Semaines d'information sur la santé mentale

34e ÉDITION

PROGRAMME

PUY DE DOME

6 TERRITOIRES

TERRITOIRE D'
AMBERT

TERRITOIRE DE
CLERMONT FERRAND

TERRITOIRE DE
COURNON

TERRITOIRE D'
ISSOIRE

TERRITOIRE DE
RIOM

TERRITOIRE DE
THIERS

LEGENDE :

PUBLIC CONCERNÉ PAR LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

- Tout public
- S'adresse aux jeunes (-18 ans)
- A partir de 18 ans
- Réservé aux professionnels

TERRITOIRE D'
AMBERT

PROGRAMME

11 MERCREDI

10h15-12h15

CINE DEBAT

100 KILOS D'ÉTOILES

Collège Gaspard des Montagnes de St Germain l'Herm

Loïs, 16 ans, n'a qu'un rêve depuis toute petite : devenir spationaute… s'envoler loin de cette Terre où elle se sent si étrangère. Mais elle a beau être surdouée en maths et physique, il y a un problème : Loïs pèse 100 kilos… et pas moyen d'échapper à ce truc de famille qui lui colle à la peau. Alors que tout semble perdu, Loïs rencontre Amélie, Stannah, et Justine, trois adolescentes abîmées comme elle par la vie, prêtes à tout pour partir avec elle dans l'espace…

Projection du film de Marie-Sophie Chambon, suivie d'un débat avec la présence de professionnels de santé des centres hospitaliers d'Ambert et de Thiers :

Laetitia Achaibi psychologue Centre Médico-Psychologique Enfants Adolescents Ambert

Sandy Veyret art-thérapeute Centre Médico-Psychologique Enfants Adolescents Ambert

Sabine Chautard- Croze psychologue médiatrice en santé mentale Ambert

Elèves de 5ème et de 4ème. Parents conviés (payants). Entrées ciné parc: 5,50 €, abonnement : 3,50€.

20h30

CINE DEBAT

100 KILOS D'ÉTOILES

Salle des fêtes de Cunlhat 4 bis rue de Bellevue 63590 Cunlhat

Loïs, 16 ans, n'a qu'un rêve depuis toute petite : devenir spationaute… s'envoler loin de cette Terre où elle se sent si étrangère. Mais elle a beau être surdouée en maths et physique, il y a un problème : Loïs pèse 100 kilos… et pas moyen d'échapper à ce truc de famille qui lui colle à la peau. Alors que tout semble perdu, Loïs rencontre Amélie, Stannah, et Justine, trois adolescentes abîmées comme elle par la vie, prêtes à tout pour partir avec elle dans l'espace…

Projection du film de Marie-Sophie Chambon, suivie d'un débat avec la présence de professionnels de santé :

Céline Rahon psychologue ESAT/EHPAD/SAVS

Céline Piasco psychologue ESAT/EHPAD/SAVS

Tout public. Entrées ciné parc : 5,50 €, abonnement : 3,50€.

14 SAMEDI

10h30-12h30 & 15h00-17h00

ATELIERS

AUTOPORTRAITS

Médiathèque de Cunlhat 4 rue St Pierre 63590 Cunlhat

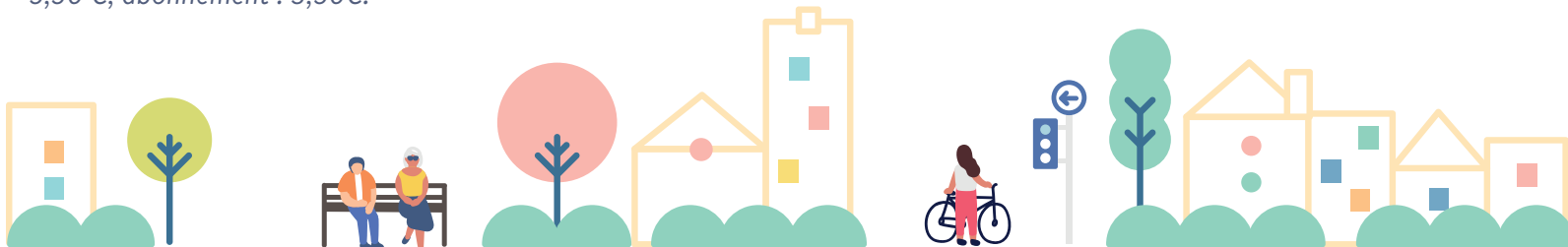
Ateliers de réalisation d'autoportraits animés par Géraldine Nardoux Reyne – plasticienne durant l'exposition « des visages, des figures».

Tout public, sur réservation.

Infos et inscriptions :
04 73 72 31 84

100 KILOS D'ÉTOILES

Visionner la bande annonce :



PROGRAMME

sism

Du 9 au 22 octobre

VIDEOS TEMOIGNAGES

LES AVENTURES DE L'ESAT DE CUNLHAT

Vidéos témoignages de travailleurs handicapés en ESAT et résidents en foyer : « avoir 20 ans en ESAT » , « avoir 30 ans en ESAT ... »

Du 9 au 22 octobre

EXPOSITION PHOTO

CE QUE LES CORPS RACONTENT

Mairie de Cunlhat 2 grande rue 63590 Cunlhat

Photos réalisées par les résidents de l'EHPAD de Cunlhat sur le vieillissement et la dépression. *Tout public, accès libre : lundi de 8h à 12h, mardi de 8h à 12h et de 13h à 17h, jeudi de 8h à 12h et de 13h à 17h et vendredi de 8h à 12h et de 13h à 16h.*

A partir du 9 octobre

BROCHURE D'INFORMATION

TA SANTE MENTALE ON EN PARLE ?

