Communiqué de presse

Le Centre de Référence en Santé Mentale (CRéSaM) et la Ligue Bruxelloise pour la Santé Mentale (LBSM) organisent une Semaine de la santé mentale du 7 au 13 octobre 2024 sur le thème
Santé mentale & Numérique

Plusieurs activités seront organisées tout au long de la Semaine partout en Wallonie et à Bruxelles : plus de 80 activités organisées par les services d'aide en santé mentale, le secteur social, culturel & de nombreux acteurs du secteur socio-professionnel (expos, cinéma, théâtre, soirée slam*, conférences, balades, ateliers bien-être, etc.). Un programme haut en couleurs pour sensibiliser à la santé mentale et pour participer à sa déstigmatisation !

Comme chaque année, le 10 octobre est décrété "Journée mondiale de la santé mentale". À cette occasion, le Centre de Référence en Santé Mentale (CRéSaM) et la Ligue Bruxelloise pour la santé mentale (LBSM) organisent une **Semaine de la santé mentale** afin de sensibiliser la population à l'importance de prendre soin de sa santé mentale et de faire connaître les services d'aide.

En 2024, nous mettrons le focus sur la santé mentale en lien avec le numérique. Perçu à la fois comme vecteur d'opportunités et de risques, il fait couler beaucoup d'encre ! Là ou certain·e·s y voient du progrès, un gain de temps et de nouvelles ressources, d'autres attirent l'attention sur certaines réalités telles que la fracture numérique grandissante ou encore les risques d'un usage problématique des technologies de l'information et de la communication.
Du 7 au 13 octobre, nous donnerons la parole à différents acteurs et services qui mettront à l'honneur la santé mentale et le numérique en proposant des activités pour tous les goûts (conférences, rencontres culturelles, ateliers sportifs et bien-être, etc.) et selon différentes approches.

Aidez-nous à faire connaître cette semaine en diffusant l'information. Plus on en parle, plus on déstigmatise et plus on aide la population à prendre soin de sa santé mentale !

Vous trouverez l'affiche et le banner en pièces jointes, ainsi que sur le site www.semaine-sante-mentale.be.

semainesantementale.be

CRéSaM : a.crucifix@cresam.be - 081/25.31.40 **Ligue bruxelloise** : communication@lbsm.be - 02 511 55 43

* Organisée grâce au soutien de part&namut