

Semaines d'information
sur
la santé mentale

33^e
ÉDITION



POUR MA SANTE MENTALE,
AGISSONS POUR NOTRE
ENVIRONNEMENT



avec

Conseil Local de Santé Mentale Val de Garonne Agglomération

PROGRAMME DES SISM 2022 du 10 au 23 octobre



Depuis 2017, avec la création du Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) avec la ville de Marmande et le Centre Hospitalier Départemental la Candélie, puis avec Val de Garonne Agglomération (VGA) et le Contrat Local de Santé (CLS), les partenaires du territoire contribuent aux Semaines d'Information en Santé Mentale, les SISM.

Ces semaines ont pour objectif principal d'agir contre les stigmatisations et l'exclusion sociale, notamment des personnes ayant une maladie psychiatrique, et de promouvoir des approches inclusives et de prévention en santé mentale.

Pour la 33^{ème} édition, le thème national est Agir sur son environnement en faveur de la santé mentale de chacun. En effet, nous avons tous une santé mentale qui connaît ses fluctuations, ses hauts, ses bas, et qui se porte d'autant mieux que l'environnement y contribue : amis, famille, travail, espaces verts, accès à la santé, à la culture, au sport, connaissance des services pouvant aider (services sociaux, logement, centres médico-psychologiques, associations, ...).

En 2022, les acteurs du secteur de Val de Garonne Agglomération sont nombreux à vous inviter à des événements permettant de mieux les connaître, permettant de découvrir des activités qui font du bien, des moments qui se partagent. Cinq axes sont explorés sur plusieurs formes: Le lien social, l'art, le sport, l'habitat et l'alimentation.

Découvrez leur programme

Venez avec vos amis, avec votre famille, avec vos collègues
Questionner les bénévoles ou les professionnels présents

Plus d'informations



facebook/Chd47480

www.ch-candelie.fr



Lien Social et Santé mentale

Audace's

Quai 31 à Marmande
et Cocon à Meilhan sur Garonne

Lundi 10 octobre
Ouverture SISM

Val de Garonne Agglomération

10 h - 16 h : découverte des ateliers dessin, peinture, bricolage et collage, et l'atelier porteur de parole (IREPS NA)

17 h - 18 h : Lecture et échanges sur le vécu en psychiatrie avec Xavier de Scoraille et lecture par Anne Mahieu.

18 h 30 : buffet partenarial avec l'association Migration et Inclusion Professionnelle
Rencontre avec les services sociaux, santé et les associations, stands d'information. Accueil et présentation des tiers lieu Audace/s.
Public adultes – Entrée libre

Lieu : Quai 31 - 35 rue Charles de Gaulle - MARMANDE

Samedi 22 octobre

10 h - 12 h : Atelier porteur de parole au Marché de MARMANDE

Le centre socio-culturel Le Point Commun

Lundi 10 octobre

9 h 30 - 11 h 30 : « Rompre la solitude », Café-habitant et jeux d'interconnaissance
Tout public - Gratuit

Lieu : Entrée rue des Vignes, jardin du centre culturel - TONNEINS
05 53 89 31 63

Le Petit Bonheur

Le Petit Bonheur, lieu convivial avec bar sans alcool géré par l'association du même nom : www.lepetitbonheur-tonneins.fr
Pour les SISM, ce café solidaire, vous propose 3 rencontres.

Lieu : en face de la gare rue Maréchal Foch - TONNEINS

Public adultes – Gratuit

Lundi 10 octobre

18 h 30 - 20 h : Le groupe d'entraide pour les malades alcooliques ou leurs proches, géré par **Les Amis de la Santé du Lot-et-Garonne**, a lieu tous les 15 jours.