Disponible gratuitement à la *Mission Locale*, au *Forum Jeunes* et à la *Médiation santé* d'Ambert

Brochure d'information sur la santé mentale à destination des jeunes et réalisée en collaboration avec Clara, 20 ans et Victorien, 21 ans. Regards croisés sur les préjugés notamment véhiculés par le cinéma et les séries, repérage des lieux privilégiés pour en parler...

TERRITOIRE DE

CLERMONT FERRAND

PROGRAMME

sism

07 SAMEDI

13h00-17h00

FORUM

A TOUS LES ÂGES DE LA VIE, LA SANTÉ MENTALE EST UN DROIT

Jardin Lecoq 63000 Clermont-Ferrand

Samedi 7 octobre 2023, rendez-vous au jardin Lecoq de 13h à 17h Lancement de la 34ème édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale qui auront lieu du 9 au 22 octobre 2023. Seul, à deux, en famille ou entre amis, venez découvrir des stands d'information, de sensibilisation et d'animation autour de la santé mentale. *Gratuit.*

10 MARDI

09h00-12h00

PORTES OUVERTES

SERVICE MANDATAIRE JUDICIAIRE À LA PROTECTION DES MAJEURS

Croix Marine 17 av. Pasteur 63400 Chamalières

Informations sur les mesures de protection. *Gratuit. Accès libre.*

11h00-15h00

FORUM

UNE PAUSE POUR MOI

Campus des Cézeaux 24 av. des Landais 63170 Aubière

Village bien-être sur le campus des Cézeaux à destination des étudiants. *Gratuit. Libre accès.*

14h00-17h00

PORTES OUVERTES

SERVICE ACCUEIL FAMILIAL ET SERVICE D'INTERMÉDIATION LOCATIVE

Croix Marine 17 rue Pierre Doussinet - Clermont-Ferrand

Informations sur l'accueil familial. *Tout public. Accès libre.*

09h00-12h00 / 13h30-15h30

PORTES OUVERTES

ATELIERS THÉRAPEUTIQUES MADELEINE GAILLARD

32 rue Camille Desmoulins 63000 Clermont-Ferrand

Venez découvrir les ateliers thérapeutiques et rencontrez ses bénéficiaires.

Infos et inscriptions :
communication.cfd@ahsm.fr

17h30-19h00

CONFERENCE

STOP HARCÈLEMENT

Pôle culturel de Croix de Neyrat 13 rue du Solayer 63100 Clermont-Fd

Les phénomènes de harcèlement : mécanismes et pouvoir d'agir de chacun. Mieux armer les enfants contre les mécanismes du harcèlement. Intervenants : la Maison des Adolescents, une psychologue du CHSM, un chef d'établissement scolaire, une conférencière du centre 180° - Chagrin Scolaire, psychopraticienne formatrice. *Gratuit.*

Infos et inscriptions :
04 43 76 27 62 ou directement à l'accueil de la médiathèque

En complément :
Documentaire "Harcèlement scolaire : les indiens contre-attaquent" réalisé par Guillaume Estivie, produit par 416 Productions. Une autre façon d'appréhender le harcèlement, l'isolement et la souffrance à l'école. Emmanuelle Piquet, thérapeute spécialiste de la question, a élaboré une stratégie de défense basée sur la répartie et l'autodérision. Nous avons suivi 4 élèves victimes de harcèlement. *Diffusion sur Public Sénat le samedi 23 septembre à 21h et le dimanche 24 septembre à 9h25.*

PROGRAMME

sism

11 MERCREDI

10h00-11h00

VISITE DECOUVERTE

MA P'TITE BIBLIOTHÈQUE DE BIEN-ÊTRE : JE DÉCOUVRE

Pôle culturel de Croix de Neyrat 13 rue du Solayer 63100 Clermont-Ferrand

Visite découverte de la Médiathèque Jack-Ralite et de l'espace petite enfance et lecture par l'équipe des bibliothécaires. *Pour les parents et leurs enfants de 0 à 3 ans.*

Infos et inscriptions :
04 43 76 27 62 ou directement à l'accueil de la médiathèque

14h30-15H30

ATELIER

LE JARDIN DU DEDANS

Pôle culturel de Croix de Neyrat 13 rue du Solayer 63100 Clermont-Ferrand

Atelier découverte de la santé mentale : Parler de santé mentale avec les enfants, débattre de ce qui la constitue et ce qui peut l'influencer, c'est les aider à comprendre cette composante essentielle de leur santé. *Enfants de 8 à 11 ans.*

Infos et inscriptions :
04 43 76 27 62 ou directement à l'accueil de la médiathèque

14h00-17h00

PORTES OUVERTES

RÉSIDENCE ACCUEIL CROIX MARINE

17 av. de la Chataigneraie 63122 Ceyrat

Découverte et présentation de la résidence. *Tout public. Accès libre.*

09h30-12h30/13h30-15h30

BRADERIE SOLIDAIRE ET CONSEIL EN IMAGE

UN AUTRE REGARD SUR SOI

Centre Hospitalier Sainte-Marie, accès rue Torrilhon 63000 Clermont-Ferrand

La Petite Laine de Madeleine, des Ateliers thérapeutiques Madeleine Gaillard, vous invite à sa braderie solidaire : un troc et une collecte de vêtements !

