

35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale

sism



— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024

Dès le 20 septembre
à Saint-Étienne Métropole !



+ d'infos

saint-etienne-metropole.fr

Saint-Étienne
Ville créative design

Semaines d'information
sur la santé mentale

sism

ars
Agence Régionale de Santé
Auvergne-Rhône-Alpes

ch_{saint-étienne}

SÉM
SAINT-ÉTIENNE
la métropole



Édito

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, « la santé mentale est un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».

Lorsque l'on parle de santé, on pense en premier lieu à l'état de santé physique. La santé mentale est en effet souvent oubliée, alors qu'elle

contribue pleinement à notre santé générale et est tout aussi importante, quels que soient notre âge et notre parcours de vie.

La Ville de Saint-Étienne et Saint-Étienne Métropole vous proposent aux côtés de nombreux partenaires, une programmation riche d'animations et d'événements à destination de tous, pour sensibiliser et informer sur la santé mentale, dans le cadre des Semaines d'information en santé mentale (SISM).

Le collectif national a choisi, pour ces SISM 2024, de promouvoir la thématique « En mouvement pour notre santé mentale ». Ce thème a inspiré de nombreux acteurs locaux, qui se sont mobilisés pour proposer une programmation créative et ambitieuse.

C'est ainsi que du 20 septembre au 20 octobre, chacun pourra participer à des actions de « bien être » et s'informer sur la santé mentale au travers d'animations, d'ateliers et de rendez-vous variés, adaptés à toutes les générations et aux expériences de chacun.

Afin de faire découvrir ce qu'est la santé mentale et vous permettre d'échanger avec des professionnels, le bus promotion en santé mentale sillonnera la Métropole.

Je suis fier de constater que la dynamique locale autour de ce sujet majeur se poursuit et contribue à développer un environnement favorable à la santé sur notre territoire. C'est en effet en associant toutes les forces vives que nous pourrons faire progresser ensemble la connaissance de tous sur cet enjeu majeur, et mieux aider toutes celles et tous ceux qui en ont besoin.

Aux côtés de l'ensemble des partenaires du Conseil Local en Santé Mentale, je vous invite à échanger sur « le mouvement » à partir des évolutions dans la prise en charge de la santé mentale pour chacun d'entre nous : la plénière est prévue le 24 septembre.

Je tiens à remercier chaleureusement tous les partenaires qui se sont pleinement mobilisés pour offrir une très belle programmation et je vous invite à venir nombreux à ces rendez-vous !

Gaël Perdriau
Maire de Saint-Étienne
Président de Saint-Étienne Métropole

LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE C'EST :



70

PARTENAIRES



41

ACTIONS



1

**SÉANCE
PLÉNIÈRE**



8

**PERMANENCES
DU BUS DE LA
SANTÉ MENTALE**

TOUT AU LONG DES SISM

ATELIERS PHOTO PARTICIPATIFS SUIVIS D'UNE EXPOSITION « VOIR AU-DELÀ »

Participer à l'atelier et utiliser l'outil photographique pour représenter un état intérieur : rendre visible ce qui n'est pas directement perçu de la santé mentale.

Gratuit
Sur inscription : sandrinemelliere@gmail.com

LES ATELIERS

LE 1^{ER} OCTOBRE DE 14 H À 17 H

Aléatronome
15 rue Henri Gonnard
Saint-Étienne

LE 2 OCTOBRE DE 14 H À 16 H

La Cale
20 rue Royet
Saint-Étienne

LE 11 OCTOBRE DE 14 H À 16 H

Les Moyens du Bord
38 rue de la Résistance
Saint-Étienne

EXPOSITION - RESTITUTION DES ATELIERS

LE 26 OCTOBRE DÈS 19 H

Aléatronome
15 rue Henri Gonnard
Saint-Étienne

ATELIERS SLAM PARTICIPATIFS

Les slammeurs Scribzone et Slamdog Visionnaire vous proposent d'écrire et de déclamer vos textes. Bougeons les lignes autour de la santé mentale !

