

2

Déstigmatiser les troubles psychiques

1

Promouvoir la santé mentale



3

Fédérer en faveur de la santé mentale

Programme



NUIT DE LA SANTÉ MENTALE

Plus d'infos :   
Santé mentale 67

Lien d'inscription



✕ DÉBATS CITOYENS ✕

SANTÉ MENTALE
ET TRAVAIL

10 OCTOBRE
DE 18H A 23H

Centre Culturel
Marcel Marceau
5 Place Albert Schweitzer
STRASBOURG

Visuel : freepik



MARCHE POUR LA
SANTÉ MENTALE

STRASBOURG
MARDI 15 OCTOBRE

←-----→
RASSEMBLEMENT
PLACE KLÉBER

←-----→
15H

**TOUS EN VERT POUR MONTRER NOTRE
SOUTIEN**



LUNDI 7 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Inter venants	Horaires et lieu
<p>CINÉ-DÉBAT « LA VIE DE MA MÈRE »</p> <p>●●●●</p>	<p>Pierre, 33 ans, fleuriste à succès, voit sa vie basculer lorsque sa mère, Judith, fantasque et excessive, débarque dans sa vie après deux ans sans se voir. Pierre n'a qu'une idée, reprendre le cours normal de sa vie, mais rien ne se passe comme prévu. Leurs retrouvailles, aussi inattendues qu'explosives, vont transformer Pierre et Judith à jamais.</p>	<p>- UNAFAM</p> <p>Animé par Dr Weibel, psychiatre aux HUS et Audrey Viatte, pair-aidante "patient" @quidnormalis,</p>	<p>> À 20h</p> <p>Cinéma Star St Exupery 27 18 rue du 22 novembre Strasbourg Entree 6 euros inscription 06 45 30 10 18 67@unafam.org</p>
JEUDI 10 OCTOBRE 2024			
<p>4ÈME NUIT DE LA SANTÉ MENTALE</p> <p>●●●●</p>	<p>Burn-out, fatigue au travail, insertion professionnelle angoissante, trouver sa voie avec un handicap psychique... Ces défis, nous pouvons tous y être confrontés. Pour se faire une idée sur ces questions :</p> <p>Deux tables rondes :</p> <p>Insertion professionnelle : Découvrez les parcours et conseils pour s'intégrer avec un handicap psychique.</p> <p>Épuisement professionnel : Échangez sur les causes, les signes avant-coureurs, et les solutions. Des ateliers interactifs animés par des structures spécialisées pour mieux comprendre et agir.</p> <p>Un moment de partage autour d'un buffet convivial.</p> <p>Et pour apporter une touche artistique à ces sujets sérieux, la troupe strasbourgeoise des Improvisateurs animera la soirée avec humour et créativité !</p> <p>Comprendre sa santé mentale, ce n'est pas seulement en consultation. Nos tables rondes vous offriront un regard croisé unique avec :</p> <p>Un professionnel de santé pour explorer l'aspect individuel.</p> <p>Un expert d'expérience pour partager son parcours personnel.</p> <p>Un intervenant en sciences humaines et sociales (sociologue, DRH...) pour décrypter les enjeux sociaux.</p>	<p>- Maison de Santé Mentale EMS Service d'Insertion en Milieu Ordinaire de Travail (SIMOT) Centre Ressources des Etudes et du Handicap PSYchique (CREHPSY) Au Bon Entendeur France Bénévolat Réseau RPK, service d'insertion transfrontalier franco allemand Les Improvisateurs</p>	<p>> 17h30</p> <p>Centre culturel Marel Marceau 5 place Albert Schweitzer 67100 Strasbourg à partir de 18H Entrée libre, réservation possible sur : https://my.weezevent.com/nuit-de-la-sante-mentale-iv</p>
VENDREDI 11 OCTOBRE 2024			
<p>PROJECTION DU DOCUMENTAIRE LES Z'ENTONNOIRS</p> <p>●●●●</p>	<p>« Êtes-vous prêt à changer votre regard sur la maladie mentale ? »</p> <p>À Roubaix, dans les locaux de la manufacture culturelle La Condition Publique, une émission de radio riche, drôle, libre et unique en son genre est enregistrée tous les lundis depuis huit ans : les Z'Entonnoirs. On ne sait pas qui est patient, qui est soignant, et chacun a la parole.</p>	<p>- GEM Aube, ADENUM</p>	<p>> À 18h30</p> <p>Maison de l'Image 31 rue Kageneck 67000 Strasbourg</p>