Plusieurs ateliers vous seront également proposés - **sur inscription** :

- Conseil en image : organisé par *La Cravate Solidaire* (environ 30min)
- Conseil en beauté : animé par *le CHSM* (séance individuelle de 20 min environ)
- Etude colorimétrique : 2 séances proposées par *La cravate solidaire* (10h et 14h, durée 45 min)

Infos et inscriptions :
06 40 72 12 61
communication.cfd@ahsm.fr

18h00-20h00

ATELIER

MA SANTÉ MENTALE EN JEUX

LieU'topie 21 rue Kessler 63000 Clermont-Ferrand

Les adhérents du GEM de Clermont et LieU'topie organisent une soirée de jeux pour sensibiliser et discuter de santé mentale. *Entrée libre. Gratuit.*

+ d'infos : 04 73 27 67 00

PROGRAMME

13 VENDREDI

09h00-10h00

CAFE DES PARENTS

MA P'TITE BULLE DE BIEN-ÊTRE : COMMENT PENSER À SOI AU SEIN DE SA TRIBU

Pôle petite enfance rue de la Grande Combaude 63000 Clermont-Ferrand

Un atelier réservé aux parents pour prendre soin de soi et échanger sur son bien-être. *Gratuit. Sur inscription.* **Infos et inscriptions :** Vanessa 04 73 40 34 52
vgevaudant@ville-clermont-ferrand.fr

16h00-17h15

CAFE DISCUSSIONS

CAFÉ DES AIDANTS : LA SANTÉ MENTALE L'AFFAIRE DE TOUS

Médiathèque Jaude 9 pl. Louis Aragon 63000 Clermont-Ferrand

La santé mentale l'affaire de tous ! Comment aider et soutenir son proche en souffrance psychique et se préserver soi-même ! Venez échanger avec l'UNAFAM et le GEM. *Gratuit.*

14 SAMEDI

11h00-12h00

TABLE RONDE

UN TOIT POUR ALLER MIEUX

Librairie les Volcans 80 bd. François Mitterrand, 63000 Clermont-Ferrand

L'accès et le maintien à un logement décent et abordable est un déterminant de santé mentale essentiel. Pour autant, il n'est pas toujours simple lorsqu'un trouble psychique est présent. Venez échanger et découvrir des ressources autour de cette thématique avec les professionnels du « Un Chez soi d'abord » (CHU, Centre Hospitalier Sainte Marie, Association CECLER) et ceux d'Espérance 63. *Gratuit.*

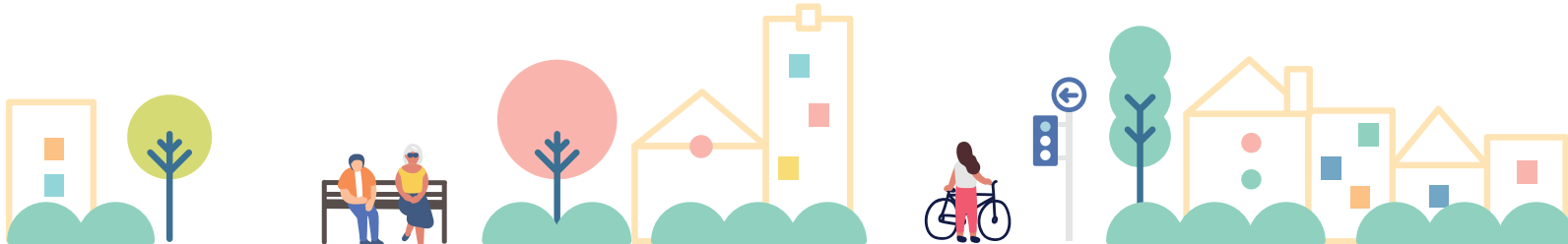
15h00

TABLE RONDE

L'AMOUR DE SOI VA-T-IL DE SOI ?

Librairie les Volcans 80 bd. François Mitterrand, 63000 Clermont-Ferrand

La confiance en soi, l'estime de soi sont les bases de notre bien-être, et pourtant ces deux notions sont souvent mises à mal... Venez partager les réflexions autour de cette question, en présence d'Isabelle Ahsbahs, Coach holistique et identitaire, L'Ode à SOi et Morgane Imbeaud, Auteure-compositrice-interprète française. *Gratuit.*



PROGRAMME

sism

16 LUNDI

14h00

PROJECTION DEBAT

HABITÉS

Salle Georges Conchon Rue Léo Lagrange 63000 Clermont-Ferrand

Projection débat du film « Habités » réalisé par Séverine Mathieu, la rencontre avec quatre habitants de Marseille qui vivent entre raison et déraison. Considérés comme « fous » par la société, ils demeurent néanmoins en ville. Entre des périodes d'hospitalisation, ils tentent de s'élancer vers le monde commun. Débat animé par Dr Pontonnier et Dr Quellien, médecins psychiatres au Centre Hospitalier Sainte Marie. *Entrée libre dans la limite des places disponibles.*

Visionner la bande annonce :

17 MARDI

14h30

PROJECTION DEBAT

ROSE

Cinéma le Rio 178 rue sous les Vignes 63100 Clermont-Ferrand

Projection débat du film « Rose » d'Aurélie Saada. Il n'est jamais trop tard pour renouer avec l'amour... S'il n'y a pas d'âge pour se sentir bien dans sa tête et dans son corps, cette question reste souvent taboue pour les séniors Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, la projection du film « Rose » suivi d'un débat animé par des professionnels de la santé et de la sexualité nous éclaire sur le lien qui unit l'Amour à la Santé. *Entrée 4€*

Visionner la bande annonce :