Gratuits
Sur inscription : slamennostroubles@gmail.com

LES ATELIERS

LE 1^{ER} OCTOBRE DE 14 H À 17 H

Aléatronome
15 rue Henri Gonnard
Saint-Étienne

LES 2, 9 ET 16 OCTOBRE DE 14 H À 16 H

La Cale
20 rue Royet
Saint-Étienne

LES 11 ET 25 OCTOBRE DE 14 H À 16 H

Les Moyens du Bord
38 rue de la Résistance
Saint-Étienne

SOIRÉES SLAM

RESTITUTION DES ATELIERS

LE 18 OCTOBRE DE 20 H À 23 H

La Cale
20 rue Royet
Saint-Étienne

LE 26 OCTOBRE DE 20 H À 22 H

Aléatronome
15 rue Henri Gonnard
Saint-Étienne

BUS DE LA SANTÉ MENTALE

DU 25 SEPTEMBRE AU 17 OCTOBRE

En partenariat avec l'UDAF

Venez échanger avec des acteurs de la santé mentale et des professionnels des communes sur la santé mentale, ses composantes et ce qui l'influence. La santé mentale n'aura plus de secret pour vous !

Accès libre, gratuit

LE 25 SEPTEMBRE DE 9 H À 12 H

Place du marché
Saint-Paul-en-Jarez

LE 26 SEPTEMBRE DE 9 H 30 À 12 H

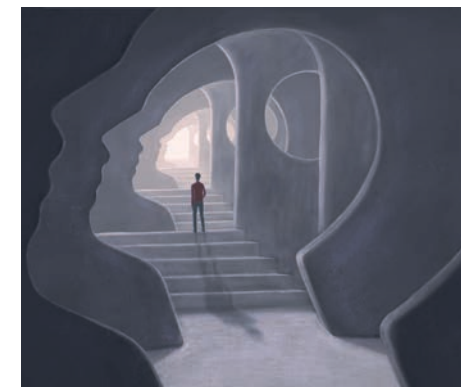
Place Boivin
Saint-Étienne

LE 2 OCTOBRE DE 9 H À 12 H

Place du marché
L'Étrat

LE 3 OCTOBRE DE 13 H 30 À 16 H 30

Place du marché - La Chapelle
Andrézieux



LE 9 OCTOBRE DE 9 H À 12 H

Place du marché
Genilac

LE 11 OCTOBRE DE 9 H À 12 H

Place du marché
La Fouillouse

LE 15 OCTOBRE DE 9 H À 12 H

Place du marché
Rive-de-Gier

LE 17 OCTOBRE DE 13 H 30 À 16 H 30

Place du marché
Lorette



TOUT AU LONG DES SISM

SUITE

FESTIVAL RADIODIOPHONIQUE

DU 19 SEPTEMBRE

AU 17 OCTOBRE

LES MARDIS ET JEUDIS DE 16 H À 17 H

Radio Dio diffusera des émissions parlant de parcours d'usagers de la psychiatrie.

En plus des mardis et jeudis, la radio recevra le 18 septembre de 12 h à 13 h *Les Moyens du Bord*, *Pairs à Bord* et le *Remue-Méninges* pour présenter les structures dédiées à l'accueil de personnes concernées par un trouble psychique. Le 16 octobre de 12 h à 13 h, les trois structures seront invitées pour revenir sur ces quatre semaines d'émission.

A écouter sur Radio Dio
89.5 FM – radiodio.org

FORMATION « ÉVALUATION DU POTENTIEL SUICIDAIRE ET ORIENTATION »

LES 1^{ER} ET 15 OCTOBRE

Réservé aux professionnels de santé et du social

Formez-vous pour :

- Être en mesure d'évaluer, au moyen d'une investigation clinique adéquate, le risque suicidaire chez une personne, le degré de dangerosité (léthalité du moyen), d'urgence (imminence du passage à l'acte) et de risque de passage à l'acte
- Orienter vers un intervenant de crise ou autres ressources en fonction de l'évaluation
- Connaître ses propres limites et savoir comment se préserver.

Gratuit

Sur inscription :

formation42@promotion-sante-ara.org

Contact : 04 77 32 33 20

 **Saint-Étienne**



EXPOSITION SUR LE RÉTABLISSMENT ET JOURNÉES PORTES OUVERTES

DU 7 AU 20 OCTOBRE

Venez découvrir La Fabrique des Météores, le nouveau groupe d'entraide mutuelle installé à Saint-Étienne et échanger avec ses adhérents.

Accès libre, gratuit

Contact : saintementale@gmail.com

 **La Fabrique des Météores**
7 rue du Onze Novembre
Saint-Étienne

SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE AU LYCÉE D'ANDRÉZIEUX

DU 14 AU 18 OCTOBRE

Réservé aux élèves du lycée

Durant une semaine, les lycéens bénéficieront de différentes interventions proposées en partenariat avec le Centre Médico-psychologique d'Andrézieux, l'équipe du Centre Inter-sectoriel de Crise et d'alternative à l'hospitalisation (3114) et l'équipe Psyprem's.