SAMEDI 12 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
JOURNÉE D'INFORMATION SUR LA DÉPRESSION SÉVÈRE ET RÉSISTANTE ●●●●	Objectifs : Permettre aux proches de personnes souffrant de dépression, de trouver des explications sur cette forme particulière qu'est la dépression sévère et résistante, et des informations pour pouvoir aider au mieux leurs proches et se préserver. Inscriptions : 67@unafam.org (places limitées à 12)	- Animée par Julie Gamper, neuropsychologue et une bénévole de l'Unafam 67	> De 9h à 17h Route Nouvelle Alsace 34 route de la Fédération 67100 Strasbourg Gratuit sur inscription
MARDI 15 OCTOBRE 2024			
MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE ●●●●	Pour la 8 ^{ème} année à Strasbourg : Rejoignez la marche revendicative et festive en faveur des droits et de la visibilité des personnes vivant avec un handicap psychique. Un moment de solidarité qui permettra l'échange et le partage et la découverte des associations locales. Suivi d'un pot convivial en fin de marche. Soyons nombreux à soutenir cette cause ! Venez manifester votre soutien habillés ou munis d'un objet de couleur verte, symbole de l'espoir et de la santé mentale.	- CLSM + Au Bon Entendeur	> Départ 15h, Place Kléber
MOMENT DE PARTAGE INTERGÉNÉRATIONNEL ●●●●	Ateliers de sensibilisation à la santé mentale à destination des élèves. <i>« Apports de l'activité physique sur la santé mentale »</i> Repas partagé en fin de journée	- EPSAN, TESSLAB et SATH	> Association Les Disciples, 2 rue Langevin Plus d'infos : informations@association-lesdisciples.com
MERCREDI 16 OCTOBRE 2024			
QUIZ CINÉ & PSY ●●●●	Soirée ludique et conviviale pour déconstruire les clichés et la stigmatisation sur la santé mentale autour d'un verre. Un quiz qui vous plongera dans l'univers du 7 ^{ème} art tout en abordant avec légèreté et bienveillance les thématiques de la santé mentale. Des films cultes aux perles rares, chaque question est une occasion de s'informer tout en passant un bon moment.	- CLSM + Boum baby Gang	> À 20h Social Bar Strasbourg, 69 Rue du Faubourg de Pierre Réservation possible : charbonniermanon@gmail.com
PRÉSENTATION DE PAROLES SANS FRONTIÈRES ●●●●	Professionnels, structures ou particuliers, découvrez avec des membres de l'équipe les missions et aboutissements de l'association.	- Psychologues et membre de l'équipe PSF	> De 9h à 12h 4 rue des pelletiers 67000 Strasbourg
ATELIER ARTISTIQUE ●●●●	Proposition de moyens d'expression artistique pour améliorer sa santé mentale	- Intervenants Paroles Sans Frontières	> De 14h à 16h 4 rue des pelletiers 67000 Strasbourg

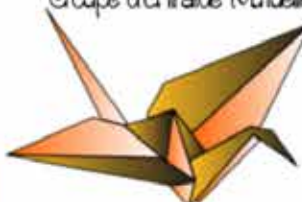


JEUDI 17 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
ATELIERS BIEN-ÊTRE ●●●●	Atelier bien-être dynamique axé sur la respiration pour libérer votre énergie et réduire le stress. À travers des techniques de respiration active et des mouvements corporels simples, cet atelier vous aidera à retrouver équilibre et vitalité. Une expérience revitalisante pour se reconnecter à soi-même et renforcer son bien-être global.	- Parole Sans Frontières	> De 10h à 11h30 et de 14h à 15h30 Atelier bien être proposée par l'infirmière de l'association Sur inscription : secretariat@roles-sans-frontieres.org À partir de 15 ans.
VERNISSAGE DE L'EXPOSITION DE PAROLES SANS FRONTIÈRES ●●●●	Echanges autour de la santé mentale des personnes exilées. Exposition d'œuvres des participants à l'atelier créatif de l'association. Portes ouvertes et mises à disposition de la documentation	- Parole Sans Frontières	> À partir de 18h, puis portes ouvertes les 18 et 19 octobre de 9h à 17h 4 ruelle des Pelletiers, 67000 Strasbourg
VENDREDI 18 OCTOBRE 2024			
THÉÂTRE FORUM ●●●●	Thématique du mouvement « <i>Aller vers l'espace public</i> » humain et poétique. Se mettre en mouvement. Ranger sa maison pour se ranger soi. Le mouvement n'est pas toujours là où on le pense. Posons collectivement un autre regard sur la santé mentale de manière interactive.	- GP3A - Maison de Santé Mentale de l'EMS Avec la participation du salmmeur Baladin	> À 18h à 20h30 Maison de Santé Mentale de l'EMS 4, Rue des Bonnes Gens Prix libre
SAMEDI 19 OCTOBRE 2024			
JOURNÉE D'INFORMATION SUR LES TROUBLES PSYCHIQUES ●●●●	Objectifs : Transmettre des repères aux familles qui accompagnent leur proche souffrant de troubles psychiques (parents, enfants, frères, sœurs) sur : <ul style="list-style-type: none"> • Les maladies psychiques : schizophrénie, bipolarité, dépression, troubles anxieux et phobiques, troubles borderline (causes, symptômes) ; • Le handicap psychique et ses manifestations pour mieux accompagner le proche en souffrance psychique ; • L'organisation sanitaire et les structures de soin et d'accompagnement ; • L'accès aux droits. Incriptions : 67@unafam.org (places limitées à 12)	- UNAFAM - Animée par Véronique Mages, psychologue et une bénévole de l'Unafam 67	> De 9h à 17h Route Nouvelle Alsace 34 route de la Fédération 67100 Strasbourg