18h00-20h00

APERO DEBAT

TROUBLE PSYCHIQUE ET EMPLOI, J'EXERCE LE MÉTIER DE MÉDIATEUR DE SANTÉ PAIR

LieU'topie 21 rue Kessler 63000 Clermont-Ferrand

Témoignage de Kevin LEGUET accompagné d'un Infirmier Case Manager, professionnels de santé de l'Equipe d'Intervention Précoce dans les troubles Psychotiques (EIPP). *Gratuit.*

18 MERCREDI

10h00-11h00

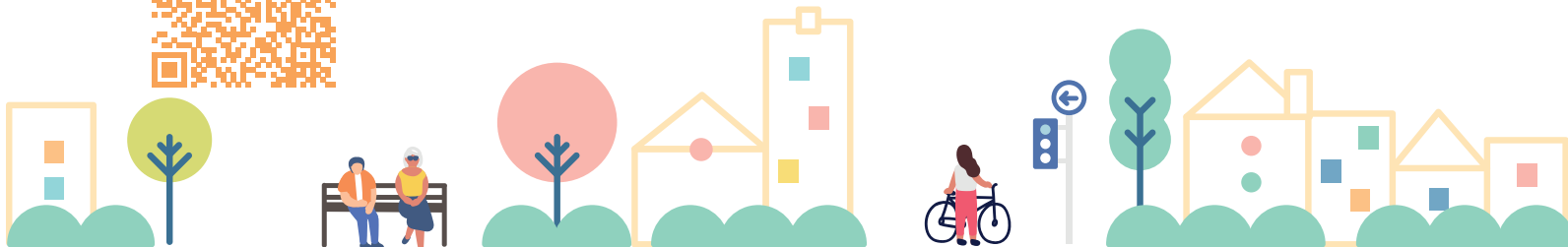
ATELIER PARENTS ENFANTS

MA P'TITE BIBLIOTHÈQUE DE BIEN-ÊTRE : JE CRÉE

Pôle culturel Croix Neyrat 13 rue du Solayer 63100 Clermont-Ferrand

Venez partager un moment de créativité en mouvement, animé par la compagnie Jaïs. *Pour les parents et leurs enfants de 0 à 3 ans. Sur inscription.*

Infos et inscriptions :
04 43 76 27 62 ou directement à l'accueil de la médiathèque



PROGRAMME

sism

18 MERCREDI

14h00-16h30

APRES MIDI RECREATIF INTER GENERATIONNEL

ATELIERS SPORTIFS ET QUIZZ AUTOUR DE LA SANTÉ MENTALE

Parc de la Fraternité Rue des Hauts de Chanturgue, Croix de Neyrat 63100 Clermont-Ferrand

Seul, à deux, en famille ou entre amis, venez vous challenger autour de quizz et d'ateliers sportifs. Un moment de partage et de détente pour tous et toutes organisé par la Mission Sport DDSU, l'équipe de sport adapté et socioesthétique du CHSM, le Dahlir, le GEM et ses adhérents ! Goûter offert par l'associaion CAPPA. Au programme : tir-à-l'arc, basket, pilates... *Tout public, Famille. Sur inscription.*

Infos et inscriptions :
07 61 99 54 16

19 JEUDI

09h00-11h30

CAFE DES PARENTS

COMMUNIQUER AVEC MON ADO

Centre Social de Champratel 13 rue Adrien Mabrut 63100 Clermont-Ferrand

Mode d'emploi pour les parents, café discussion animé par D. Fénéon-Landou, médecin pédopsychiatre au CHU et Anne Reliant, psychologue en pédopsychiatrie au centre Hospitalier Sainte Marie. *A destination des parents d'adolescents. Gratuit. Sur Inscription.*

Infos et inscriptions :
04 73 42 33 50

17h30

SPECTACLE DEBAT

GRANDIR DANS UN MONDE INJUSTE ! PAROLES DE JEUNES

Centre Nelson Mandela 33 Rue Tourrette 63100 Clermont-Ferrand

Harcèlement, racisme, inégalités... L'option théâtre du collège Albert Camus, en partenariat avec la compagnie Les Guêpes rouges, s'interroge sur toutes ces injustices. Le spectacle sera suivi d'un échange avec des professionnels autour de la santé mentale dont la Maison des Adolescents. *Entrée libre dans la limite des places disponibles.*

20 VENDREDI

19h00

SPECTACLE

ÉMOI, HAIS-MOI, ET MOI...

Centre Nelson Mandela 33 rue Tourrette, 63100 Clermont-Fd

Tizi partage sa voie de femme et revisite ses souvenirs d'enfance et d'adolescence auprès d'une mère atteinte du trouble bipolaire. Spectacle de la compagnie Re belles suivi d'un échange avec l'UNAFAM et des professionnels du Pôle de Psychiatrie du CHU. *Possibilité de garde pour les enfants de 3 à 12 ans. Gratuit. Sur inscription.*

Infos et inscriptions :
04 73 40 87 60

21 SAMEDI

16h30-18h00

CONFERENCE DE CLOTURE

L'ÉCOUTE, ÇA VOUS PARLE ?

Maison de la Culture Rue Abbé de l'Epée 63000 Clermont-Ferrand.

L'utilité sociale de SOS Amitié, clôture des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, avec Frank Bellivier, Délégué Ministériel à la Santé Mentale et à la Psychiatrie, Gérard Guieze, Professeur de Philosophie.

