne. Le parcours de 2 km permettra au grand public de découvrir le magnifique parc de 23 hectares et ses **essences remarquables** du site Pierre-Briquet.

[1] « L'efficacité personnelle perçue concerne la croyance de l'individu en sa capacité d'organiser et d'exécuter la ligne de conduite requise pour produire des résultats souhaités. » Bandura A. (2003). Traduction Lecomte J. Auto-efficacité. Le sentiment d'efficacité personnelle. Bruxelles. De Boeck. 1^{ère} édition

(1) Lignes directrices de l'OMS sur l'activité physique et la sédentarité : en un coup d'oeil [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/publications-detail/9789240014886>

(2) Bouger pour être en bonne santé mentale.pdf [Internet]. [cité 28 mars 2023]. Disponible sur: https://www.inspq.gc.ca/pdf/publications/2037_bouger_sante_mentale.pdf

Qui est l'EPSM de la Marne ?

L'Établissement Public de Santé Mentale de la Marne est l'établissement référent dans le département et la région pour les soins en psychiatrie et en addictologie.

Sa mission : apporter, dans le cadre des missions de service public et en lien avec ses partenaires, à chaque marnais, et en particulier aux personnes en situation de vulnérabilité, la garantie durable de pouvoir recevoir des messages de promotion de la santé mentale et, en cas de besoin, des soins de qualité, l'accompagnement dédié ainsi que les outils pour apprendre à gérer tout trouble psychique qui viendrait à l'affecter tant sur le plan physique, psychique que social.

L'EPSM de la Marne porte 2 pôles de psychiatrie adulte (Nord Marne et Sud Marne), 1 pôle de psychiatrie de la personne âgée, 2 pôles de psychiatrie infanto-juvénile, 1 pôle médico-social (Maison d'Accueil Spécialisée), 1 pôle d'addictologie, 1 pôle de psychiatrie médico-légale, 1 pôle de médecine de spécialités et de santé publique. Grâce à ses activités de recherche clinique, et au travers de collaborations scientifiques nationales et internationales, il reste à la pointe de la médecine spécialisée en psychiatrie et en addictologie.

Il porte également des unités et services à vocation régionale : l'UMD (Unité pour Malades Difficiles), le SMPR (Service Médico-Psychologique Régional), le CRIAVS (Centre Ressources pour les Intervenants auprès des Auteurs de Violences Sexuelles) de Champagne-Ardenne, le niveau 3 d'enseignement et de recherche en addictologie, la Cellule d'Urgence Médico-Psychologique (CUMP) départementale renforcée, le Centre territorial de psychotraumatisme, le Centre de Prise en charge Précoce des Psychooses et d'Orientation (C3P-O), un dispositif de prévention de la récurrence suicidaire – Vigilans et Vigiteens Champagne-Ardenne, le Centre Universitaire de Remédiation cognitive et rétablissement (CURE) Champagne-Ardenne.

En 2023, l'établissement a accueilli et soigné une file active de 16 976 patients, dont 96 % en ambulatoire (sans hospitalisation complète). Il a réalisé 233 915 actes en ambulatoire. Il compte 1 338 professionnels.

Contact presse :

Stéphanie GRUSS, responsable de la communication et de la culture

03 26 70 37 96 ou 06 21 09 65 07

s.gruss@epsm-marne.fr

www.epsm-marne.fr