 **Lycée François Mauriac**
26 rue des Bullieux
Andrézieux-Bouthéon

TOUT AU LONG DES SISM

SUITE



CONGRÈS NATIONAL DU GROUPE D'ÉTUDES ET DE PRÉVENTION DU SUICIDE

**GÉNÉRATION Z : LA PRÉVENTION
DU SUICIDE À L'ÉPREUVE DES
JEUNESSES CONTEMPORAINES**

DU 7 AU 10 OCTOBRE

*En lien avec le CHU et Réhacoor
Avec le soutien de la Ville de Saint-Étienne et Saint-Étienne Métropole*

La Génération Z, âgée de 15 à 30 ans, est fortement touchée par les crises récentes comme la pandémie et les préoccupations environnementales. Les troubles mentaux augmentent chez les jeunes, en particulier chez les adolescentes, alors qu'ils diminuent chez les adultes. Pour répondre à ce défi, la prévention du suicide doit s'intensifier grâce à une mobilisation accrue. Ces journées offriront des exposés scientifiques, des présentations d'outils et des témoignages pour mieux comprendre et enrichir les efforts de prévention du suicide.

Payant

Sur inscription : gepscongres.com/inscription

Centre de Congrès
23 rue Pierre et Dominique Ponchardier
Saint-Étienne

ÉCHANGE - L'ACTIVITÉ PHYSIQUE SUR ORDONNANCE

La pratique d'activité physique impacte de manière bénéfique la condition physique des individus, mais est désormais reconnue comme efficace dans différents troubles mentaux comme le trouble dépressif caractérisé d'intensité légère à modérée, les troubles psychotiques, la schizophrénie.

Alors qui peut initier une ordonnance d'activité physique, qui peut la renouveler, pourquoi prescrire ?

La Communauté Professionnelle Territoriale de Santé du Grand Saint-Étienne vous invite à échanger sur ce sujet.

**DATE ET LIEU DE LA RENCONTRE
DÈS LE 2 SEPTEMBRE SUR LE SITE
GRANDSAINTETIENNE.FR**

Accès libre, gratuit
Renseignements : coordination@grandsaintetienne.fr



EXPOSITION BORD D'ART LINE

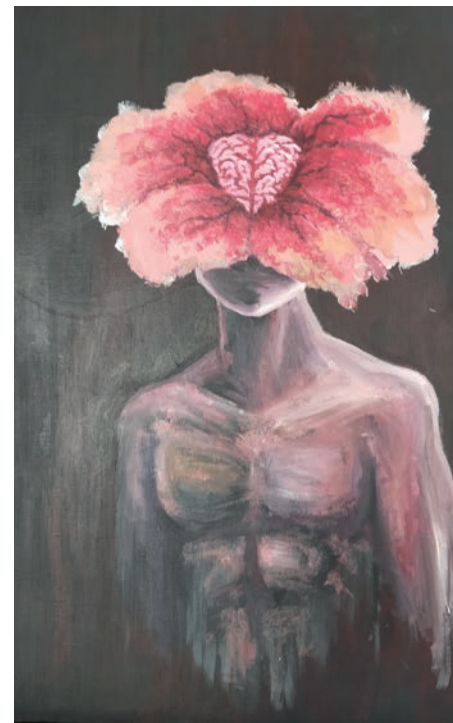
DU 6 AU 18 OCTOBRE

Les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle « Les Moyens du Bord » présenteront leurs créations au musée.

Un cube sera exposé afin de transmettre des témoignages, des paroles de personnes concernées par un trouble psychique. Le cube, c'est aussi donner la parole à des personnes que l'on n'entend pas souvent exprimer leurs désirs, leurs craintes, et leurs joies...

Tarifs et horaires du musée

Musée d'Art et d'Industrie
2 place Louis Comte
Saint-Étienne



L'ALPHÉE EN MOUVEMENT

DU 7 AU 21 OCTOBRE

*Réservé aux personnes hospitalisées
en psychiatrie adulte*

L'Alphée, Espace social, est un lieu de soins où l'équipe pluridisciplinaire vous prend en charge sur votre temps de présence.

