



Appel à participation

Semaine de la Santé Mentale

Du 5 au 11 octobre 2026

#Tous-tesConcerné-es

Semaine
de la
Santé Mentale

*Tout savoir sur
la prochaine
édition !*

CRÉSAM Asbl

Avec le soutien de
la

Wallonie



AVIQ

Sommaire

Devenir acteur local 3

- Pourquoi organiser une activité ? 3
- Qui peut proposer une activité ? 4
- Quand peut avoir lieu mon activité ? 4
- Où peut se dérouler mon activité ? 4
- Quel type d'activité organiser ? 4
- Coup d'oeil sur l'édition 2025 6

Thématique 2026 7

Santé mentale & Logement
*Un lieu pour vivre, des espaces
pour se (re)construire*

Inscrire votre activité 11

Calendrier & échéances 12

Contacts 13





Devenir acteur local

Le 10 octobre est la journée mondiale de la santé mentale (OMS). À cette occasion, chaque année, le Centre de Référence en Santé Mentale (CRéSaM ASBL) organise une Semaine de la Santé Mentale en Wallonie. De nombreuses conférences, découvertes de services, ateliers créatifs et événements culturels sont organisés afin de lever les tabous sur la santé mentale et informer sur les services d'aide disponibles.

Pourquoi organiser une activité ?

Vous contribuez à améliorer la connaissance de l'offre de soins et vous sensibilisez la population à une compréhension globale de la santé mentale.

#Tous·tes Concerné·es : nous avons toutes et tous une santé mentale.

#La santé mentale, c'est pas que dans la tête ! Les déterminants de la santé mentale sont multiples : santé physique, lien social, logement, éducation, emploi, culture, etc.

#Chacun·e a son rôle à jouer : les facteurs de protection pour notre santé mentale peuvent être renforcés à tous les niveaux : individuel, collectif et politique.

Profitez de cette Semaine pour mobiliser votre équipe autour d'une activité conviviale et qui a du sens pour votre association/institution. Les organisateur·rices nous témoignent chaque année des retombées positives de leur mobilisation : cohésion d'équipe, rencontre avec des partenaires, évolution de leurs pratiques, amélioration de la connaissance du service, etc.

Vous souhaitez en savoir plus ? Découvrez le témoignage d'organisateur·rices [ici](#).

Qui peut proposer une activité ?

L'appel à participation s'adresse aux organisations, associations et institutions qui agissent en faveur de la santé mentale, que celle-ci constitue le coeur de leurs missions ou non.

Plus d'infos sur les organisateur·rices dans le [règlement ici](#).

Quand peut avoir lieu mon activité ?

Votre activité a lieu entre le lundi 5 octobre et le dimanche 11 octobre 2026.

Où peut se dérouler mon activité ?

Votre activité se déploie sur le territoire wallon mais peut aussi être organisée en ligne (webinaire, vidéo, podcast...).

Pour les activités organisées à Bruxelles, nous vous invitons à contacter la [Ligue Bruxelloise pour la Santé Mentale \(LBSM ASBL\)](#).

Quel type d'activité organiser ?

À peu près tout ! Le type d'activités que vous proposerez dépendra en premier lieu de l'objectif que vous souhaitez atteindre et du public que vous souhaitez rencontrer. S'agit-il :

- d'informer sur la santé mentale ?
- de faire connaître votre service et de rencontrer de (nouveaux) partenaires ?
- de sensibiliser à une problématique de santé mentale particulièrement d'actualité ?
- etc.

Qui souhaitez-vous rencontrer lors de votre activité ? S'agit-il du grand public ? Des professionnel·les de votre réseau ? Des usager·ères et familles de votre service ? Est-il opportun de vous associer à des partenaires ? Faites place à la créativité pour organiser quelque chose en lien avec vos préoccupations, votre public mais aussi en fonction du temps dont vous disposez.

Pour vous inspirer, voici une liste non exhaustive d'activités organisées les éditions précédentes :



Théâtre



Ciné-débats



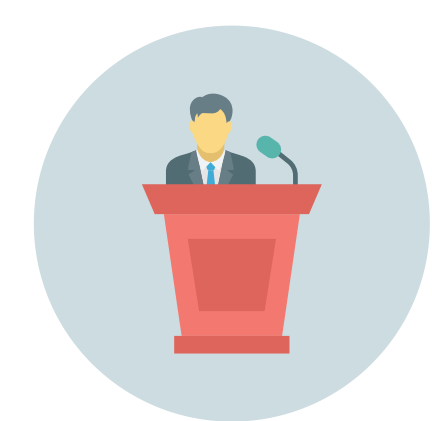
Petit-déjeûners, goûters...