SAMEDI 19 OCTOBRE 2024 (suite)			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
EXPOSITION 	Exposer pour témoigner Exposer pour mettre en lumière le travail réalisé par les participants à notre atelier artistique à visées thérapeutiques pour personnes en situation d'exil. En effet depuis 2015 un atelier collectif a pris place dans notre association. Il a pour but de permettre aux personnes qui s'y inscrivent de prendre s'exprimer autrement que par la parole. Il est un lieu d'écoute, d'accueil et d'expression. Cette exposition aurait pour but de poser un regard différent sur les personnes migrantes, lire à travers leurs réalisations : rêve inspiration, souvenir, désir d'avenir...	- EPSAN, TESSLAB et SATH	> Association Les Disciples, 2 rue Langevin Plus d'infos : informations@association-lesdisciples.com
DU 7 AU 20 OCTOBRE 2024			
EXPOSITION AU SEIN DE L'EPSAN CRONENBOURG 	Mise en valeur des réalisations artistiques de personnes concernées par les troubles psychiques	- Association Tout Couleurs	> EPSAN Cronenbourg, 20 rue Becquerel 67200 Strasbourg





HAGUENAU
MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE
JEUDI 17 OCTOBRE
RENDEZ VOUS 15 HEURES 30
PLACE DE LA REPUBLIQUE


En savoir plus sur les Semaines
d'Information en Santé Mentale



DU 8 AU 20 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
OUTSIDERS #2 ●●●●	Exposition d'oeuvres plastiques et textuelles réalisées dans le cadre des activités proposées au GEM l'Azimut	- Organisé par le GEM l'Azimut dans le cadre du forum Psytoyen	> À l'Hôtel du Prêtreur de Haguenau (Ancien Tribunal place de la République). Vernissage le 8 octobre de 17h30 à 20h30 Finissage le 17 octobre de 16h à 18h Performance poétique et musicale avec le GEM l'Azimut et DJ Delikatess
LUNDI 14 OCTOBRE 2024			
LA PAIR-AIDANCE ●●●●	Petit-déjeuner débat autour de la pair-aidance, déjeuner libre au GEM.	- Organisé par le GEM l'Azimut dans le cadre du forum Psytoyen	> De 9h à 14h Au GEM l'Azimut 13, rue Capito 67500 HAGUENAU
THÉÂTRE-FORUM ●●●●	Théâtre-Forum autour de la pair-aidance	- Organisé par le GEM l'Azimut dans le cadre du forum Psytoyen Animé par Mina-Raouf AMGAD, association Arriana Avec les interventions de l'association GP3A, JEFF, Typik Atypik, Arriana ainsi que de l'EPSAN de Brumath	> De 14h à 17h Au GEM l'Azimut 13, rue Capito, plateforme médico-sociale
MARDI 15 OCTOBRE 2024			
CINÉ-DÉBAT « LE CHÂTEAU SOLITAIRE DANS LE MIROIR » ●●●●	Ciné-débat à destination des lycéens des établissements de Haguenau et Bischwiller. Projection du film d'animation « <i>Le château solitaire dans le miroir</i> » qui aborde la question du harcèlement, du traumatisme et de la santé mentale des adolescents.	- Organisé par le GEM l'Azimut dans le cadre du forum Psytoyen Débat modéré par Jean-David HENNINGER, libraire à « la Marge » Interventions de professionnels du CAMUS, de Vigilans, de la Maison des Associations de Strasbourg, de l'association Arriana ainsi que de l'association Ithaque (sous réserve).	> À 14h Au cinéma Le Mégarex 5, rue Georges Méliès 67500 HAGUENAU
MERCREDI 16 OCTOBRE 2024			
AUTO-DÉTERMINATION, POUVOIR D'AGIR, ÉMANCIPATION, C'EST QUOI CES TRUCS ? ●●●●	Débat-discussion autour de l'auto-détermination en présence du Centre Franco Basaglia de Liège. Présentation des missions du centre, repas débat offert.	- Organisé par le GEM Azimut dans le cadre du forum Psytoyen Avec l'intervention du Centre Franco Basaglia de Liège	> Au bar-tapas « La Casa Loca » 184, grand rue 67500 HAGUENAU
« LA PHILOSOPHIE GRECQUE COMME SOIN DE L'ÂME » ●●●●	La philosophie grecque est une philosophie pratique. Loin d'inventer des concepts et des personnages conceptuels, elle s'attache à proposer de mener une vie philosophique. Il s'agira ainsi de réfléchir ensemble, à travers les enseignements d'Héraclite, Pythagore, Empédocle, Epicure, Aristote et bien d'autres, à comment la philosophie peut influencer sur notre santé mentale au quotidien et comment combiner réflexion philosophique et bien-être psychique.	- Pierre BUCKEL, Coordonnateur du Projet Territorial de Santé Mentale, dans le cadre de l'Université Populaire en Santé Mentale de la Maison de la Santé Mentale	> À 14H Médiathèque de Haguenau 24, rue du Maire André Trabant