Ce lieu d'accueil, de prévention, de rencontre, d'information et d'orientation dédié à la santé mentale au CHU de Saint-Étienne proposera une programmation spécifique durant les SISM.

Le mouvement est essentiel pour une bonne santé mentale. C'est pour cela que les patients profiteront d'interventions inspirantes de spécialistes en hygiène alimentaire et sport, de sessions d'éveil musculaire et de sport revitalisantes, et exploreront les bienfaits de la nature avec des activités artistiques.

Chaque activité sera une opportunité de se ressourcer et de prendre soin de soi, tout en s'amusant et en partageant des moments précieux avec les autres.

Gratuit

CHU de Saint-Étienne
Avenue Albert Raimond
Saint-Priest-en-Jarez

PROGRAMMATION SISM

Samedi 21 septembre

JOURNÉE ITINÉR'AIR

Comment améliorer la qualité de l'air intérieur ? A l'occasion de la semaine du développement durable, la direction santé publique vous partage les bonnes pratiques à adopter. Car prendre soin de son air intérieur, c'est aussi prendre soin de sa santé environnementale et mentale !

Gratuit, accès libre

De 10 h à 17 h

**Quartier
Tarentaise-Beaubrun**



Mardi 24 septembre

SÉANCE PLÉNIÈRE DU CONSEIL LOCAL EN SANTÉ MENTALE : OUVERTURE OFFICIELLE DES SISM

AU PROGRAMME

MATIN :

- Mot d'accueil
- Intervention du Pr Catherine Massoubre sur l'histoire et les évolutions de la psychiatrie au CHU de Saint-Étienne.
- Conférence de Laure Mayoud, psychologue clinicienne, créatrice des « prescriptions culturelles », nouveaux remèdes d'une profonde empathie, qui invitent le patient à contempler la beauté naturelle et culturelle qui l'entoure. L'occasion de découvrir cette innovation soignante certifiée Qualiopi.

APRÈS-MIDI :

Découverte du rôle de chaque dispositif en matière de soins en santé mentale : entre les groupes d'entraide, la pair-aidance, les centres médico-psychologiques, et les équipes mobiles, comment se repérer ?

**Gratuit, sur inscription avant le 20 septembre :
promotionsante@saint-etienne.fr**

De 9 h à 17 h

**Salle de conférence du CDOS
4 rue des trois meules
Saint-Étienne**



Jeudi 26 septembre

PETIT DÉJ' - THÈME BILAN DE SANTÉ

L'examen de prévention en santé est un bilan personnalisé proposé par l'assurance maladie. 100% pris en charge, c'est un moment privilégié pour faire le point sur sa santé et bénéficier d'un accompagnement. Découvrez ce dispositif lors d'un petit déjeuner avec des intervenants du centre d'examen de santé de la CPAM !

Gratuit, accès libre

De 9 h 30 à 11 h 30

**Mission Locale
18 Av. Augustin Dupré
Saint-Étienne**



JOURNÉE FEST'IVE

Organisée par l'Université Jean Monnet et le CROUS

Les étudiants sont une population particulièrement concernée par les problématiques de santé mentale. Plusieurs acteurs seront présents sur le campus Tréfilerie pour échanger au cours de la journée Fest'ive !

**Gratuit, accès libre
Programme complet sur les sites de l'UJM et du CROUS**

De 11 h à 19 h

**Campus Tréfilerie
Saint-Étienne**



Mercredi 25 septembre

JOURNÉE DE PRÉVENTION - BIEN DANS TON CORPS, BIEN DANS TA TÊTE

En partenariat avec l'Amicale Laïque de Michelet

Le matin, les élèves du collège Honoré d'Urfé bénéficieront de différents ateliers sportifs et de prévention.

L'après-midi, de nombreux partenaires seront présents Place Bellevue pour animer ces ateliers. Pour échanger sur la prévention des addictions, la santé mentale, le sommeil, l'activité physique, l'alimentation...venez les rencontrer !

**Gratuit, accès libre
Plus d'informations : Amicale Laïque de Michelet - 04 77 57 16 44**

De 13 h 30 à 16 h 30

**Place Bellevue
Saint-Étienne**

Vendredi 27 septembre

DÉBAT AUTOUR DE LA PAIR-AIDANCE

La pair-aidance repose sur une entraide entre personnes souffrant ou ayant souffert d'une même maladie somatique ou psychique, ou atteintes d'un même handicap.

