

• FORUM DES PARTENAIRES ET ASSOCIATIONS DU TERRITOIRE

Venez rencontrer des représentants de lieux ressources, qui œuvrent et sensibilisent autour des questions de santé mentale.

| SAMEDI 7 MARS TOUTE LA JOURNÉE / HALL / Accès libre

• CINÉ-DÉBAT AUTOUR DU FILM « LES INTRANQUILLES »



Projection d'un film dépeignant le quotidien d'une famille dont le père est bipolaire suivie d'un débat autour du rôle des aidants modéré par l'UNAFAM.

| SAMEDI 7 MARS 14 H 30 / AUDITORIUM / Sur inscription

• RENCONTRE CROISÉE

AUTOUR DE LA BANDE DESSINÉE « LES ÂMES FENDUES »

En présence des auteurs **Xavier Bétaucourt** et **Jean-Luc Loyer**, et d'infirmières du centre hospitalier Camille Claudel. Ils reviendront sur leurs parcours respectifs, lors de leur immersion au sein de Camille Claudel. La rencontre sera suivie d'une vente par la librairie de La Cité.

| JEUDI 12 MARS 18 H / AUDITORIUM / Sur inscription

• PAUSE PHILO – MA BONNE SANTÉ MENTALE DÉPEND-ELLE DE MA VOLONTÉ ?

| VENDREDI 13 MARS DE 12 H À 13 H 30 / SALLE ROUGE / Sur inscription

• ATELIER D'ÉCRITURE EXPRESSION LIBRE AVEC L'ASSOCIATION EN VOIX DES MOTS

Clara Blanca Valenzuela proposera des ateliers d'écriture, en s'appuyant sur des livres de l'Alpha autour de la santé mentale. Venez explorer vos écritures !

| SAMEDI 14 MARS DE 10 H 30 À 12 H / SALLE ROUGE / À partir de 9 ans / Sur inscription

• ARPENTAGE AUTOUR DE LA BANDE DESSINÉE « LA PETITE FILLE OUBLIÉE » AVEC L'ASSOCIATION LE PAVÉ

La petite fille oubliée est un récit poignant et intime sur la solitude de l'enfance face aux défaillances parentales que l'on vous invite à découvrir par l'arpentage, méthode de lecture partagée qui permet de faire se rencontrer des regards singuliers.

| MERCREDI 18 MARS DE 18 H À 20 H / SALLE ROUGE / Sur inscription



• CAFÉ-DEUIL

| JEUDI 19 MARS DE 17 H À 19 H / ALPHA CAFÉ (sous réserve de consommation) / Entrée libre

• RECHERCHE FONDAMENTALE ET PSYCHIATRIE. QUE SAIT-ON DES BASES BIOLOGIQUES DE LA NEURODIVERSITÉ ?

Une conférence menée par François Tronche et Julie Le Merrer, directeur.ices de recherche CNRS, et Jérôme Becker, directeur de recherche Inserm. Ils exploreront les bases biologiques des maladies psychiatriques et discuteront des avancées récentes de la recherche fondamentale et des perspectives thérapeutiques. Ils aborderont également la variabilité interindividuelle du comportement.

| SAMEDI 21 MARS DE 15 H À 17 H / AUDITORIUM / Sur inscription

l'alpha

Sur le fil

Regards croisés sur
la santé mentale

Programme
Mars 2026



SUR LE FIL : REGARDS CROISÉS SUR LA SANTÉ MENTALE

Du 3 mars au 28 mars 2026
À la médiathèque l'Alpha



Comme chaque année, la médiathèque l'Alpha met un point d'honneur à questionner, lors d'un mois de mars thématique, des sujets de société. En 2026, nous nous intéresserons à la santé mentale, grande cause nationale en 2025 reconduite en 2026 par le gouvernement. Parce que les questions de santé mentale nous concernent tous, nous proposerons une programmation riche et variée, pour tous les publics.

Une bibliographie sélective et thématique a été conçue par les bibliothécaires, et recense des ressources pour approfondir le sujet de la santé mentale. Elle est disponible à la médiathèque l'Alpha, ou en ligne sur notre site internet.