JEUDI 17 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE 	Marche expressive, revendicative et poétique se proposant d'interroger et rendre visible la condition des personnes en troubles psychiques. Rendez-vous place de de la République à Haguenau, devant l'ancien tribunal avec un attribut (vêtement, chapeau, parapluie...) de couleur verte. Place au festif et à l'excentricité.	- Organisé par par le GEM l'Azimut et les membres du CLSM de Haguenau.	> Départ à 15h30 Devant l'ancien tribunal Place de la République, finissage de l'exposition Outsiders#2 à l'issue de la marche.





MERCREDI 16 OCTOBRE 2024

Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
JOURNÉE POUR LA SANTÉ MENTALE : MARCHE FESTIVE EXPOSITION DOCUMENTAIRE DÉBAT 	<p>Célébration dynamique et engagée autour de la santé mentale.</p> <p>Elle débute avec une marche revendicative et festive, suivie par une exposition captivante d'art brut et figuratif, mettant en lumière l'expression artistique comme moyen de rétablissement.</p> <p>La journée se conclut par un documentaire-débat explorant les bienfaits de la peinture sur la santé mentale, avec des témoignages d'artistes et professionnels de santé, illustrant comment l'art peut soutenir le bien-être émotionnel</p>	<p>- GEM l'Étincelle Communes de Molsheim et Dorlisheim CMP de Molsheim</p>	<p>> À 14h</p> <p>Départ de la marche : Place des jésuites</p> <p>Exposition : salle de la Monnaie</p>

16 OCTOBRE
Départ au Parc des Jésuites à 14h

MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE

Expresion spontanée

Exposition d'art brut et figuratif

TOUT EN VERT POUR MONTRER NOTRE SOUTIEN

EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

VENDREDI 4 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
ZUMBA PARTY ●●●●	Zumba Party organisée dans le cadre des Semaines d'Information en Santé Mentale, ouvert à tous et toutes	- Organisé par la MJC de Markolsheim	> De 18h30 à 19h30 Place des Quatorze à Markolsheim
INDIGO, COULEUR DU TEMPS ●●●●	L'atelier chorégraphique INDIGO au CHU de Tours, pour un service de psychiatrie, animé par Dimitri TSIAPKINIS (OMNIVION) depuis 12 ans. Ce documentaire témoigne de l'importance de ce travail artistique avec les patients.	- Organisé par la MJC de Markolsheim . Echanges animés par la coordination du Conseil Local de Santé Mentale.	> 20h au cinéma « La bouilloire » Impasse de l'École à MARCKOLSHEIM
MARDI 22 OCTOBRE 2024			
ATELIER BRAIN'BALL ●●●●	Le brain ball est une activité psychomotrice qui permet de développer concentration, coordination, coopération et confiance. Inspiré du jonglage du rebond, le Brain-Ball a la particularité de s'exercer en rythme et en musique.	- Organisé par la MJC de Markolsheim	> À 14h30 à la MJC « La bouilloire » Impasse de l'École à MARCKOLSHEIM