L'association Pair à Bord valorise ce dispositif sur le territoire stéphanois. Découvrez le cheminement de ses membres et apprenez-en plus autour d'un café !

Gratuit, accès libre

De 17 h à 20 h

📍 Le Remue-Ménages
43 rue Michelet
Saint-Étienne

Mardi 1^{er} octobre

ATELIER D'ART-THÉRAPIE

La Mission Locale de St Étienne accueillera Clémence Le Gall, art-thérapeute et éducatrice spécialisée au centre de réhabilitation psychosociale RehaLISE, pour proposer un atelier d'art-thérapie aux jeunes accompagnés par la mission locale.

Gratuit, sur inscription auprès d'un conseiller Mission Locale.

À 10 h

📍 Mission Locale
18 Av. Augustin Dupré
Saint-Étienne

ANIMATION SPORT COLLECTIF

Par l'Acars, en partenariat avec le Dahlr

Venez vous mettre en mouvement et découvrir des sports collectifs.

Gratuit, sur inscription au 06 03 53 53 61

De 10 h à 12 h

📍 Amicale Laïque de Villeboeuf-le-Haut
9 rue Horace Vernet
Saint-Étienne



Jeudi 3 octobre

LES CRIS AU SINGULIER – PERFORMANCE POÉTIQUE

Organisée par les Moyens du Bord, en partenariat avec la compagnie Litécoc

Venez découvrir une performance poétique : comment, avec retenue, précision ou avec lâcher-prise, exprimer la poésie, l'absurde, les émotions, les images...

Gratuit, tout public

À 18 h

📍 Square - 15 rue Deverchère
Saint-Étienne

Vendredi 4 octobre

YOGA DU RIRE

Avec Sophie, sophrologue certifiée et formée, accédez à la détente et au bien-être !

Gratuit, sur inscription auprès d'un conseiller Mission Locale.

À 10 h

📍 Mission locale
18 Av Augustin Dupré
Saint-Étienne

Dimanche 6 octobre

MÉDITER AU MUSÉE !

Se rendre au musée, prendre du temps pour soi, s'approprier un lieu à travers un temps d'écoute dans un état de bien-être, ancré dans le moment présent. Découvrez l'émotion esthétique et intuitive en pleine conscience.

Guidé par une sophrologue praticienne en méditation pleine conscience et un médiateur, vivez une expérience sensorielle immersive et poétique au Musée d'Art et d'Industrie !

Sur réservation, 48h à l'avance :
mai-billetterie.saint-etienne.fr
Renseignements au 04 77 43 83 36 ou
maxime.rouchouse@saint-etienne.fr

De 10 h 30 à 12 h

📍 Musée d'Art et d'Industrie
2 place Louis Comte
Saint-Étienne

Lundi 7 octobre

ATELIER D'ART-THÉRAPIE : BIEN-ÊTRE ET MOUVEMENTS

Par Clémence Le Gall, art-thérapeute et éducatrice spécialisée au centre de réhabilitation psychosociale Réhalise.

Gratuit, sur inscription : rcb@association-acars.fr
Renseignements au 04 51 26 07 72

De 10 h à 12 h

📍 Résidence Charles Baudelaire
29 rue des Teinturiers
Saint-Étienne

Mardi 8 octobre

PORTES OUVERTES

Découvrez le Groupe d'Entraide Mutuelle Lucien Bonnafé. L'équipe et les adhérents présenteront les activités proposées autour d'un pot convivial.

Plus d'infos au 06 89 10 99 79

De 14h à 17h

📍 36 rue Michelet
Saint-Étienne



Mercredi 9 octobre

JOURNÉE LUDIQUE AVEC L'UNICEF : BOUGER, APPRENDRE, S'EXPRIMER

Rejoignez-nous pour une journée de jeu et de découverte avec des parcours adaptés à chaque tranche d'âge, de 3 à 15 ans. Les parcours de découverte offrent des quiz, relais, épreuves et créations variées. Chaque enfant pourra ainsi explorer différentes manières de se mettre en mouvement et de prendre soin de son bien-être mental tout en s'amusant !

Gratuit, accès libre

De 9 h à 17 h

📍 Salle Montagnon
Avenue Maurice Thorez
La Ricamarie

ACTION « COMMENT S'PORTE TA SANTÉ MENTALE ? »

La Ville organise une initiative pour promouvoir la santé mentale auprès des enfants en lien avec le sport.

Réservé aux enfants inscrits à l'école municipale des sports.

