



**ZONE D'EXPRESSION
CONTRE LA**

STIGMATISATION

ZEST est un dispositif global d'actions visant à lutter contre la stigmatisation, en s'appuyant notamment sur le témoignage et la prise de parole des personnes concernées par les troubles psychiques.





Ce que j'ai beaucoup aimé dans cette expérience c'est la rencontre avec l'humanité, avec une personne qui vient nous livrer quelque chose

NOS OBJECTIFS

Lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques

Renforcer l'estime de soi et le pouvoir d'agir des personnes concernées par la santé mentale et impliquées dans le projet

Créer la rencontre entre le grand public et personnes concernées par la santé mentale

NOS PRINCIPES

Un dispositif ouvert aux personnes concernées, familles et professionnels de la santé mentale

Une co-construction des actions

Une implication où chacun décide de la mesure de sa participation



Comprendre que je ne mérite pas d'être stigmatisée et que j'ai le droit de me battre pour changer les représentations



ACCOMPAGNEMENT À LA PRISE DE PAROLE

GROUPAL

Ateliers d'écriture collectifs pour préparer son témoignage qui sera partagé lors des bibliothèques vivantes

INDIVIDUEL

Réfléchir à son témoignage pour le partager sur internet, auprès des médias, etc.



POP CULTURE ET SANTÉ MENTALE

Intervention participative mêlant extraits de films, quiz et apports d'information autour des représentations des troubles psychiques.

BIBLIOTHÈQUES VIVANTES

Des temps de partage de témoignages, en face à face, entre une personne concernée par les troubles psychiques et un étudiant.

ZE STUDIO

Un studio de création et de production audiovisuelle dédié à la lutte contre la stigmatisation en santé mentale.

ATELIERS D'EXPRESSION CRÉATIFS

Toute les semaines, un temps dédié à la création à distance où chacun est invité à créer autour de thématiques d'expression en lien avec son vécu ou imaginaire

COMMENT PARTICIPER ?

VOUS SOUHAITEZ ÊTRE ACCOMPAGNÉ DANS VOTRE PROJET DE PRISE DE PAROLE AUTOUR DE LA SANTÉ MENTALE ?

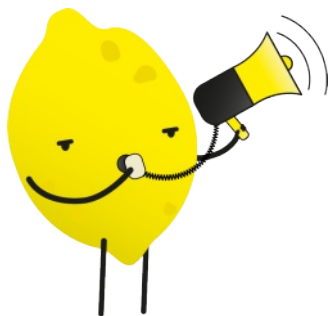
VOUS SOUHAITEZ PARTICIPER À NOS DIFFÉRENTES ACTIONS ?

VOUS SOUHAITEZ ÊTRE ACCOMPAGNÉ SUR VOS PROJETS DE LUTTE CONTRE LA STIGMATISATION ?

CONTACTEZ-NOUS OU RDV SUR NOTRE SITE :

ZEST@CH-LE-VINATIER.FR

WWW.CENTRE-RESSOURCE-REHABILITATION.ORG/ZEST



UN PROJET SOUTENU PAR