Semaines d'information
sur la santé mentale



VENDREDI 4 OCTOBRE

**DE 18H30 À 19H30 - ZUMBA
PARTY**

**SUR LA PLACE DES QUATORZE
ENTREE LIBRE**

VENDREDI 4 OCTOBRE

À 20H00 - CINÉ-ÉCHANGES

"INDIGO, COULEUR DU TEMPS"

**A LA BOUILLOIRE
ENTREE LIBRE**

MARDI 22 OCTOBRE

À 14H30 -

TEMPS DE PART'ÂGES

BRAINBALL

OUVERT AUX PLUS DE 60 ANS

-

À LA BOUILLOIRE

MARDI 8 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
GROUPE DE PAROLE DE L'UNAFAM ●●●●	Une personne de votre entourage souffre de troubles psychiques : venez en toute confidentialité participer à ce groupe de parole qui soutient les familles et aidants et offre un lieu d'échange et d'écoute sans jugement	- Organisé par l' UNAFAM et animé par le Docteur Philippe MEYER , responsable des urgences et du centre de crise des Hopitaux Universitaires de Strasbourg	> De 18h30 à 20h Au pôle associatif de l'Illiade
MERCREDI 9 OCTOBRE 2024			
ATELIER DE SOPHROLOGIE ●●●●	Atelier de sophrologie proposé aux enfants scolarisés à l'EREA (Etablissement Régional d'Enseignement Adapté)	- Aude Manciet Responsable du Relais Petite Enfance, Éducatrice Jeunes Enfants	> À partir de 14h à l'EREA 38, rue de Sodbronn 67400 ILLKIRCH
« LA PHILOSOPHIE GRECQUE COMME SOIN DE L'ÂME » ●●●●	La philosophie grecque est une philosophie pratique. Loin d'inventer des concepts et des personnages conceptuels, elle s'attache à proposer de mener une vie philosophique. Il s'agira ainsi de réfléchir ensemble, à travers les enseignements d'Héraclite, Pythagore, Empédocle, Epicure, Aristote et bien d'autres, à comment la philosophie peut influencer sur notre santé mentale au quotidien et comment combiner réflexion philosophique et bien-être psychique.	- Pierre BUCKEL , Coordonnateur du Projet Territorial de Santé Mentale, dans le cadre de l'Université Populaire en Santé Mentale de la Maison de la Santé Mentale	> À 19h à 21h Salle des réceptions de l'hôtel de ville 181, route de Lyon 67400 ILLKIRCH Entrée libre inscription : https://my.weezevent.com/la-philosophie-grecque-comme-soin-de-lame
MERCREDI 16 OCTOBRE 2024			
ATELIERS D'INITIATION EN PSYCHO BOXE ●●●●	La psychoboxe a pour but de permettre à un sujet, à travers ses gestes, ses affects et ses représentations, de remettre en jeu l'universalité des processus et la singularité des positions qui émergent de sa confrontation à ce qui lui est violence dans son corps, sa parole et ses actes. La psychoboxe ne se soutient que de l'ouverture d'une scène qui appelle un sujet à interpréter sa violence en la précipitant dans des formes perceptibles.	- Organisé par le CLSM et la Ville d'Illkirch-Graffenstaden Animée par l' association Matit Sport	
FLASH MOB ●●●●	Flash Mob dans le cadre des Semaines d'information en santé mentale. Retrouvons nous en vert sur le marché d'Illkirch à 11 heures pour une flashmob spéciale «santé mentale»	- Organisé par le CLSM , FlashMob animée par les patients et l'équipe des Centre de Jour de Strasbourg Sud et d'Illkirch du Centre Hospitalier d'Erstein, avec la participation des enfants scolarisés à l'EREA et les équipes de l'EREA	> À 11h Au Marché d'Illkirch
STAND DE L'UNAFAM SUR LE MARCHÉ D'ILLKIRCH ●●●●	Stand d'information sur les troubles psychiques tenu par l'UNAFAM	- Organisé par l' UNAFAM délégation du Bas-Rhin	> À partir de 10h Au Marché d'Illkirch
VENDREDI 16 OCTOBRE 2024			
LA CONFUSIONITE ●●●●	Colette Roumanoff, auteure et metteure en scène, a accompagné au quotidien son mari pendant dix ans qui souffrait de la maladie d'Alzheimer. Elle partage son expérience et sa démarche lors de conférences, ainsi qu'avec la pièce de théâtre La Confusionite, créée en 2014. Elle a créé en 2009 le site alzheimer-autrement.org et anime le blog Bienvivreavecalzheimer.com depuis 2013.	- Organisé par la Collectivité Européenne d'Alsace	> À 20h30 A l'Illiade 11, allée Francois Mitterand 67400 ILLKIRCH Entrée Gratuite sur réservation : 0760556100 et par mail: actionsocialeal-sacemoselle@agir-arrco.fr