INITIATION À LA DANSE FOLK

Par l'ACARS, en partenariat avec le foyer épis de l'association ARF

Gratuit, sur inscription au 06 03 53 53 61

De 10 h à 12h

📍 Résidence Valbenoîte
29 rue des Teinturiers
Saint-Étienne

Jeudi 10 octobre

PROJECTION DU COURT-MÉTRAGE DANSÉ « PAS À PAS »

Suite à la mise en place d'un atelier danse-théâtre animé par la compagnie TK auprès des jeunes et des éducateurs du DEAT 42, un court-métrage a été réalisé. Celui-ci sera projeté dans la salle FabLab de la maison Hatier, suivi d'un échange avec ses jeunes acteurs. Le thème traite de la part d'ombre et de lumière qui réside en chacun d'entre nous.

Gratuit, sur inscription :
sabrina.bert@fondation-ove.fr
ou 06 46 82 36 20

À 18 h

📍 Maison Hatier
7 rue de la Richelandière
Saint-Étienne



Vendredi 11 octobre

YOGA DU RIRE

Avec Sophie, sophrologue certifiée et formée, accédez à la détente et au bien-être !

Gratuit, sur inscription auprès d'un conseiller Mission Locale.

À 10 h

📍 Mission locale
18 Av Augustin Dupré
Saint-Étienne

PORTES OUVERTES

Découvrez le Groupe d'Entraide Mutuelle Lucien Bonnafé. L'équipe et les adhérents présenteront les activités proposées autour d'un pot convivial.

Plus d'infos au 06 89 10 99 79

De 14h à 17h

📍 36 rue Michelet
Saint-Étienne

Dimanche 13 octobre

PARTICIPATION À LA COURSE SAINTÉ ROSE

En partenariat avec INNESENS et Overthetop Concept

Après plusieurs séances de préparation physique et mentale, un groupe de mamans participera à la course Sainté ROSE.

Elles relèvent le défi de la reprise d'une activité physique, de la mise en mouvement et découvrent les bienfaits de l'activité physique !

Réservé au public du dispositif de réussite éducative de Saint-Étienne



Lundi 14 octobre

ATELIER D'ART-THÉRAPIE

Rive-de-Gier accueille au sein du Jardin de Valérian Catherine Chaudier-Seyve, art-thérapeute. Elle proposera un atelier d'art-thérapie aux adultes inscrits dans un parcours d'insertion socio-professionnel au sein de l'association d'insertion.

Gratuit, réservé aux usagers de l'association

De 14 h à 16 h

📍 Jardin de Valérian
Antouilleux
Rive-de-Gier

ATELIER D'ART-THÉRAPIE

Clémence Le Gall, art-thérapeute et éducatrice spécialisée au centre de réhabilitation psychosociale RehaLISE, vous propose cet atelier d'art-thérapie.

Gratuit, sur inscription : rcb@association-acars.fr
Plus d'informations au 04 51 26 07 72

De 10 h à 12 h

📍 Résidence Charles Baudelaire
24 rue des teinturiers
Saint-Étienne



Mardi 15 octobre

COLLOQUE – PRÉVENTION ET PRISE EN CHARGE DES JEUNES EN SITUATION DE PROSTITUTION

Journée organisée par le département de la Loire, l'ARS, la DDETS, l'AGASEF et la Ville de Saint-Étienne.

AU PROGRAMME

- Ouverture de la journée par la Compagnie des Fugaces autour du spectacle « Je, tu, il ».
- Présentation du dispositif de l'Agasef sur le Département de l'Equipe mobile de prévention des conduites à risques adolescentes
- Présentation de l'Unité d'Accueil Pédiatrique Enfants en Danger
- Intervention de Mme Nadine Lanctôt - professeure titulaire au Département de psychoéducation de l'Université de Sherbrooke - Canada

Gratuit, sur inscription : <https://bit.ly/3XQNd7H>



Ouvert aux acteurs du terrain en lien avec l'enfance et la jeunesse. Déjeuner libre, à la charge des participants. Plus d'informations à odpe-loire@loire.fr

De 9 h à 17 h

📍 La Comète
Place Roannelle
Saint-Étienne

JOURNÉE PORTES OUVERTES AU SAMSAH DÉ-PART'S

Le service d'accompagnement médico-social pour adultes handicapés (SAMSAH) est un dispositif médico-social destiné aux personnes adultes en situation de handicap vivant à domicile.