Balades contées



Ateliers bien-être



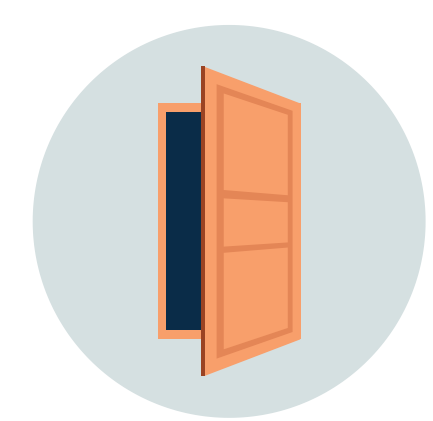
Conférences



Ateliers sportifs



Expositions



Portes-ouvertes



Jeux de société



Webinaires



Formations



Ateliers créatifs



Présentations d'outils



Votre activité peut s'inscrire dans la thématique de l'édition 2026 ou non. C'est vous qui décidez !

Coup d'oeil sur l'édition 2025

En 2025 , la Semaine de la Santé Mentale, c'était :



+ 1500
participant·es



Une visibilité
dans la
presse locale
et nationale

+ 150
activités
locales



5
provinces
wallonnes
+ Bruxelles



Retour en images sur l'édition 2025



Retour en images
Semaine de la Santé Mentale
6 au 12 octobre 2025





Thématique 2026

Santé mentale & Logement

Un lieu pour vivre, des espaces pour se (re)construire

La santé mentale est un équilibre. Un cocktail unique fait d'ingrédients multiples ! Ces ingrédients sont autant de facteurs qui agissent tantôt comme une protection pour notre santé mentale, tantôt comme des obstacles qui viennent la fragiliser. Constituant à la fois des ressources et des contraintes pour notre santé mentale, ces facteurs s'équilibrent de manière subtile, en fonction des événements qui rythment notre existence, de nos forces comme de nos vulnérabilités.

Cet équilibre peut vaciller lorsque des déterminants importants de santé mentale ne sont plus en capacité de faire protection. Parmi ceux-ci **le logement, pilier phare de notre santé mentale** qui nous permet, dans sa fonction première, de trouver refuge et de nous abriter du monde extérieur. À cet égard, le législateur consacre d'ailleurs **le logement comme un droit fondamental** : "chacun·e a le

En Belgique, environ 48.000 personnes sont sans abri, sans chez-soi ou à risque d'expulsion (SPP Intégration Sociale 2023)

droit de mener une vie conforme à la dignité humaine. [...] à cette fin, la loi, les décrets ou les règles garantissent les droits économiques, sociaux et culturels. Ces droits comprennent notamment : [...] le droit à un logement décent ;" (Article 23 de la Constitution) (1).

En Belgique, un nombre croissant de personnes se retrouvent pourtant sans-abri, sans chez-soi ou (très) mal logées : problèmes d'humidité, manque de lumière,

promiscuité, absence d'accès extérieurs, insalubrité générale (2). De récentes analyses menées par l'IWEPS révèlent d'ailleurs de grandes disparités entre les communes wallonnes concernant l'accès au "logement décent et adapté, à l'énergie et à l'eau" (3). Les effets délétères du sans-abrisme et du mal-logement sur la santé mentale sont désormais largement documentés, avec pour conséquences majeures une atteinte forte de l'estime de soi pouvant aller jusqu'au sentiment de honte, des symptômes anxieux voire dépressifs.

Le logement recouvre aujourd'hui des réalités bien diverses, tant dans les formes de son bâti que dans les façons de l'habiter. Des configurations les plus classiques aux moins conventionnelles, le logement évolue au gré des évolutions sociétales : modèles familiaux, inflation immobilière, marché du travail, transformation des

politiques publiques ou encore, changement climatique. Lieux de vie parcimonieusement choisis ou au contraire subis, occupés pour un temps plus ou moins long, parfois comme solution temporaire ou d'urgence, nous investissons ces espaces au fil des âges et des événements qui jalonnent notre vie.