EXPOSITIONS

• L'EXPOSITION « BAGAGES INVISIBLES »



Proposée par ATTAPsy, cette exposition sonore permettra d'entendre des micro-trottoirs, menés à Angoulême, où des personnes concernées par les questions de santé mentale ont interpellé des passants pour recueillir leurs points de vue sur les questions de psychiatrie.

| DU 3 AU 28 MARS / SALLE DES EXPOSITIONS

• L'EXPOSITION « LES ÂMES FENDUES »

Découvrez les planches de la bande dessinée éponyme, de Xavier Bétaucourt et Jean-Luc Loyer, qui se sont immergés dans le quotidien du centre hospitalier Camille Claudel.

| DU 3 AU 28 MARS / SALLE DES EXPOSITIONS

DES PROPOSITIONS POUR LE JEUNE PUBLIC

• HISTOIRES POUR GRANDIR SPÉCIALES SANTÉ MENTALE

| 14 MARS À 11 H / AUDITORIUM / Sur inscription

• PHILO'MINOTS SPÉCIALE SANTÉ MENTALE

« QU'EST-CE QU'IL ME FAUT POUR QUE JE ME SENTE BIEN ? »

| MERCREDI 18 MARS DE 10 H 30 À 12 H 30 / SALLE DU CONTE / Sur inscription

• ATELIER D'ÉCRITURE JEUNESSE AVEC DELPHINE ROUX

scénariste du livre jeunesse « L'échappée belle de Marta ».

| MERCREDI 25 MARS DE 14 H À 16 H / SALLE DU CONTE / Sur inscription

MAIS AUSSI

JOURNÉE PROFESSIONNELLE JEUNESSE

dédiée au lien entre santé mentale et littérature pour la jeunesse, dans le cadre du Festival du livre jeunesse de Ruelle.

| JEUDI 26 MARS, JOURNÉE COMPLÈTE / THÉÂTRE DE RUELLE-SUR-TOUVRE / Sur inscription

ET POUR ABORDER LES QUESTIONS DE PARENTALITÉ

• ATELIER PARENT'HÈSE AUTOUR DU POST-PARTUM

| MERCREDI 11 MARS DE 10 H À 11 H 30 / SALLE ROUGE / Sur inscription

• ATELIER PARENT'HÈSE AUTOUR DU BURN-OUT PARENTAL

| MERCREDI 25 MARS DE 10 H À 11 H 30 / SALLE ROUGE / Sur inscription

DES PROPOSITIONS POUR LES ADOLESCENTS ET JEUNES ADULTES

• ATELIER NUMÉRIQUE TIK TOK ET LES TROUBLES ALIMENTAIRES

| MERCREDI 4 MARS DE 14 H À 15 H 30 / SALLE MULTIMÉDIA / Sur inscription

• VENEZ DÉCOUVRIR LE JEU VIDÉO « GRIS » SUR ÉCRAN GÉANT

Un jeu vidéo qui aborde avec poésie les questions de santé mentale.

| VENDREDI 6 MARS DE 16 H À 18 H / AUDITORIUM / Sur inscription

• TEMPS D'ÉCHANGE ENTRE ÉTUDIANTS

autour des questions de santé mentale avec Nathalie Cosnard, infirmière au SSE sur le Campus d'Angoulême. Elle présentera également la formation premiers secours en santé mentale.

| JEUDI 12 MARS DE 16 H 30 À 17 H 30 / SALLE DES EXPOSITIONS / Sur inscription

• STAND SANTÉ MENTALE DU CIJ

| SAMEDI 14 MARS DE 14 H À 18 H / HALL / Accès libre



• RENCONTRE AVEC LE DOCTEUR EN PSYCHOPATHOLOGIE ET PSYCHOLOGUE CLINICIEN SAMUEL DOCK

Autour de l'ouvrage « Santé mentale : comment faire face ? », publié dans la collection ALT (éd. La Martinière).

Cette collection propose des textes courts aux adolescents et jeunes adultes, pour leur donner des clés de compréhension sur de nombreux sujets. Ici, la santé mentale vue par un professionnel. La rencontre sera suivie d'une vente de livres proposée par la librairie Lilosimages.

| SAMEDI 14 MARS DE 16 H À 18 H / AUDITORIUM / Sur inscription



DES PROPOSITIONS POUR LE PUBLIC ADULTE

• BIBLIOTHÈQUE VIVANTE : TÉMOIGNAGES D'INDIVIDU À INDIVIDU

La rencontre vous permettra, à travers différents « chapitres », de découvrir le vécu d'une infirmière en santé mentale et le vécu d'une personne concernée. En présence de **Brigitte Ho-Chong-Line** (infirmière diplômée d'État) et de **Julie Marguier** (médiatrice de Santé-Paire), travaillant au CREHAB'16 (Centre de réhabilitation psychosociale de proximité de la Charente – Centre hospitalier Camille Claudel).

| MARDI 3 MARS ET JEUDI 5 MARS DE 14 H À 17 H / SALLE DES EXPOSITIONS / Accès libre