Modérateur : Guillaume Gillet Psychologue Clinicien

Une lecture théâtralisée autour de l'écoute sera proposée par la compagnie « Gare a l'art », le visuel de la soirée réalisé par l'artiste SOW AY (Clermont-Ferrand) qui exposera également ses créations. Avec la participation des élèves de l'Institution Sainte-Thérèse Les Cordeliers. *Entrée libre dans la limite des places disponibles.*

PROGRAMME

sism

Du 16 au 20 octobre

EXPOSITION

ARTS MULTIPLES

Centre Nelson Mandela 33 rue Tourrette, 63100 Clermont-Ferrand

Rencontre avec les adhérents du GEM le vendredi 20 octobre à 18h15.

Des actions spécfiques sont organisées tout au long des SISM à destination des étudiants et des scolaires.

L'association médecine et psychanalyse dans la cité tient son colloque « Transmettre, encore ? » les 5, 6 et 7 octobre 2023. Découvrez le programme :

TERRITOIRE DE

COURNON

GEM des dômes

clermont auvergne métropole

PROGRAMME

sism

11 MERCREDI

14h00

ATELIER

LE JARDIN DU DEDANS

Médiathèque Hugo Pratt 1 rue Pierre Jacquet 63800 Cournon d'Auvergne

Sous forme de Kamishibaï (théâtre d'images), parler de santé mentale avec les enfants pour comprendre de manière ludique cette composante essentielle de leur santé.

Famille, dès 7 ans, sur inscription (15 places).

Infos et inscriptions :
04 43 76 27 62

13 VENDREDI

11h00-17h00

PORTES OUVERTES

RENCONTRES AU GEM DE COURNON

GEM 6, avenue de la République 63800 Cournon d'Auvergne

Venez découvrir le GEM, son fonctionnement et toutes les créations réalisées par les adhérents. *Entrée libre.*

+ d'infos : 04 73 79 02 79

Du 10 au 21 octobre

EXPOSITION

LE REFLET DE NOS AMES

Médiathèque Hugo Pratt 1 rue Pierre Jacquet 63800 Cournon d'Auvergne

Découverte des portraits des adhérents du GEM de Cournon qui mettent en lumière ce qui dans leur environnement leur permet d'aller bien. *Entrée libre sur les horaires de la Médiathèque.*

TERRITOIRE D'
ISSOIRE

Ville d'Issoire · GEM des dômes · CLIC Issoire Bassin Montagne · Association Hospitalière Sainte-Marie · E.H.P.A.D La Providence · Centre Hospitalier Paul Ardier Issoire · ars Agence Régionale de Santé Auvergne-Rhône-Alpes · La Licorne fabrique de territoire · Maison du Social CCAS Issoire · Sport et Santé Pour Tous 63 · E.63 Espérance63 · unafam Puy-de-Dome · Agglo Pays d'Issoire · Le Modern · Puy-de-Dome Mon Département · IREPS Auvergne Rhône-Alpes · Isis

PROGRAMME

sism

10 MARDI

À partir de 18h00

VERNISSAGE EXPOSITON

FRESQUE : «AU FIL DE LA VIE, RACONTE-MOI TON BIEN ÊTRE»

Cinéma le Modern Place du Postillon 63500 Issoire

Venez découvrir une expérience de création collaborative et transgénérationnelle avec pour seule consigne : comment aller bien et être heureux ?

Par une approche résolument positive, la création de cette fresque se base sur les témoignages d'enfants, jeunes et adultes aux visions et réalités différentes. Elle permet de prendre conscience et d'illustrer de manière singulière et collective notre représentation du bien être à tous les âges de la vie.

Et vous, partagerez-vous dans cette œuvre une vision semblable à ce qui vous fait vous sentir bien ?

Gratuit.

+ d'infos : 04 73 55 06 83

19h00

CINE DEBAT

VICE-VERSA

Cinéma le Modern Place du Postillon 63500 Issoire

Projection d'un long métrage suivi d'un échange avec des professionnels de santé autour des émotions de l'enfant et l'adulte.

Synopsis : « Au Quartier Général, le centre de contrôle situé dans la tête de la petite Riley, 11 ans, cinq Émotions sont au travail.

À leur tête, Joie, débordante d'optimisme et de bonne humeur, veille à ce que Riley soit heureuse. Peur se charge de la sécurité, Colère s'assure que la justice règne, et Dégoût empêche Riley de se faire empoisonner la vie – au sens propre comme au figuré. Quant à Tristesse, elle n'est pas très sûre de son rôle. Les autres non plus, d'ailleurs…

Lorsque la famille de Riley emménage dans une grande ville, avec tout ce que cela peut avoir d'effrayant, les Émotions ont fort à faire pour guider la jeune fille durant cette difficile transition. Mais quand Joie et Tristesse se perdent accidentellement dans les recoins les plus éloignés de l'esprit de Riley, emportant avec elles certains souvenirs essentiels. Peur, Colère et Dégoût sont bien obligés de prendre le relais et de gérer, tant bien que mal, la situation…»

Gratuit, dans la limite des places disponibles. Tout public, famille et enfants.

+ d'infos : 04 73 55 06 84

Visionner la bande annonce :

14 SAMEDI

10h00-17h30

PORTES OUVERTES

A LA DÉCOUVERTE DE LA LICORNE, LIEU DE RENCONTRE ET DE CULTURE !

