

36^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
sism



36^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
sism



**SAMEDI 4
OCTOBRE
2025
12h-18h**

GRATUIT
Buffet offert

**Stands, ateliers,
animations, spectacle**

Sous le
haut patronage du
MINISTÈRE
DU TRAVAIL
DE LA SANTÉ
ET DES SOLIDARITÉS

sism Semaines d'information
sur la santé mentale



www.semaines-sante-mentale.fr



Maison de l'Enfance et de la Jeunesse
354 route de l'école - 07230 Lablachère
(reporté en cas de pluie)

Avec le soutien du
**PACTE DES
SOLIDARITÉS**
Agir ensemble pour faire
reculer la pauvreté

Un évènement organisé par le Contrat Local de Santé

Renseignements au 07.48.13.36.84
cls@cdc-vansencevennes.fr
Inscriptions par téléphone ou sur place





La Fresque de la Santé Mentale®

14h-17h

Sur inscription, 8 à 10 participants

Animé par Virginie Deau, fondatrice de Nostra Mente,

organisme de formation aux Premiers Secours en Santé Mentale

L'atelier permet d'aborder les questions suivantes : qu'est ce que la santé mentale ? Qu'est ce qui l'influence ? Quelles sont les stratégies pour prendre soin de sa santé mentale ?

Ateliers proposés par l'équipe du Centre de Réhabilitation Respiratoire de Folcheran :

- **13h-15h30 : "Ma boîte à outil pour prendre soin de moi"**

Sur inscription, 12 participants maximum

Animé par Emma Meyrigne, psychologue clinicienne

- **15h30-16h30 : découverte de la sophrologie**

À travers des exercices de respirations et de mouvements doux

Sur inscription, 10 participants maximum

Animé par Géraldine Giniez, aide soignante - sophrologue



16h30 - SPECTACLE - "Melafile" - Luca Bellezze

Théâtre de rue, clown Tout public - environ 45 minutes



Un personnage qui joue avec un fil et en est fasciné : il le cherche, le déroule, le suit et raconte son chemin.

C'est le fil qui l'unit au public, un fil visible qui parle de l'invisible, le fil qui fait perdre le sens des choses...

Programme

EN CONTINU

STANDS D'INFORMATION

- Centre de Réhabilitation Respiratoire de Folcheran
- Plateforme de répit du Centre Hospitalier des Cévennes Ardéchoises
- Communauté Professionnelle et Territoriale de Santé

LA GRANDE LESSIVE® DE LA SANTÉ MENTALE

Installation artistique éphémère et participative

Animée par le centre socio-culturel Le Ricochet

LE CAFÉ DES FAMILLES (15h-18h)

Un café associatif pour petits et grands proposé par L'îlot Z'enfants



ET AUSSI



Un buffet préparé par

la Gazelle

OFFERT