

# En ***mouvement*** pour notre santé mentale



Français  
simplifié

**16 > 29**  
**mars**  
**2024**

PROGRAMME

**Semaines d'information  
sur la santé mentale**

Ateliers, conférences, ciné-débat, expositions

# Le mot du collectif SISM de Rennes

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) sont organisées chaque année dans toute la France pour informer, débattre et construire autour d'un thème commun.

Cette année, le thème est :

« En mouvement pour notre santé mentale ».

C'est du 16 au 29 mars à Rennes.

Selon l'OMS (l'Organisation mondiale de la Santé), *« l'activité physique est bonne pour le cœur, le corps et l'esprit (...). Elle peut améliorer la réflexion, l'apprentissage et le bien-être général »*. De plus, elle *« permet de maintenir ou d'améliorer la santé mentale et de réduire le risque de troubles mentaux en agissant sur des facteurs psychologiques tels que le renforcement de l'estime de soi, le sentiment d'auto-efficacité et de contrôle de soi. L'activité physique favoriserait également l'interruption des pensées négatives associées au stress, à la dépression et à l'anxiété »*.

Toute activité qui met en mouvement compte : les déplacements (à pied, en roller et à vélo), au travail, en faisant du sport ou pendant ses loisirs, ou en faisant des tâches ménagères.

Se mettre en mouvement, c'est aussi s'intégrer dans son environnement social, professionnel...

Se mettre en mouvement c'est aussi se sentir motivé, avoir l'envie, le désir et prendre son temps...

Alors comment se mettre en mouvement participe à prendre soin de sa santé mentale ?

Nous comptons sur votre présence et votre participation pour faire avancer nos réflexions.

# Français simplifié



Pour faciliter la lecture du programme des Semaines d'information sur la santé mentale, chaque texte a été retravaillé par Aurélie Chasles, spécialisée dans le facile à lire et à comprendre.

Pour en savoir plus : [www.aureliechasles-falc.fr](http://www.aureliechasles-falc.fr)

## Samedi 16 mars

## 11h à 17h

---

### Forum

# On a tous une santé mentale !

Le collectif des Semaines d'information sur la santé mentale et ses partenaires organisent des animations pour débattre et vous informer. Ce rendez-vous permet de réfléchir à ce qu'on pense de la santé mentale.

**Où ?** Kiosque Parc du Thabor, Rennes

**bus** C5 → arrêt Thabor,  
C1, C3 et 12 → arrêt Fossés

**Pour qui ?** Ouvert à tous

**Gratuit**

**Des questions ?**

Alicia Gendre  
Maison Associative de la Santé  
02 21 73 01 04  
[a.gendre@maisondelasante.com](mailto:a.gendre@maisondelasante.com)

**Organisé par** le collectif SISIM de Rennes

**Samedi 16 mars**

13h45 à 17h

## Activités de plein air Respire et Marche !

Pendant une heure, venez essayer des activités d'extérieur : les marches respirées, synchroniques et afghanes, le renforcement cardio-respiratoire, musculaire et articulaire, la sophrologie, les jeux d'équilibre et de mémoire.

Tenue confortable et chaussures adaptées à la pratique sportive.

2 groupes d'environ 15 personnes sur 2 créneaux d'animation :

- **1<sup>er</sup> départ** du kiosque du Parc du Thabor de 14h à 15h
- **2<sup>e</sup> départ** de 15h30 à 16h30

### **Avec la présence de :**

- L'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques d'Ille-et-Vilaine
- « Respire et Marche » Bretagne Sport Santé

### **Où ? Parc du Thabor**

#### **Place St Melaine, Rennes**

Point de rendez-vous à l'entrée du parc, Place St Melaine et/ou au Kiosque du Thabor

 **Ligne a** → arrêt Sainte Anne ou République

 **C5** → arrêt Thabor,  
**C1, C3 et 12** → arrêt Fossés

**Pour qui ?** Sur inscription, pour des personnes concernées par les troubles psychiques : usagers, proches aidants, soignants

### **Gratuit**

### **Des questions ?**

UNAFAM 35  
communication35@unafam.org

**Organisé par** l'Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques d'Ille-et-Vilaine

## **Conseil Rennais de Santé Mentale** **Séance plénière**

# Préparation des états généraux de la santé mentale

Les États généraux de la Santé Mentale à Rennes se dérouleront en novembre 2024 et aborderont plusieurs sujets (le vivre ensemble, le logement, la jeunesse, la participation citoyenne des personnes en souffrance psychique, la culture ...)  
Ce rendez-vous permettra d'échanger et de faire des propositions autour de la santé mentale, en faisant attention à inclure tout le monde.

Ce temps fort se construit dès aujourd'hui avec la participation du plus grand nombre. La plénière du Conseil Rennais de Santé Mentale est une étape importante, avec des ateliers pour construire ensemble cet évènement prévu en novembre.

**Où ?** Maison des associations  
6 cours des alliés, Rennes

**🚶** Ligne a → arrêt Charles de Gaulle

**🚌** C1, C2, 11 → arrêt Charles de Gaulle, Magenta ou Gares

**Pour qui ?** Sur inscription,  
ouvert à tous

**Gratuit**

**Des questions ?**

Direction de la santé publique  
et du handicap, Ville de Rennes

Mathilde Touttain  
m.touttain@ville-rennes.fr

Nicolas Henry  
ni.henry@ville-rennes.fr

**Organisé par** le Conseil  
Rennais de Santé Mentale

## Conférence interactive et débat

# Artisans, commerçants, élus, dirigeants, professionnels de santé, du médico-social... Comment allez-vous, vraiment ?

Le burnout des dirigeants est réel, on peut en parler.