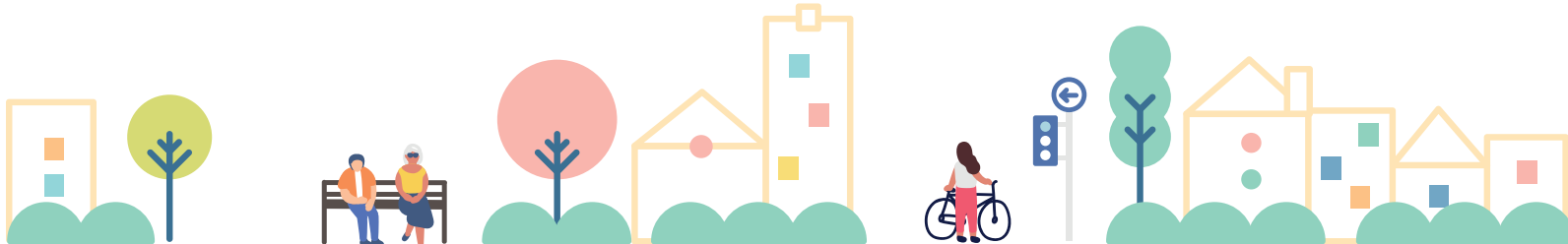
9 Rte de Brioude, 63340 Saint-Germain-Lembron

Ce samedi 14 octobre, venez visiter la Licorne et découvrir à l'occasion d'un double évènement sur la santé mentale et la littérature jeunesse une sélection d'ouvrages sur ces thématiques, et échanger avec des auteurs et illustrateurs jeunesse !

Gratuit.

Le saviez-vous : La culture et l'art peuvent être bénéfiques pour la santé tant physique que mentale. Plus précisément, la visite de sites culturels et l'art sont associés à la prévention du stress, en plus de permettre de renforcer l'estime et la confiance en soi d'après l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS)

+ d'infos : 04 63 80 92 64



EXPOSITION

sism

Du 9 au 22 octobre

FRESQUE

AU FIL DE LA VIE RACONTE MOI TON BIEN ETRE

Cinéma le Modern Place du Postillon 63500 Issoire

Venez découvrir une expérience de création collaborative et transgénérationnelle avec pour seule consigne : comment aller bien et être heureux ? Par une approche résolument positive, la création de cette fresque se base sur les témoignages d'enfants, jeunes et adultes aux visions et réalités différentes. Elle permet de prendre conscience et d'illustrer de manière singulière et collective notre représentation du bien être à tous les âges de la vie. Et vous, partagerez-vous dans cette œuvre une vision semblable à ce qui vous fait vous sentir bien ? *Entrée libre sur les horaires d'accueil du cinéma.*

TERRITOIRE DE

RIOM

PROGRAMME

sism

16 LUNDI

09h30-11h00

ATELIER

RELAXOLOGIE

CLIC 51 Rue Lafayette 63200 Riom

Réapprendre à se détendre, lâcher prise, grâce à des exercices simples d'étirements doux, de respiration et de visualisation positive, afin d'acquérir des outils pour gérer au mieux les tracas du quotidien.

Pour les personnes de plus de 60 ans. Sur inscription.

Infos et inscriptions :
04 73 33 17 64

18 MERCREDI

14h00-16h00

ATELIER

LE JARDIN DU DEDANS

CPH CECLER 1, rue de la Croix de Fer 63200 Pessat-Villeneuve

Présentation/ lecture du Kamishibai « Les jardins du Dedans » auprès des enfants du territoire RLV. Une lecture de contes complétera l'animation.

Gratuit, sur inscription, jeune public (6-11 ans).

Infos et inscriptions :
Justine Léonard 07 62 28 01 48

Du 9 au 22 octobre

PROJECTIONS-DEBATS

SANTE MENTALE PARLONS-EN

Collèges du territoire

Projections-débats de courts-métrages autour de la santé mentale, animé par RLV Info Jeunes, la ville de Riom et l'équipe ELISE du CH Sainte-Marie au sein de collèges du territoire.

Du 9 au 22 octobre

TABLES THEMATIQUE

SANTE MENTALE

Médiathèque des Jardins de la Culture 2t Faubourg de la Bade 63200 Riom

Mise à disposition de ressources autour de la santé mentale (romans, documentaires, témoignages, romans graphiques, livres enfants, etc.) par la médiathèque de RLV.

+ d'infos : 04 73 64 63 00

Du 10 octobre au 5 décembre

ATELIERS THERAPEUTIQUES

REDUIRE SON STRESS ET AMELIORER SON BIEN ETRE

Mission locale 3 avenue de châtel-guyon 63200 RIOM

Utilisation d'un programme de psychologie positive qui vise à développer la flexibilité psychologique accrue pour appréhender la vie (quotidienne, relationnelle, familiale, professionnelle) de façon plus sereine et cohérente ; cela en activant des comportements davantage bienveillants et en accord avec ses valeurs, tout en réorientant l'attention vers les éléments satisfaisants et aidants.

Infos et inscriptions :
Frédérique DUCROS au 04 73 38 50 13

Du 9 au 22 octobre

MICRO TROTTOIR

SANTE MENTALE

Site internet et réseaux sociaux de la ville de Riom

Diffusion de 7 vidéos reprenant les réponses données à 7 questions et affirmations lors d'un micro-trottoir autour de la santé mentale, avec conclusion d'un expert sur chaque sujet. L'objectif est de casser les clichés entourant la santé mentale, d'informer et de porter le sujet dans l'espace public.

+ d'infos : 04 73 33 49 00

27, 28 et 30 octobre

ATELIER

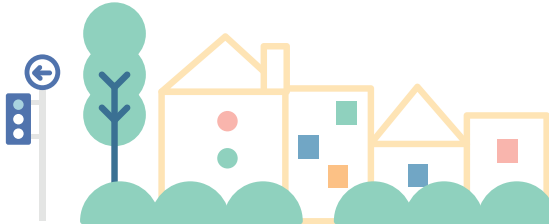
GESTION DU STRESS

RLV info jeunes 4-6 place Saint Jean 63200 Riom

Comprendre d'où vient le stress, pourquoi il a tels effets et comment trouver des pistes pour apprendre à le gérer.

