



GRAND VILLENEUVOIS

Balade pédestre

Jeudi 10 octobre 2024, une Balade pédestre d'environ 3 km organisée par l'UNAFAM et le GEM « Entraide et vous » sur le plateau St Michel de Penne d'agenais a réuni une quinzaine de participants. Il faisait beau et ce fut très agréable de marcher à son rythme, et de pratiquer un intermède QI GONG.

Balade Sophro nature

Le 12 Octobre 2024 de nombreux participants pour cette très agréable "balade Sophro-Nature" qui s'est déroulée ce samedi 12 octobre au jardin botanique de PUJOLS. Tandis que Valérie, Sophrologue Caycédiennne faisait appel à tous les sens, tout en douceur, Audrey, Naturopathe, proposait de découvrir les vertus des plantes et fleurs environnantes. La marche afghane, a terminé cette journée toute en respiration-relaxation.

Conférence «Les traumatismes de l'intime»

La maison du Jouet de Pujols a accueilli ce **samedi 12 octobre** la **conférence** : Les traumatismes de l'intime, violences sexuelles et incestes, le psychotrauma dans la littérature : "PARLER OU SE TAIRE". Cet atelier animé par Sandra BAQUE, psychologue référente de la filière psycho traumatisme du Lot et Garonne et Stéphanie MARTIN, psychologue en addictologie a eu lieu dans le cadre des SISM 2024 du Grand Villeneuvois. Elles étaient accompagnées par Aurélia ZAHEDI, lectrice et artiste plasticienne pour la lecture des extraits de textes (Neige Sinno - Vanessa Springora - Christine Angot) mettant en relief les concepts de sidération, dissociation, stress post-traumatique. La salle était comble. Un Merci particulier à Romain BOISSIE de la Maison du Jouet !

Initiation au Ju-jutsu traditionnel !

Lundi 14 octobre 2024 Quelques courageux ont rejoint la salle du Dojo pour s'initier au Ju Jutsu traditionnel. Un art martial qui prône l'équilibre tant dans la posture, que dans la respiration. Une belle expérience et que du bonheur !

Conférence au Pôle de Santé du Villeneuvois

Le 14 Octobre 2024, Sandra Baqué, Carole Baisset, et Stéphanie Martin, psychologues ont animé une conférence sur le psychotraumatisme et les nouvelles techniques de soins : EMDR, Hypnose médicale, psychoéducation.... La présentation détaillée des concepts de sidération, dissociation, ESPT a fini de captiver l'attention des professionnels présents au PSVL cet après-midi, salle de conférence du Pôle de Santé.

Expositions

Du 5 au 17 Octobre 2024 de 9h30 à 17h30 : L'association MADJOU et Compagnie offre à vos yeux le bonheur de danser ensemble, ces clichés ont été pris lors des ateliers de danse adaptée et inclusive de l'année au centre culturel de Villeneuve sur Lot animée par Camille PASQUET à La Cabane - Villeneuve sur Lot.

Interview de Radio 4

Carole Baisset et Stéphanie Martin, psychologues au Pôle de santé du Villeneuvois ont évoqué avec Patrice Couturier les nouvelles méthodes utilisées en psychothérapie telles l'hypnose médicale et l'EMDR. Pour en savoir plus, écoutez l'interview de Radio 4...



Performance artistique

Le 17 Octobre 2024, avec Pyropat et Benjamin, une performance artistique, en mouvement, à 4 mains, et en musique !

Parcours de Santé

Jeudi 17 octobre 2024, sur le Grand Villeneuvois, vous avez retrouvé des Ateliers gustatif, dos, respiration, déambulation contée dansée, docu-débat, bal contemporain, expositions, vidéoprojection, retour en images... à la Maison de la Vie associative, Villeneuve sur lot...

Atelier gustatif

Le 17 Octobre 2024, avec le Cuisi'Bus de la Régie VDL un atelier gustatif pour apprendre facilement à manger sain, local, et à petit prix ! Un moment de convivialité entre les différents ateliers présentés où les participants ont pu faire des wraps et des smoothies : un délice dans le Jardin de la MVA.

Atelier dos et respiration

Le 17 Octobre 2024, l'Atelier « Dos et Respiration » a réuni des participants qui ont apprécié un moment de détente et de bien-être. Ils ont découvert comment prendre soin de soi en mettant de l'harmonie entre le corps et la psyché dans la grande salle de la MVA.

Docu-débat

Le 17 Octobre 2024 dans la Grande salle de la MVA, des échanges riches entre la salle et le public après avoir visionné les documentaires et écouté les sportifs de haut niveau évoquer leur santé mentale fluctuante tout au long de leur carrière.

Déambulation dansée contée

Le 17 Octobre 2024, en raison de la pluie, la déambulation dansée contée s'est faite dans la salle de la MVA. Elle a rempli d'émotions petits et grands Les danseurs nous ont donné une belle leçon d'humanité et nous ont prouvé qu'il n'y a de différences que lorsqu'on veut en voir ...

Temple sur Lot

Le 19 Octobre 2024 à 17h, au Temple sur lot, bastide du moyen-âge, un psychiatre, un psychanalyste et une psychologue reçoivent Richard Coeur de Lion... qui aurait peut-être eu besoin d'un psy... Beaucoup d'humour dans ce débat !