MARDI 8 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
<p>DOCU DÉBAT « CORPS ET REGARDS : DÉBAT SUR LE POIDS DES PRÉJUGÉS »</p> <p>●●●●</p>	<p>Ce documentaire-débat, aborde les préjugés liés au poids et à l'image corporelle de manière accessible et sensible. À travers des échanges avec des professionnels de santé et des personnes concernées, il met en lumière les effets de la stigmatisation sur la santé mentale et le bien-être. L'objectif est de favoriser une compréhension empathique et d'encourager une culture de respect et d'acceptation dès le plus jeune âge</p>	<p>- CLSM Ville de Bischheim et Schiltigheim Anouchka Roux, diététicienne Marine GRESSLER, Maître de conférences à l'Unistra, docteure en sciences sociales du sport Dre Houria DEMIL, pédiatre spécialisée en médecin de l'enfant et de l'adolescent Dr Rudy CAILLET, Praticien Hospitalier chez Hôpitaux Civils de Colmar, coordinateur du Centre Spécialiste Obésité Alsace</p>	<p>> À 19h30</p> <p>Maison citoyenne et culturelle, Le Sapin Vert 4 Avenue de Périgueux 67800 Bischheim</p> <p>Entrée libre</p>
MARDI 16 OCTOBRE 2024			
<p>JOURNÉE DES AIDANTS</p> <p>●●●●</p>	<p>Tenue d'un stand pour la journée des aidants dans le cadre de la quinzaine du handicap du 8 au 17 octobre</p>	<p>- Organisé par la Ville de Schiltigheim</p>	<p>> De 9h à 14h</p> <p>Ecole Exen 112 route de Bischwiller à Schiltigheim</p>





SAMEDI 5 OCTOBRE 2024			
Titre	Description	Intervenants	Horaires et lieu
JOURNÉE DES AIDANTS ●●●●	Tenue d'un stand dans le cadre de la journée des aidants	- Organisé par la mairie, avec différents partenaires	> Médiathèque du Val d'Argent/Villa Burrus Sainte-Croix-aux-Mines Horaires à venir - Gratuit
MERCREDI 9 OCTOBRE 2024			
MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE ●●●●	Marche pour la santé mentale organisée dans les rues de Sélestat	- Organisé par le par le CLSM de Sélestat la Ville de Sélestat et le GEM l'Echappée avec l'ensemble des membres du CLSM de Sélestat	> Départ à 14h
CINÉ-DÉBAT ●●●●	En suite de la marche pour la santé mentale, projection du film "Le Grand Bain" suivi d'un débat avec la salle.	- Organisé par le par le CLSM de Sélestat et animé par la coordination du CLSM	> Projection à 16h au cinéma « Le Select » de Sélestat 48, rue du Président Poincaré Entrée libre
MERCREDI 16 OCTOBRE 2024			
CONFÉRENCE SUR LES TROUBLES ALIMENTAIRES + EXPOSITION ●●●●	Journée de réflexion sur les questions de santé mentale proposée par l'APEI Centre Alsace	- Organisé par l'APEI Centre Alsace, le déroulé du programme est contenu en annexe du programme	> De 9h à 17h Salle Ste Barbe 2,rue Ste Barbe 67600 SELESTAT Entrée libre, inscription : f.raffath@apeicentrealace.fr





Semaine d'information SUR la santé mentale



SAVERNE



— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

8 - 11 OCTOBRE 2024



www.semaines-sante-mentale.fr



Expositions / ateliers / rencontres / flashmob /
live painting / marche pour la santé mentale / ...

Retrouvez le programme complet sur
www.saverne.fr / Ville de Saverne

Programme proposé par le Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) de Saverne avec
le soutien de l'Agence Régionale de Santé Grand Est, la Ville et le CCAS de Saverne



LES SISM, QU'EST-CE QUE C'EST

Les SISM sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale. Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

LES CINQ OBJECTIFS DES SISM

SENSIBILISER le public aux questions de Santé mentale.

INFORMER, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale.

RASSEMBLER par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.

AIDER au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.

FAIRE CONNAÎTRE les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

« L'activité physique est bonne pour le coeur, le corps et l'esprit (...). Elle réduit les symptômes de dépression et d'anxiété et améliore la réflexion, l'apprentissage et le bien-être général »

C'est ce qu'affirme l'Organisation Mondiale de la Santé dans son rapport mondial de situation sur l'activité physique 2022.