Découvrez les parcours au sein de ce service et le champ d'intervention des professionnels.

Gratuit, sur inscription avant le 8 octobre : 04 77 51 42 42 ou depart@rehaaco.fr

De 10 h à 16 h

📍 Immeuble le Polygone
46 rue de la Télématique
Saint-Étienne

ATELIER D'ART-THÉRAPIE

Le CIDFF accueillera Clémence Le Gall, art-thérapeute et éducatrice spécialisée au centre de réhabilitation psychosociale RehaLISE, pour proposer un atelier d'art-thérapie aux femmes accompagnées par le CIDFF dans le cadre du dispositif Tremplin pour l'emploi des femmes organisé avec les relais emploi de la Ricamarie et du Chambon-Feugerolles.

Gratuit, réservé aux femmes suivies par le dispositif

QI-GONG : L'ÉQUILIBRE EN MOUVEMENT

Organisé par l'Office Stéphanois des Personnes Âgées

Découvrez le Qi-Gong avec Guillaume André. Une pratique favorisant la détente et la relaxation, apaisant le mental et aidant à réduire l'anxiété.

Dès 55 ans

Gratuit, sur inscription : 32 rue de la résistance accueil@ospa42.org / 04 77 47 40 50

À 14 h 30

📍 Salle Aristide Briand
Hôtel de Ville
Saint-Étienne

Mercredi 16 octobre

EN MOUVEMENT VERS LE PASSÉ

Par la Ville de Saint-Étienne

Qui a volé le tableau ? Découvrez le coupable lors d'un jeu de piste dans le bourg historique de Saint-Étienne.

Gratuit, sur inscription avant le 8 octobre : 04 77 48 64 77 (Raphaël Tissot)
Pour les enfants – 8 à 12 ans

À 10 h ou 14 h (durée 2 h)

📍 Départ place Boivin
Saint-Étienne

INITIATION À LA BOXE

Par l'ACARS, en partenariat avec le foyer épis de l'association ARF

Gratuit, sur inscription au 06 03 53 53 61

De 10 h à 12h

📍 Résidence Valbenoîte
29 rue des Teinturiers
Saint-Étienne

LA DANSE ET MOI

Le CCAS de Rive de Gier organise, au sein de l'ANEF Rive de Gier, l'accueil de Catherine CHAUDIER-SEYVE, art-thérapeute. Elle proposera un atelier d'art-thérapie aux jeunes accueillis au sein de la MECS.

Inscriptions gérées par l'ANEF

De 14 h à 16 h

📍 37 rue Ferdinand Buisson
Rive-de-Gier

Jeudi 17 octobre

DÉCOUVERTE DE L'EXPOSITION ET DES OUTILS « A L'ÉCOUTE DE NOS ÉMOTIONS »

L'épicerie solidaire a mis en place, pour son public, un projet intitulé « A l'écoute de nos émotions ».

Venez découvrir son exposition !

Visite libre

De 14h à 16h

📍 Épicerie Solidaire des 4 Ponts
20 Rue Emile Mercier
Andrézieux-Bouthéon

Vendredi 18 octobre

LANCEMENT DU GUIDE TROUBLES PSYCHIQUES

Grâce à la participation de nombreux partenaires, la Ville de Saint Étienne mettra à disposition des citoyens un guide afin d'identifier les structures, les ressources existantes pour aider au repérage et à l'accompagnement des troubles psychiques.

Gratuit, ouvert à tous

À 16 h

📍 Musée d'Art et d'Industrie
2 place Louis Comte
Saint-Étienne

LES SISM SE POURSUIVENT

Mercredi 13 novembre

DÉCOUVERTE DES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE CHEZ LA FEMME ENCEINTE ET L'ENFANT

A travers divers ateliers pratiques et ludiques organisés par les réseaux de santé mère-enfants ELENA et SEVE en lien avec le CDOS et le préparateur mental Kevin GIMENEZ, venez découvrir les bienfaits de l'activité physique adaptée aux femmes enceintes et aux enfants.