Pour s'annoncer et se renseigner : 09 77 25 04 14 (appel gratuit)

Vendredi 14 octobre

9 h 30 - 11 h 30 : Le groupe de parole mensuel proposé par **France Alzheimer 47** pour les aidants familiaux, avec la coordinatrice locale de l'association et une psychologue. Pour s'annoncer et se renseigner : tél au 06 74 04 70 04

Lundi 17 octobre

16 h - 18 h 30 : Le club santé proposé par **Le Petit Bonheur** aura pour thème : « Bien vieillir avec son cerveau ? Des conseils d'hygiène de vie » avec les Docteurs Claude et Gentiane Breuil.

Tout public, mais places limitées. S'annoncer au 06 70 10 80 73

UNAFAM 47

Jeudi 20 octobre

L'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques du Lot et Garonne (UNAFAM) - **Contact secteur Val de Garonne Agglomération :**

Françoise Bon au 05 24 30 78 72 ou au 06 61 25 96 22

20 h 30 : au cinéma Le Rex de Tonneins : Film-Débat Les intranquilles, réalisé par Joachim Lafosse (palme d'or du festival de Canne 2021). Accueil dès 20 h.

Animation du débat avec Françoise Bon, bénévole de l'UNAFAM et un médecin psychiatre du CHD La Candélie.

Tout public – Entrée 6,80 €

L'UNAFAM et le collège Germillac de Tonneins organisent un programme de sensibilisation à la santé mentale pour les élèves de 4èmes, en collaboration avec le cinéma de Tonneins et Reseda (psychiatrie Adolescents du CHD La Candélie, sous réserve de confirmation).

Art et santé mentale

La Maison Arc-en-ciel (Groupe d'entraide Mutuelle) et l'Association du Sport Adapté du Marmandais (ASAM)

Lieu : 50 avenue du maréchal Joffre - MARMANDE

Contact : asanarcenciel@gmail.com

05 53 20 85 84

Tout public - Gratuit

Du Lundi 10 au vendredi 21 octobre

10 h - 16 h : Porte ouverte avec un mur d'expression, participez au mur d'expression libre « Santé mentale et environnement ? »
Matériel à disposition pour laisser un mot, un dessin, une photo...

Vendredi 21 octobre

18 h 30 : Exposition éphémère, avec la contribution des adhérents et des bénévoles du GEM Arc en ciel et de l'ASAM, des adhérents des GEM Solincité (Tonneins, Casteljaloux, Miramont) et avec les services du CHD La Candélie : l'Hôpital de Jour Jean-Luc Geoffroy (atelier de poterie et création d'un jeu d'échec), le CMP infanto-juvénile de Casteljaloux (les jardins sensoriels).

L'exposition sera accompagnée d'un **apéritif dinatoire** avec la contribution des services ruralité et environnement de VGA et de la remise du **Prix Pierre COSTES** par le CHD La Candélie.

Vendredi 28 octobre

Quizz musical, avec les élèves du collège Notre Dame de La Salle de MARMANDE.

Le centre socio-culturel Le Point Commun

Jeudi 13 octobre

9 h 30 - 11 h 30 : Atelier modelage « Créer, modeler, se libérer... »

Tout public - Gratuit

Lieu : Entrée rue des Vignes, TONNEINS, 05 53 89 31 63

Sport et santé mentale

La Maison Sport Santé du Marmandais (MSSM) avec l'Office Marmandais du Sport (OMS)

La MSSM accueille, oriente et accompagne le développement de projet en faveur de la santé sur le territoire.

Contact : 05 53 93 30 11 - mssm@omsmarmande.com

www.omsmarmande.com

Pour les SISM VGA 2022, la MSSM avec les clubs et associations sportives adhérentes organisent des séances découvertes de sport adaptées gratuites pour tous et pour les personnes ayant un handicap (enfants, adultes).