Loin de n'être qu'un toit, le logement se situe à la croisée d'enjeux multiples. **Enjeux socioéconomiques** d'une part, car s'il en a toujours été question, l'accès au logement est plus que jamais fonction du capital économique et social dont nous disposons. Le logement se veut ainsi être un révélateur criant de notre place sur l'échiquier social. **Enjeux sociaux et relationnels** d'autre part, car "avoir un chez soi", c'est se donner la possibilité d'être en liens, d'ouvrir sa porte, accueillir et recevoir. C'est également un ancrage possible pour une vie de quartier et des relations de voisinage, ou pour accéder à des services sociaux,

1 Belge francophone sur 4 dit être souvent déprimé à cause de son logement (2)



administratifs ou de santé. Toutefois, les réalités vécues dans et autour du logement sont parfois plus complexes qu'elles n'y paraissent... Dans certains contextes, le logement peut, *paradoxalement*, agir comme un facteur d'isolement social. Enfin, le logement remplit une **fonction identitaire importante**. De l'image de soi que l'on (se) bâtit à travers des objets ou une décoration choisis avec soin, à la disposition des lieux qu'on ne laisse pas au hasard, notre logement - ou son absence - nous fait exister, pour soi et pour les autres. Ce qui, dans son versant négatif, peut être source de souffrances pour celles et ceux qui accèdent difficilement à un logement et ne parviennent pas à se projeter dans l'avenir : jeunes adultes contraints de rester chez leurs parents, séparations familiales, expulsions, placements, errances, etc. Habiter, c'est pouvoir se poser, trouver des repères et une certaine stabilité pour se (re)construire. Sur le plan identitaire, le logement offre également un territoire pour se créer un espace à soi, intime et personnel, quitte à devoir le "négocier" lorsqu'on partage son lieu de vie (habitations protégées, maisons de repos et de soins, colocations...).



Evoquer les liens entre santé mentale et logement, c'est aussi s'arrêter sur les **vulnérabilités psychiques** qui nous habitent, et les **périodes de trouble** que nous pouvons traverser. Celles-ci peuvent venir façonner, pour un temps plus ou moins long, notre rapport au temps et à l'espace. Le logement peut alors devenir le lieu où se donnent à voir ces fragilités (de la difficulté à prendre soin de soi à l'entretien de son logement ; du repli sur soi à l'isolement social), tout en contribuant à devenir un espace-ressource propice à un nouvel équilibre et au rétablissement. L'accès au logement et la stabilité résidentielle apparaît désormais comme un levier essentiel pour le rétablissement. Cet enjeu invite à l'intersectorialité et convoque de multiples secteurs comme celui du logement,

des soins, de l'aide à domicile ou encore de l'action sociale, afin d'accompagner au mieux les personnes dans leur parcours de vie et de logement.

Les interactions entre logement et santé mentale sont multiples. Thématique passionnante et brûlante d'actualité, nous vous invitons à l'explorer et à contribuer à la programmation 2026 !

Voici quelques exemples de questions (non-exhaustives) autour desquelles nous vous invitons à vous mobiliser :

- Bien-être et logement : comment se sentir bien dans son logement ? Comment faire de son logement un atout pour sa santé mentale ?
- Soins de santé mentale à domicile :
 - Quels dispositifs de soins et d'accompagnement permettent aux personnes en vulnérabilité psychique de vivre et de se rétablir dans leur logement ?
 - Quelles collaborations avec les intervenant·es de première ligne non spécialisé·es (services d'aide à domicile, aides soignant·es, infirmier·ères, CPAS...) qui travaillent à domicile ?
 - Comment améliorer les transitions entre l'hôpital et le domicile ? Comment éviter les ruptures de soins et accompagner les patient·es dans la reprise d'un quotidien ? Quelle place pour les proches ?
- Santé mentale communautaire : comment favoriser la bonne santé mentale d'un quartier et de ses habitant·es ? Sur quelles initiatives inspirantes s'appuyer ?
- Crise du logement : quelles pistes pour favoriser l'accès au logement des publics dits "vulnérables" ?
- Habitats inclusifs et alternatifs : vers une nouvelle offre d'accompagnement pour les personnes qui vivent avec un trouble de santé mentale ?
- Etc.

Vous avez des réflexions à partager ? Des pratiques ou des initiatives à faire découvrir ? Répondez à l'appel à participation.