> DU MERCREDI 9 AU VENDREDI 11 OCTOBRE

EXPOSITIONS

> De 10h à 17h (18h le vendredi) / Château des Rohan

Exposition des œuvres réalisées lors des ateliers thérapeutiques des hôpitaux de jour adultes de l'EPSAN à Saverne.

Exposition d'une fresque d'art urbain réalisée en été 2024 par un groupe d'adolescents en atelier thérapeutique au CMP de Saverne, Sarre-Union et Bouxwiller, avec l'artiste Félix Wysocki Apaiz.

Proposées par L'EPSAN, pôle de psychiatrie adulte et infanto-juvénile, secteur Saverne-Alsace Bossue

Les lutins du bonheur : exposition de lutins du bonheur créés en «Land'Art», accompagnés de «recettes du bonheur», par une classe de 4^{ème} et une classe de Ce2 en sorties au Jardin Forêt de la Licorne.

Proposé par le collège et le groupe scolaire Les Sources, avec Lauriane Huntzinger, sophrologue

L'arbre des ressources en santé mentale de Saverne et alentours

Mise en lumière des ressources du territoire en fonction des besoins des personnes qui rencontrent un problème de santé mentale ou qui vivent avec un trouble psychique.

Proposé par l'association JEFF et le Crehpsy Grand Est

Le train des idées positives sur différents thèmes de la vie quotidienne, les visiteurs étant conviés à déposer leurs idées positives dans les wagons.

Proposé par le groupe d'entraide Mutuelle «Le Phare» de Saverne

Le mouvement c'est bon pour le moral : Stopmotion réalisée par les élèves de la classe de 3^{ème} Prépa-métiers du Lycée Jules Verne.

Proposé par le lycée Jules Verne

Messages positifs :)

Proposé par les élèves de l'école primaire du Centre

Clôture des expositions par un moment de convivialité

le vendredi 11 octobre à 17h



> MARDI 8 OCTOBRE

RENCONTRE

«BIEN DANS SON CORPS, BIEN DANS SA TÊTE»

Les bienfaits de la mise en mouvement sur la santé mentale.

Présentation interactive permettant au public d'identifier les possibilités d'intégrer la mise en mouvement dans sa vie quotidienne. Les échanges permettront également de connaître les ressources locales pouvant être mobilisées pour améliorer la santé mentale des personnes âgées vivant en institution ou à domicile.

> de 14h à 16h / EHPAD du Centre Hospitalier Ste Catherine

Ouvert à tous

*Proposé par l'équipe médicale et soignante de
gérontopsychiatrie de l'EPSAN - Villa Dollinger Saverne*

> MERCREDI 9 OCTOBRE

PROMENONS NOUS DANS LE QUARTIER

MARCHE EN CONSCIENCE AU QUARTIER DES SOURCES

Je redécouvre et partage la diversité culturelle de mon quartier au fil des marches en conscience issues des quatre coins du globe.

> de 10h à 11h30 / RDV rue Ruth. Repli au gymnase en cas d'intempéries

Ouvert à tous (adultes)

Proposé par Audrey Fischer, sophrologue

JE LACHE LES ÉCRANS ET JE BOUGE MON CORPS

Atelier de sophrologie ludique parents-enfants du Programme de Réussite Éducative (PRE) des Quartiers Est.

> de 14h à 15h30 / Au gymnase rue Ruth

Réservé au PRE

Proposé par Audrey Fischer, sophrologue



> JEUDI 10 OCTOBRE

S'APAISSER EN PLEINE NATURE

Balade au jardin forêt de la Licorne pour découvrir les activités au calme : marche en conscience, sophrologie, reconnexion à la nature par les 5 sens, jeux d'écriture, ...

> de 9h à 11h / Au jardin forêt de la Licorne

Réservé aux élèves

*Avec Lauriane Huntzinger, sophrologue,
aux côtés de l'infirmière scolaire et des enseignants des
classes participantes de l'école primaire du centre*

ATELIER

« SANTÉ MENTALE ET MOUVEMENT »

Expérimentation de pratiques de pleine conscience et de psychologie positive en mouvement dans un objectif de régulation des émotions et du stress.