VAL DE GARONNE AGGLOMÉRATION

Bougeons pour notre Santé Mentale

Mardi 8 octobre au gymnase de Beyssac à Marmande avec la découverte du Handfit organisé avec le Handball club Marmandais et la Maison Sport Santé du Marmandais: partage d'une activité physique très accessible et ludique. Découverte ou actualisation des gestes de lers secours avec les bénévoles de la Croix Rouge Française et la possibilité de s'informer sur la boîte à outil en faveur de l'activité physique avec Ardie 47, de rencontrer les bénévoles de l'UNAFAM, des Amis de la Santé 47, des défenseurs des droits 47, des infirmières du CMP pivot de Marmande, l'animateur de l'Office Marmandais des Sports. Une matinée accompagnée par le direct d'ARD Radio et clôturée par l'apéritif équilibré et convivial de la Maison Arc en ciel.

Conférence Papotin avec la Maison Arc-en-Ciel

Les échanges croisés avec les adhérents d'Arc en Ciel et Maité Bouyssy maître de conférence à la Sorbonne retraitée, permettent de revisiter cette période de la Révolution, ces textes fondateurs avec la volonté de prise en compte sociale des "indigents", les débuts de l'organisation de la psychiatrie (Pinel, Esquirol, ...), donc de la reconnaissance de la maladie psychiatrique. Le destin de Théroigne de Méricourt, femme engagée dans ces débats sociétaux, incarne cet élan de pensées révolutionnaires en faveur d'une société plus égalitaire, puis le retour en arrière avec la bascule révolutionnaire vers la Terreur.

Balade ta Psyché

Du 7 au 18 octobre, tout un programme d'expositions artistiques dans la cité mené par un collectif de patients et de professionnels de l'hôpital de jour Jean-Luc Geoffroy à Marmande pour qui le mouvement en santé mentale est du côté de la création. Des expositions qui ont été à disposition des habitants et des professionnels du CCAS, du Centre Intercommunal Hospitalier Marmande – Tonneins, de France Travail, de la Misson Locale Moyenne Garonne ou encore à LADAPT de Virazeil. Un grand merci aux patients de l'hôpital de jour qui ont aussi contribué à l'affichage du programme SISM Val de Garonne dans les commerces de Marmande.

Balade sensorielle

Les 15 et 18 octobre, les apprenants du Lycée Professionnel Agricole de Fazanis inaugurent le jardin des sens en proposant au sein de ce jardin des ateliers de senteurs, de plantation et de memory où les plus jeunes venus avec les Relais Assistants Maternels ou les plus anciens résidents d'EHPAD ont pu se croiser. Un jardin des sens qui a vocation à poursuivre l'accueil des publics et à s'étoffer en incluant de nouveaux projets d'éveil des sens, voire artistiques.

Balades au Mas d'Agenais

Mercredi 16 octobre, le départ de la Rando Vélo Bateau de patients et professionnels du Pôle Perspective a été l'occasion de découvrir ce riche et surprenant village Lot et Garonnais avec Chantal conteuse de pays nous guidant de l'esplanade au tableau de Rembrandt au coeur de la Collégiale et de poursuivre avec la dynamique animation de renforcement musculaire orchestré par Kamar et Gildas, animateurs sportifs du CHD La Candélie. Là aussi une matinée pour prendre de l'information auprès des animateurs de stands: le dispositif ICOPE pour repérer précocement des fragilités neurosensorielles et psychiques avec le Dispositif d'Appui à la Coordination (DAC 47), l'UNAFAM et les Amis de la Santé, Addiction-France avec le CSAPA de Marmande, et bien sur un stand Santé mentale avec le soutien du CMP de Tonneins, enrichi de l'active coopération de la coordination départementale de prévention du suicide. Là aussi cette matinée a été accompagnée de la présence de la Croix Rouge Française pour assurer si besoin des transports solidaires et enrichi du direct d'ARD radio permettant une fois de plus de promouvoir la santé mentale, de parler de prévention et de valoriser les ressources des partenaires locaux.

Sportez-vous bien !

Jeudi 17 octobre à Agen, ARDIE 47 a proposé aux Lot et Garonnais un forum Sport Santé incluant l'atelier "Bouger ensemble", boîte à outils qui a vocation à promouvoir l'activité physique et à agir contre la sédentarité.

Les cinés-débats «Fêlés»

De riches matinées et soirées, avec les acteurs amateurs d'Arc en Ciel pour soutenir les échanges avec les salles où nous avons pu rencontrer en nombre les étudiants de l'ADES, de l'IFPS, du LPA Fazanis, du Foyer le Château, les lycéens du Lycée Val de Garonne, mais aussi des habitants avec le Centre social Le Point Commun de Tonneins, les résidents de la maison relais Le Fleuve à Marmande, ... Soit sur ces deux semaines SISM, **cinq projections avec la collaboration chaleureuse du Plaza à Marmande et du Rex à Tonneins.**



33 ans d'aventure avec la Maison Arc en Ciel

Par monts et par vaux

- RENNES (35), jeudi 3 octobre cinéma L'AVOR à 20h15
- COUTANCES (50), vendredi 4 octobre cinéma LONG COURT à 18h
- CADILLAC (33), jeudi 24 octobre cinéma LUX à 18h15

Chez-nous, en Lot et Garonne

- AGEN aux Montreurs d'Images - Mardi 1^{er} octobre à 20h30
- MARMANDE au Plaza* - Entrée 4€80 - Lundi 7 octobre à 20h
- TONNEINS au REX* - Entrée 4€ - Lundi 14 octobre à 20h
- Jeudi 17 octobre à 8h30
- Mardi 8 octobre à 9h30
- Vendredi 18 octobre à 8h30

* Se renseigner auprès du ciné pour la disponibilité des places

Envie d'être du voyage? Rejoignez les lors des futures projections

Pour de futures programmations contacter Arc en ciel: 05 53 20 85 84