

# Et toi ? Ça va ?



Retrouvez toutes les informations et animations sur :  
[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)  
[www.lannion-tregor.com](http://www.lannion-tregor.com)

## Contact

**Morgane MARTY**

*Chargée de Mission Santé*

*CIAS de Lannion-Trégor Communauté*

02 96 05 01 49 - [morgane.marty@lannion-tregor.com](mailto:morgane.marty@lannion-tregor.com)

## Les partenaires



Avec le soutien financier de l'ARS Bretagne



Conception : service Communication LTC - Janvier 2020 - Crédit Photo © Adobe Stock

connaissance de soi  
relation parents-ados  
accompagnement  
estime de soi  
préjugés

du 16 au 29 mars 2020

Semaines d'information  
sur la santé mentale



# PROGRAMME

**Lundis 16 et 23 mars**

## **>> Atelier**

«Modeler ses émotions en Terre'Happy»

Atelier de médiation artistique sur argile.

Intervenante : Anne-Gaëlle Chauvey, médiatrice artistique.



**14h-15h ou 15h30-16h30**

**Sur inscription auprès du Centre Social L'Horizon. Gratuit.**



Tout public

**Mercredi 18 mars**

## **>> Arbre à idées reçues**

**Venez vous informer d'une autre manière !**

Une construction en forme d'arbre sur laquelle sont accrochés des petits panneaux : recto une idée reçue et verso sa contre-vérité argumentée. Œuvre réalisée par les professionnels et usagers du CATTp de Lannion (centre d'accueil thérapeutique à temps partiel) de la Fondation Bon Sauveur.

Echange animé par La Fondation Bon Sauveur et l'UNAFAM.



**14h à 16h**

**Salle Animation, Médiathèque Sainte-Anne, Lannion.**

**Arbre également visible durant toute la quinzaine aux heures d'ouverture de la Médiathèque.**



Tout public

**Jeudi 19 mars**

## **>> Soirée débat**

«Quoi ? Pourquoi tu me regardes comme ça ?»

L'adolescence, une période de grands bouleversements tant physiques que psychiques. Il devient maladroit, croit que tout le monde le regarde, etc.

L'intervenante donne des clés pour savoir accompagner son ado au mieux et comprendre ces changements.

Intervenante : Manuella Lemarié-Doledec, coach parental.



**18h30 à 20h30**

**Salle des fêtes. Saint-Michel-en-Grève. Gratuit.**



Parents et ados

## **>> En + : Portes ouvertes**

**Le samedi 28 mars, de 10h à 12h30**

- GEM Le Bon Cap, Sainte-Anne, Lannion.

- Magasin Cap mag'ig, 125 rue de l'aéroport, Lannion.

**Lundi 23 mars**

## **>> Cinéma**

**Projection du film «Happiness Therapy»**

Un film de 2013. David O. Russell.

Pat Solatano a tout perdu et se retrouve dans l'obligation d'emménager chez ses parents. Il est déterminé à se reconstruire et à renouer avec son ex-femme.



**20h30 - durée du film : 2h02**

**Cinéma Les Baladins, Lannion. Tarif cinéma habituel.**



Tout public

**Vendredi 27 mars**

## **>> Conférence**

«Les compétences psychosociales»

Qu'est-ce c'est ? A quoi ça sert ? Comment les mettre en pratique avec les 3 - 18 ans ?

Intervenantes : Sandrine Dupé et Lydie Gavard-Vetel, IREPS.



**9h30 à 11h30, accueil à partir de 9h**

**Grand amphithéâtre, Lannion-Trégor Communauté. Gratuit.**



Professionnels

**Samedi 28 mars**

## **>> Théâtre-Forum**

**Débat collectif et interactif : Les ados face au cyber-harcèlement et aux réseaux sociaux**

Le théâtre-forum est une façon qui sort de l'ordinaire pour évoquer des problématiques du quotidien : mise en scène de situations, dialogues, interactions avec le public. Prêtez-vous au jeu de rôles avec les comédiens.

Intervenant : Compagnie Organic Bazar.



**De 14h30 à 16h30**

**Salle des fêtes, Cavan. Gratuit.**



Tout public

En + : à destination des adolescents, parents d'adolescents et jeunes adultes

## **>>> À découvrir tout au long de la quinzaine**

### **Tables de lecture**

Des ouvrages spécialisés sur la thématique sont disponibles en consultation dans les bibliothèques et médiathèques participantes.

Renseignez-vous près de chez vous.

### **Reportage radio**

Tous les jours, du 23 au 28 mars, à 13h, sur Radio Océane.