> de 14h à 16h30 / Au Château des Rohan

Réservé aux membres du CLSM

Avec Joséphine Marcolé, formatrice en psychologie positive et yoga

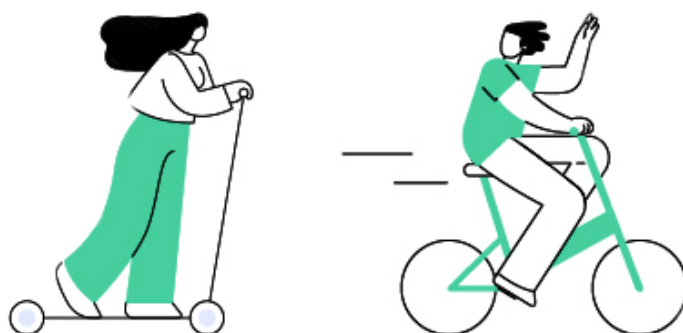
> VENDREDI 11 OCTOBRE

GREEN DAY AU LYCÉE LECLERC

Tous en vert pour une journée dédiée à la santé mentale. Ateliers et ciné-débat.

Réservé aux élèves

*Proposé par le lycée Leclerc
en collaboration avec le Centre National Audiovisuel en Santé Mentale*



> VENDREDI 11 OCTOBRE

DES MAUX EN MOTS, AU MOUVEMENT

« La tempête » Chants et chorégraphies réalisées par les groupes musique et danse du lycée Leclerc

Lecture de textes par les élèves de ST2S du lycée Leclerc. Fruits d'un atelier d'écriture avec Hop'Ado et Lauriane Huntzinger, sophrologue.

Flashmob sur une musique et chorégraphie préparées par l'option danse et les élèves de ST2S du lycée Leclerc

> 14h / Place du Général-de-Gaulle (repli au château en cas d'intempéries)

Ouvert à tous / dress code : une touche de vert

*Proposé par le lycée Leclerc
et l'équipe «Hop'Ado» du Centre Hospitalier Ste Catherine*

MARCHE POUR LA SANTÉ MENTALE

Déambulation festive. Venez nombreux vous faire entendre pour la promotion de la santé mentale ! Distribution gratuite de recettes du bonheur :)

> De 14h à 15h30 / Déambulation en centre-ville à partir de la place du Général-de-Gaulle.

Ouvert à tous / dress code : une touche de vert

*Organisé par les membres du CLSM de Saverne
avec la contribution de l'ESAT APEDI*

LIVE PAINTING

Aventure immersive Fruit de la rencontre entre un artiste, des jeunes en ateliers thérapeutiques et un groupe d'élèves des lycée Leclerc et groupe scolaire Les Sources, une oeuvre artistique se construira en direct, au gré des mots, des ressentis et des couleurs

> De 14h à 17h / Place du Général-de-Gaulle. (repli au lycée en cas d'intempéries)

Ouvert à tous / dress code : une touche de vert

Avec l'artiste plasticien Félix Wysocki Apaiz

Captation vidéo de l'après-midi par les étudiants de l'Institut de Formation en Santé (IFSI) du Centre Hospitalier de Saverne dans le cadre d'un projet en lien avec une démarche de santé publique.

Film qui sera présenté au 44^{ème} Festival Psy de Lorquin

CLÔTURE

Verni-finissage des expositions et clôture de la semaine autour d'un moment de convivialité.

> 17h / Château des Rohan

Ouvert à tous

Organisé par la Ville de Saverne

> DU MARDI 15 AU JEUDI 17 OCTOBRE

ÉCHANGE

« OSONS PARLER DE SANTÉ MENTALE »

Projection de courts métrages pour comprendre et déstigmatiser les troubles psychiques. Échange avec des personnes concernées par les troubles psychiques pour mieux comprendre leurs parcours et leur quotidien.

> Dans les collèges et lycées de Saverne

Réservé aux élèves

*Proposé par le Crehpsy Grand Est
et le GEM «Le Phare» de Saverne*





SAVERNE
MARCHE POUR LA SANTE MENTALE
VENDREDI 11 OCTOBRE
DEPART 14 HEURES
PLACE DU GENERAL DE GAULLE



À VENIR

Plus d'infos :





Sélestat

Alsace Centrale

Sism
Semaines d'information
sur la santé mentale



SELESTAT

MARCHE

POUR LA

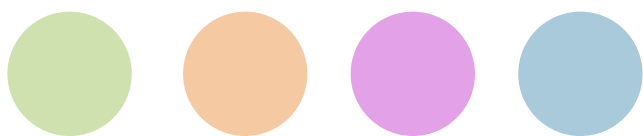
SANTÉ MENTALE



9 OCTOBRE 2024

DEPART A 15 HEURES
PLACE DE LA VICTOIRE





Avec le soutien de
l'Agence Régionale de Santé Grand Est



Pour en savoir plus :

**Page Facebook
Santé mentale 67**



Pour tout contact :

Pierre BUCKEL, coordonnateur du PTSM
pierre.buckel@strasbourg.eu

Lionel ROTOLO, coordonnateur des CLSM
lionel.rotolo@ch-erstein.fr