Sources & références

- (1) "Article 23 de la Constitution belge", Senlex, Page consultée le 25/01/2026.
- (2) Thermomètre Solidaris "Comment les Belges francophones perçoivent-ils l'incidence du logement sur leurs santés ?", Institut Solidaris, 10/2023.
In "Campagne "Logement sous Baxter", Réseau Wallon de Lutte contre la Pauvreté ASBL, 2024".
- (3) "Indicateur Synthétique d'Accès aux Droits Fondamentaux (ISADF) : droit à un logement décent et adapté, à l'énergie et à l'eau (Logement)", IWEPS, Exercice 2025.
-
- ELEB-VIDAL, M., "Le logement et la construction de l'identité" In : *Bulletin de psychologie*, tome 36 n°361, 1983. p.735.
 - "Focus n°36 : sans-abrisme et absence de chez soi", SPP Intégration Sociale, 09/2024.
 - "Logement et santé mentale : en quête de repères", Education Santé ASBL, 11/2025.
 - Pereira, A., Dubath, C., & Trabichet A.-M. (2021). Les déterminants de la santé mentale : Synthèse de la littérature scientifique (minds 01/2021). Genève : Minds - Promotion de la santé mentale à Genève.
 - "Vous avez dit "Santé mentale ?", CRéSaM ASBL, Page consultée le 25/01/26.



Inscrire votre activité

Nous vous invitons à lire attentivement le règlement pour en savoir plus sur les objectifs de la Semaine de la Santé Mentale, les modalités concrètes de participation et les critères de recevabilité de votre activité.

✓ Etape 1

Faites-nous parvenir votre proposition d'activité.

Comment ? En complétant le formulaire en ligne. Cette première étape vous permet de nous donner quelques informations sur votre service et le type d'activité que vous souhaitez organiser.

✓ Etape 2

Une fois le formulaire complété, le CRéSaM s'engage à analyser votre proposition dans le mois qui suit votre soumission afin de vérifier que celle-ci respecte les critères de recevabilité.

✓ Etape 3

Une fois votre proposition d'activité validée, nous vous contactons par mail pour vous indiquer la marche à suivre afin d'encoder vous-même votre activité sur le site www.semaine-sante-mentale.be. Toutes ces étapes vous seront expliquées dans notre tutoriel et nous resterons bien sûr à votre écoute pour vous aider dans vos démarches si besoin.

Calendrier & échéances

Février



Lancement de l'appel à participation

Mars



Avril



Nous sommes à votre disposition pour vous accompagner ! N'hésitez pas à nous contacter pour toute question.

Mai



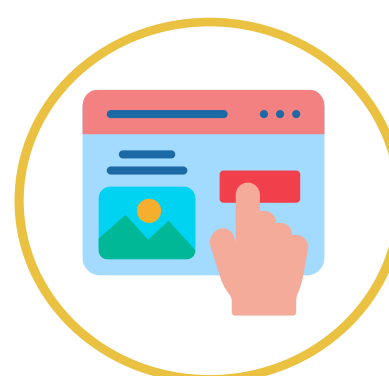
Juin



Communication large sur le pré-programme

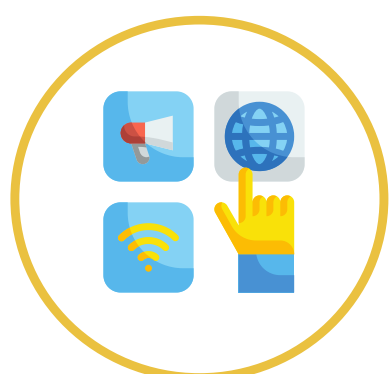
Si votre activité est déjà validée, commencez à communiquer sur celle-ci dans votre réseau !

Juillet



Répondez à l'appel à participation :)

Août



Communication large sur le programme complet de la Semaine de la Santé Mentale

Septembre



Communiquez +++ sur votre activité

- ✓ Via vos réseaux sociaux, votre site Internet, des flyers, de l'affichage, un communiqué de presse, etc.

Octobre



C'est partiii !

- ✓ Semaine de la Santé Mentale du 5 au 11 octobre



Contacts



Julie Delbascourt - Responsable de projets

081/25.31.49

j.delbascourt@cresam.be



Audrey Crucifix - Chargée de communication

081/20.72.45

a.crucifix@cresam.be



Marie Lambert - Codirectrice

081/20.72.41

m.lambert@cresam.be

www.semaine-sante-mentale.be



*Semaine
de la
Santé Mentale*

CRÉSAM Asbl

Centre de Référence en Santé Mentale (CRéSaM asbl)

agréé et subventionné par la Région wallonne
Siège social: Boulevard de Merckem, 7 - 5000 Namur - 081/25.31.40
Numéro d'entreprise : 0840.555.973 - RPM Liège (div. Namur)
cresam@cresam.be / www.cresam.be
Banque : BE91 5230 80471376



AVIOQ