Le conseil local de santé mentale (CLSM) de la Ville de Clermont-Ferrand

Santé

Santé mentale, c'est à dire ?

«Une bonne santé mentale permet aux individus de se réaliser, de surmonter les tensions normales de la vie, d'accomplir un travail productif et de contribuer à la vie de leur communauté». Définition de l'Organisation Mondiale de la Santé.

La santé mentale est donc le fondement du bien-être d'un individu et du bon fonctionnement d'une société, la santé mentale est une composante à part entière de la santé ! Cela concerne tout le monde.

C'est quoi un conseil local de santé mentale ?

C'est une instance collaborative et participative qui réunit tous les acteurs d'un territoire concernés par la santé mentale (Services de soin, services de prévention, associations, usagers, institutions etc..)

Le conseil local de santé mentale contribue à faire du lien entre ces acteurs pour améliorer la santé mentale et le bien-être psychosocial des habitants.

À Clermont-Ferrand, il est co-porté par la ville de Clermont-Ferrand, le Centre Hospitalier Universitaire de Clermont-Ferrand, le Centre Hospitalier St Marie, l'Agence Régionale de Santé, la préfecture du Puy de Dôme, le Conseil départemental, la Caisse Primaire d'Assurance Maladie, l'UNAFAM (Union Nationale des Amis et Familles de personnes malades et/ou handicapées psychiques), et le GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle).

Les objectifs du CLSM de la ville de Clermont-Ferrand sont :

-
- d'assurer une observation des données de santé mentale (c'est à dire mener une veille documentaire, s'intéresser aux travaux de recherche en santé mentale)
 - promouvoir et faciliter la formation en santé mentale des professionnels (afin de lutter contre la stigmatisation et améliorer l'accueil des usagers en situation de fragilité ou de souffrance psychologique).
 - contribuer à l'information du grand public sur la santé mentale pour lutter contre la stigmatisation et les discriminations.
 - coordonner les acteurs médico-sociaux pour aider les usagers en situations complexes de souffrance psychosociale à trouver des solutions.

En résumé :

Le Conseil Local de Santé Mentale est un dispositif du Service de Santé Publique de la Ville de Clermont-Ferrand mis en place pour favoriser le bien-être psychologique et social de tous les clermontois. Il agit sur ce qui détermine ou impacte la santé et la santé mentale : les facteurs individuels (facteurs génétiques, histoire de vie etc...), les facteurs sociaux économiques (le soutien social, les revenus etc..), les facteurs sociétaux (les inégalités sociales, la sécurité etc...).

Bon à savoir !

Les soins en santé mentale peuvent être suivis en libéral, dans le secteur privé ou le secteur public. Pour le secteur public, c'est l'adresse qui détermine le lieu de soin, c'est ce que l'on appelle la sectorisation. La ville de Clermont-Ferrand compte 4 secteurs. Ils sont répartis entre les services du CHU et du Centre Hospitalier St Marie, qui proposent des lieux de consultation sans avance de frais.

Dans une situation d'urgence

Urgences psychiatriques du CHU : **04 73 75 47 80**

Numéro national de prévention du suicide **31 14**

Idées noires, profondes angoisses, pensées morbides

Un numéro de téléphone gratuit, accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7 qui permet aux personnes en détresse psychologique d'échanger et de trouver une réponse adaptée auprès de professionnels de la psychiatrie et de la santé mentale (psychiatres, infirmiers spécialisés et psychologues).

[31 14](https://3114.fr)

Trouver une consultation en secteur public

Accueil du Centre Hospitalier Sainte- Marie

04 73 43 55 10 (pour connaître son secteur de consultation)

Trouver un psychologue en secteur libéral :

<https://psy63.com>

Écoute et aide des accompagnants, famille et amis de malades psychiques.

L'UNAFAM

04 73 92 93 34 ou par mail à 63@unafam.org

<https://www.unafam.org/puy-de-dome>

Associations de soutien et d'écoute :

Association Astrée

07 69 21 36 22

Rompre la solitude à tous les âges et aider ceux qui font face à des épreuves de la vie, Astrée agit au moyen d'une expertise en matière d'écoute et d'accompagnement.

SOS Amitié Antenne locale

Service d'aide par l'écoute. Ses écoutants bénévoles accueillent la parole de toute personne qui traverse une période difficile et qui ressent le besoin d'être entendue et écoutée dans sa souffrance. L'écoute S.O.S Amitié est gratuite, inconditionnelle et sans jugement ni conseil.

<https://www.sos-amitie.org>

04 73 37 37 37

Pour les étudiants

<https://sante.uca.fr/soutienpsy>

04 73 34 68 98

Ouvert du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30.

?Lieu d'accueil et d'écoute pour tous les étudiant(e)s en difficulté psychologique.

Pour les jeunes

Le Point Accueil Écoute Jeune 18/25 ans

70 Rue Villeneuve, 63000 Clermont-Ferrand

04 73 42 11 74

La maison des ados 12/18 ans

80 rue Lamartine, 63000 Clermont-Ferrand

Lieu d'accueil, d'écoute et de conseils consacré à la santé des adolescents

?04 73 16 00 00 / contact@mda63.fr

<https://www.mda63.fr>

Pour les séniors

Le Lieu Information Sénior

Accueil, l'information et orientation des seniors et de leur famille.

19 Rue Georges Clemenceau, 63000 Clermont-Ferrand

04 73 98 07 81 - [Lieu Info Senior](#)

D'autres ressources en santé mentale à explorer

<https://www.psycom.org>

<https://www.stopblues.fr>