PROGRAMME

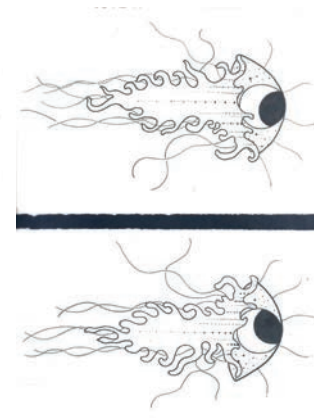
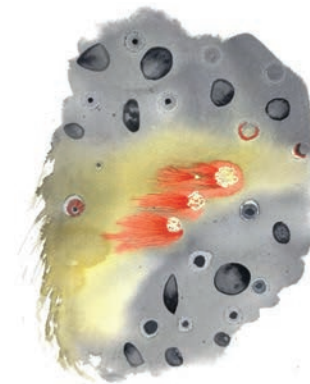
- Conférence sur les leviers motivationnels
- Activité physique adaptée
- Yoga pour femmes enceintes
- Visualisation mentale pour la motivation
- Exercices de tennis adaptés
- Quiz interactif sur les idées reçues concernant l'activité physique pendant la grossesse et chez les enfants

Rejoignez-nous pour une expérience enrichissante et amusante !

Gratuit, sur inscription : <https://bit.ly/4cEcAyf>

De 14 h à 16 h 30

Au Centre Hygiène (CHU de Saint-Etienne), niveau 0



Œuvres réalisées par le groupe d'entraide mutuelle « Les Moyens du Bord »

Renseignements Semaines d'information sur la santé mentale sur le territoire Saint-Étienne Métropole

Conseil Local en Santé Mentale
Pauline Chassin
pauline.chassin@saint-etienne.fr
06 11 35 76 20

Partenaires du Conseil Local en Santé Mentale :



Avec le soutien de :

Saint-Étienne Métropole, Ville de Saint-Étienne, État (DDETS), Agence Régionale de Santé, CHU de Saint-Étienne, Département de la Loire, GCSMS REHACOR 42, Maison des usagers du CHU, UNAFAM, Promotion Santé Auvergne Rhône-Alpes, Groupe d'Entraide Mutuelle Lucien Bonnafé, Groupe d'Entraide Mutuelle Moyens du Bord, Groupe d'Entraide Mutuelle « La fabrique des Météores », Agasef, UNICEF, Korian- clinique le clos de Montaigne, le DAC Loire, Dispositif de réussite éducative, École des Frères Chappe, Danaecare, CCAS de Saint-Étienne, École des parents et des éducateurs, Maison des adolescents, Mutualité Loire /médiation santé, CCAS de la Ville de Saint-Étienne, COMETE, CROUS, Université Jean Monnet, la Mission Locale de Saint-Étienne, réseau ELENA, ACARS, Ville de Rive-de-Gier, Ville d'Andrézieux-Bouthéon, Ville de la Ricamarie, Ville de l'Étrat, Ville de la Fouillouse, Ville de Lorette, Ville de St Paul-en-Jarez, Épicerie Sociale et Solidaire d'Andrézieux-Bouthéon, LEA2HN - Agréé Centre d'excellence Lieu d'Évaluation et d'Accompagnement Autisme Adulte, UNICEF, OSPA, Université Jean Monnet, Comité départemental Olympique et Sportif de la Loire, Radiodio, Remue-Méninges, CPAM, Avenir Santé, Apsytube, Nightline, Lycée Mauriac Forez, GÉPS, CPTS Grand St Etienne, Pairs à Bord, CATSS, Ligue contre le Cancer, Rimbaud, Zoomacom, AISPASS, Ligue de l'Enseignement, Ufolep, Amicale Laïque de Michelet, Anef, Centre social de la Rivière, Valbenoite, Centre social de la Vivaraise, Centre Social de Solaure, Jardins de Valériane, Overthetop Concept, DEAT42, CPTS du Grand Saint-Étienne.

Pour plus d'événements :

- Loire Forez agglo : loireforez.fr
- Agglomération de Roanne : agglo-roanne.fr
- Site national des SISM : www.semaines-sante-mentale.fr

Retrouvez plus de programmation sur le site internet national des SISM :

www.semaines-sante-mentale.fr

  @Sism_Officiel

Conception et réalisation : Direction de la Communication et du Marketing territorial de Saint-Étienne Métropole et Maison Balthazare. Crédits photos : Adobe stock, Drazen Zigic, Max4e, jcomp - Freepik.com. Achievé d'imprimer septembre 2024. Ne pas jeter sur la voie publique.



Saint-Étienne Métropole
2 avenue Grüner - CS 80257,
42006 Saint-Étienne Cedex 1

T 04 77 49 21 49
accueil@saint-etienne-metropole.fr
saint-etienne-metropole.fr


SAINT-ÉTIENNE
la métropole