Gratuit, à partir de 14 ans. Atelier de 14h à 17h.

Infos et inscriptions : 04 73 64 16 12



EXPOSITIONS

sism

Du 9 au 22 octobre

EXPOSITION

UN REGARD DIFFERENT

Maison des Solidarités de Riom 10 rue Antoine Arnaud 63200 Riom
Photos prises par les adhérents du GEM sur le thème de la nature. *Tout public. Entrée libre du lundi au vendredi 8h30-12h-30 13h30-17h.*
+ d'infos : 04 73 64 53 70

Du 9 au 22 octobre

EXPOSITION

AQUARELLES

CLIC 51 Rue Lafayette 63200 Riom
Exposition des réalisations dans le cadre d'un atelier aquarelle accueillant les bénéficiaires de l'Epicerie Solidaire La Marguerite et les Seniors du CLIC. *Tout public. Entrée libre du lundi au jeudi 9h00-12h30 13h30-17h00.*
+ d'infos : 04 73 33 17 64

Du 9 au 22 octobre

EXPOSITION PHOTOS

CHANGEONS DE REGARD

Salle de la Source 6 rue de la Libération, 63530 Volvic
Exposition de portraits de bénéficiaires d'Espérance 63. *Entrée libre. Tout public.*

Du 9 au 22 octobre

EXPOSITION PHOTOS

MYTHES ET REALITES

Hall du Théâtre et résidence Les Jardins d'Arcadie 63140 Châtel-Guyon
Le domaine de la psychiatrie et de la santé mentale inspire de nombreuses idées reçues, de nombreux mythes, souvent négatifs et qui nourrissent des attitudes stigmatisantes et discriminatoires. C'est en confrontant ces mythes à la réalité que l'on peut déconstruire ces idées reçues, et espérer changer les comportements. *Entrée libre.*

TERRITOIRE DE
THIERS

PROGRAMME

10 MARDI

09h00-12h00 & 13h30-16h30

ATELIER

ESTIME DE SOI, CONFIANCE ET IMAGE DE SOI

Mission locale de Thiers 20 rue des Drs Dumas 63300 Thiers
Atelier animé par Valérie Buisson, Préparatrice Mentale depuis 16 ans, Diplômée Universitaire, Enseignante Université Clermont Auvergne « les facteurs psychologiques de la performance », Consultante en Bilan de compétences, Conférencière et Formatrice en Préparation mentale, Podcasteuse « L'ÉmerveilleS », Animatrice radio « MC Radio »
A destination des jeunes suivis par la mission locale dans le cadre du Contrat Engagement Jeune.
Infos et inscriptions :
04 73 80 49 69

12 MERCREDI

14h00-16h00

ESPACE DE PAROLES ET DE LIENS

GROUPE DE PAROLES

CCAS 14 rue Pasteur 63300 Thiers
Les habitants du centre ancien de Thiers viennent parler de leur tracas, préoccupations du quotidien – les solutions sont trouvées chez les autres. Animé par EPE 63 et Atrium
Tout public. Accès libre.

14h00-16h00

PORTES OUVERTES

UDAF 63

Pension de famille de Chabreloche La Croix du Poyet 63250 Chabreloche
Visite de la pension de famille (UDAF) de Chabreloche qui a ouvert ses portes en septembre 2023. *Tout public. Accès libre.*

18 MERCREDI

18h30

CINE DEBAT

DANS MA TÊTE

ATRIUM 25 avenue de Cizolles 63300 Thiers
Projection de 3 courts métrages, 3 visions de la santé mentale chez les jeunes
Animé par Tiphaine Lamy, coordinatrice EPE63.
Accès libre. Tout public à partir de 14 ans.