Détail du programme : www.omsmarmande.com

Du Lundi 10 au 17 octobre

18 h - 19 h 30 : HANDBALL CLUB MARMANDAIS

Hand'Adapté : initiation, découverte et compétition au handball

Public adultes

Lieu : gymnase du Lycée Val de Garonne - MARMANDE

Contacts :

CASSAN Christophe - 06 75 24 13 33 - tdgchristophe1976@outlook.fr

GAY Fabien - 06 14 24 59 41 - frv.carcin@yahoo.com

MARC Sébastien - 06 45 97 74 33 - sebastien.marc@hbcmarmandais.fr

Mardi 25 octobre

10 h - 16 h : HANDBALL CLUB MARMANDAIS

Handball Partagé Marmandais - Journée d'initiation au handball

Public jeunes

Lieu : salle de sport J. Ladeveze - MARMANDE

Contact :

MARC Sébastien - 06 45 97 74 33 - sebastien.marc@hbcmarmandais.fr

Mardi 11 octobre

10 h - 12 h : FOOTBALL CLUB MARMANDE 47

Football Adapté : initiation et découverte au football

Public adultes

Lieu : Stade Michelin - MARMANDE

Contact :

ARLAT Yoann - 07 71 08 41 69 - yoyomarmande@icloud.com

Dimanche 16 octobre

BBT MULTISPORT

École Multisport : initiation et découverte aux sports - Pratique inclusive

Horaires :

9 h - 10 h 30 pour les enfants nés en 2015/2016

10 h 45 - 12 h 15 pour les enfants nés en 2012/2014

11 h - 11 h 45 pour ceux nés en 2017.

Lieu : gymnase J. Martinot - MARMANDE

Contact :

ROQUES Elodie - 06 83 83 14 75 - DAROS Morgane : 06 82 76 21 80

Mardis 11 et 18 octobre
et Jeudis 13 et 20 octobre

18 h - 20 h : ARCHERS CLUB MARMANDAIS

Tir à l'Arc Adapté : initiation et découverte

Public Adultes

Lieu : salle des Archers - MARMANDE

Contact :

06 32 15 22 31 - acm47@free.fr

Mardis 11 et 18 octobre,
Jeudis 13 et 20 octobre,
Vendredis 14 et 21 octobre

Mardis 17 h 30 - 19 h, jeudis et vendredis 13 h 30 - 15 h

JLR SECTION GYMNASTIQUE

Handi Trampo : initiation et découverte au trampoline – Enfants/Jeunes

Tout au long de l'année, accueil des jeunes pour la pratique classique de la gymnastique.

Contact :

05 53 64 18 28 - jlr.marm@wanadoo.fr

Le Centre Socio-culturel Le Point Commun

Mercredi 12 octobre

9 h - 11 h : « Prendre l'air pour être bien » Balade pour tous à la découverte des espaces verts de Tonneins : à pied, en fauteuil, en poussette, à vélo

Lieu : départ du CSC Le Point Commun, Rue des Vignes - TONNEINS

La Maison Arc-en-ciel et l'ASAM

Mardis 11 et 18 octobre,
Jeudis 13 et 20 octobre

« **Activité physique pour tous, par tous** »

4 randonnées avec les élèves et les enseignants de l'école primaire Henriot de Marmande avec les adhérents du GEM.

Habitat et santé mentale

Pension de famille « Le fleuve »

Mercredi 12 octobre

Semaine nationale des pensions de familles

Tout public : partenaires, usagers, proches

10 h - 16 h : Journée portes ouvertes de la pension de famille Le Fleuve

« Le bois dans tous ces états » et découverte du fonctionnement du lieu et de jeux en bois réalisés par des résidents.

12 h - 14 h : buffet convivial, avec inscription souhaitée auprès de Laure Fricard : 06 98 69 31 18

Lieu : 24 rue Garonne – MARMANDE

Le Centre Socio-culturel Le Point Commun

Vendredi 14 octobre

9 h - 11 h : « Bien chez soi, sans tracas » Rencontre-Echanges avec l'association **Infodroit** : toutes vos questions sur l'habitat, les conflits de voisinage

Public adultes, gratuit

Lieu : entrée rue des vignes - TONNEINS - 05 53 89 31 63

Alimentation et santé mentale

Autre évènement à découvrir prochainement : le **Festival AlimenTerre**. Avec au programme des ciné-débats autour de l'importance de l'alimentation.

+ d'info sur vg-agglo.com