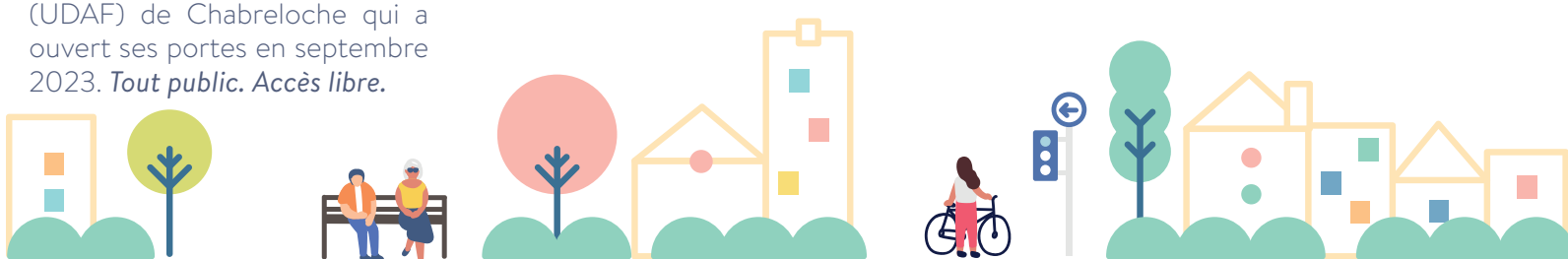
20h30

CINE DEBAT

100 KILOS D'ÉTOILES

Salle des fêtes de Puy-Guillaume 1 place Jean Jaurès 63290 Puy-Guillaume
Loïs, 16 ans, n'a qu'un rêve depuis toute petite : devenir spationaute... s'envoler loin de cette Terre où elle se sent si étrangère. Mais elle a beau être surdouée en maths et physique, il y a un problème : Loïs pèse 100 kilos... et pas moyen d'échapper à ce truc de famille qui lui colle à la peau. Alors que tout semble perdu, Loïs rencontre Amélie, Stannah, et Justine, trois adolescentes abîmées comme elle par la vie, prêtes à tout pour partir avec elle dans l'espace...
Projection du film de Marie-Sophie Chambon, suivie d'un débat avec la présence de professionnels de santé du centre hospitalier de Thiers :
Dr Marlène Grand Ravel psychiatre service de psychiatrie adulte
Nathalie Hamery psychologue Centre Médico-Psychologique Enfants Adolescents
Tout public. Entrées ciné parc: 5,50 €, abonnement : 3,50€.

Visionner la bande annonce :



ATELIERS

Du 9 au 22 octobre

ATELIER

BIEN ETRE AU NATUREL

Centre Social Intercommunal « l'Orangerie »
13 rue du Moutier 63300 Thiers

Ateliers « prendre soin de soi » et ouvrages à découvrir dans la bibliothèque éphémère.
Tout public. Accès libre.
Renseignements : 04 15 80 00 06

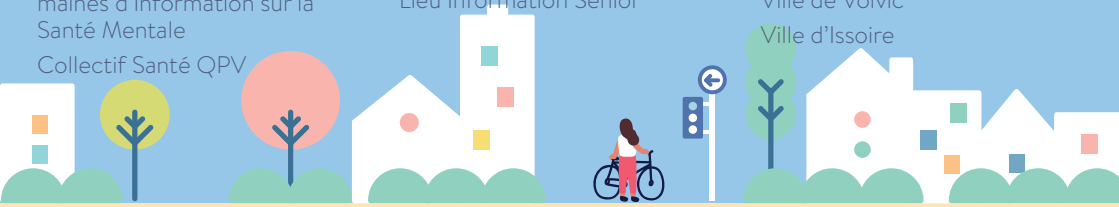
Du 9 au 22 octobre

ATELIER

OBJECTIF DETENTE

Bibliothèques du territoire

Ateliers : cuisine autour du manger sain, méditation, relaxation, contes organisés par le Centre Social Intercommunal « l'Orangerie ».
Tout public. Accès libre.
Renseignements : 04 15 80 00 06

REMERCIEMENTS

Académie de Clermont-Ferrand
Ambassadeurs Santé Mentale (Unis'Cité)
ARHM Fondation
ARS
Association ISIS
Association « par ici la résilience »
Association ADACL
Association La Brèche
Atelier Santé Ville
CAPPA
CCAS de Clermont-Ferrand
CCAS de Riom
CCAS de Thiers
CCAS d'Issoire
Centre Hospitaler Paul Ardier
Centre Hospitalier Sainte-Marie
Centre Hospitalier Universitaire de Clermont-Ferrand
Centre Médico-Psychologique Enfants et Adolescents du Centre Hospitalier de Thiers
Centre Référent Conjoint de Réhabilitation
Centre social intercommunal Thiers Dore et Montagne
Cinéma Le Modern
Cinéma Le Rio
Ciné Parc
Clermont-Auvergne Métropole
CLIC Issoire bassin Montagne
CLIC Riom Limagne
CMP d'Issoire
Collectif nationnal des Semaines d'Information sur la Santé Mentale
Collectif Santé QPV
Collège Albert Camus
Collège de St Germain l'Herm
Conseil départemental 63
Conseils citoyens Centre ancien
CPH Cecler
DAHLIR
EHPAD La Providence
EHPAD de Cunlhat (AUPERAS)
EPCI Agglo Pays d'Issoire
EPCI Ambert Livradois Forez
EPCI Riom Limagne & Volcans
EPCI Thiers Dore et Montagne
EPE 63
Espérance 63
Essor 63
Etudiants Relais
Foyer Atrium
Foyers d'adultes de Cunlhat (AUPERAS)
Foyer de jeunes travailleurs d'Issoire
France Bleu Pays d'Auvergne
GEM des Dômes
Graines d'avenir
Institut des métiers Clermont-Ferrand
Institution Sainte-Thérèse Les Cordeliers
IREPS
La Comédie
La Cravate Solidaire
La Petite Laine de Madeleine
Les pâtes au beurre
Librairie Les Volcans
Lieu Information Senior
Lieu'Topie
Maison des Adolescents
Maison des Solidarités d'Ambert
Maison des Solidarités de Riom
Maison des Solidarités d'Issoire
Médiathèque de Cunlhat
Médiathèque de Riom
Médiathèque La Licorne
MGEN
Mille Formes
Mission locale d'Ambert
Mission locale de Riom
Mission locale de Thiers
Pôle Petite Enfance Famille La Gautière
Réseau des médiathèques de Clermont Auvergne Métropole
Service de médiation en santé du Centre Hospitalier d'Ambert
Service de psychiatrie du Centre Hospitalier de Thiers
Service de Santé Universitaire
Service Université Culture
SOS Amitié
Sport Santé Pour Tous 63
UDAF 63
UNAFAM 63
Université Clermont Auvergne
Ville de Chatel-Guyon
Ville de Clermont-Ferrand
Ville de Cournon
Ville de Cunlhat
Ville de Puy-Guillaume
Ville de Riom
Ville de Volvic
Ville d'Issoire