Le burnout, c'est quand une personne ne va pas bien car elle a trop de travail ou qu'elle n'est pas bien dans son travail.

La soirée se déroulera en 3 parties :

- **Petites scènes**, jeux de rôles sur des dirigeants qui reçoivent des appels\* d'autres dirigeants qui ne vont pas bien ;
- **Témoignages de dirigeants** « du burnout à la renaissance » ;
- **Table ronde** avec des représentants de l'association et les accompagnements proposés.

\* la permanence téléphonique est assurée par des dirigeants bénévoles - 06 68 50 36 32.

**Où ?** Hôtel de Rennes Métropole  
Salle du Conseil  
au rez-de-chaussée,  
4 Avenue Henri Fréville, Rennes

 Ligne a → arrêt Clémenceau

**Pour qui ?** Sur inscription, à destination de professionnels en situation de management (dirigeants de TPE, PME, commerçants, auto-entrepreneurs, cadres de santé, du médico-social...) et des élus.

**Gratuit**

**Des questions ?**  
Association Rebond 35  
Cédric Thirouard  
06 99 05 38 38

**Organisé par** l'association  
Rebond 35

**Avec la présence de** Rebond 35 et ses partenaires (Association EGEE - Entente des Générations pour l'Emploi et l'Entreprise, Ascape 35, MEDEF, la Confédération des petites et moyennes entreprises, Chambres Consulaires, L'Association des Maires et des Présidents d'Intercommunalité d'Ille-et-Vilaine, le Conseil régional de l'ordre des experts comptables...)

## Atelier collectif

# Prévention de l'épuisement professionnel des responsables d'entreprises

Atelier pour échanger ensemble sur la santé mentale :

- Repérer le plus tôt possible les signes de l'épuisement professionnel ;
- Apprendre à se protéger du burnout en essayant différentes pratiques de gestion émotionnelle ;
- Prendre un temps de recul et un vrai temps pour soi.

Parce que libérer les tensions physiques et mentales aide à être efficace et performant au quotidien.

### Avec la présence de :

- Bruno Lorant, Sophrologue du travail
- Anne Marquant, Réflexologue plantaire
- Nathalie Lasseur Cousin, Art-thérapeute évolutive, OASIS, Oser une autre voie

**Où ?** CCI Ile-et-Vilaine  
2 avenue de la Préfecture,  
Rennes

 **C4** → arrêt Léonard  
ou Préfecture

**Pour qui ?** Sur inscription  
(places limitées à 20 personnes)

**Gratuit**

### Des questions ?

Nathalie Lasseur Cousin  
OASIS, Oser une autre voie  
06 50 79 52 85  
oasis.oser@gmail.com

**Organisé par** l'association  
OASIS, Oser une autre voie  
en partenariat avec Rebond 35



**Mercredi 20 mars**

19h à 21h30

---

## **Table ronde et débat**

# Santé mentale et mouvement !

Grâce à des témoignages, cette soirée sera l'occasion de débattre autour de la question des troubles psychiques.

### **Avec la présence de :**

- Coop1services
- Thérapie et Vie sociale
- Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques d'Ille-et-Vilaine

**Où ?** Maison de quartier de Villejean  
2 Rue de Bourgogne, Rennes

**M** Ligne a → arrêt Villejean  
Université ou Kennedy

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

**Gratuit**

### **Des questions ?**

Jean-Luc Thézé  
Association Coop1Services  
06 58 51 89 28

**Organisé par** l'association  
Coop1Services

## Atelier d'expression

# Voyage au cœur de l'éco-anxiété et de l'éco bien-être

L'éco-anxiété, c'est être stressé par l'avenir de l'environnement. L'éco bien-être c'est comment se sentir bien quand on pense à l'environnement.

Cet atelier pour les étudiants est en deux parties :

- Chaque personne partage les questions qu'elle se pose et ce qu'elle ressent à travers des dessins ou de l'écriture ;
- En groupe, vous cherchez les ressources en vous et en lien avec la nature. Vous développez la confiance devant l'environnement incertain.

Prendre un temps de recul, un vrai temps pour soi et participer à un futur meilleur.

**Avec la présence de Oasis, Oser une autre voie**

**Où ?** Campus Villejean  
(Université Rennes 2)  
Salle I26 (Bâtiment I)  
Place du recteur Henri Le Moal,  
Rennes

 **C4** → arrêt Université

 **Ligne a** → arrêt Villejean-  
Université

**Pour qui ?** Ouvert aux étudiants dans la limite des places disponibles (20 personnes)

**Gratuit**

**Des questions ?**

Nathalie Lasseur Cousin,  
OASIS, Oser une autre voie  
06 50 79 52 85  
oasis.oser@gmail.com

**Organisé par**

OASIS, Oser une autre voie en partenariat avec l'Institut d'Aménagement et d'Urbanisme de Rennes et l'Université Rennes 2

## Film et débat

### *7 passions rennaises*

Diffusion du documentaire *7 passions rennaises* : 7 passions autour des arts, des pratiques artistiques, de ce qui nous met en mouvement. De la santé mentale à l'art : quel mouvement ? Quel engagement ?

Le film sera suivi d'un débat avec le documentariste.

#### **Avec la présence de :**

- Richard Ramangalahy, documentariste
- Atypick
- Pôle rennais de psychiatrie adulte du Centre Hospitalier Guillaume Régnier

**Où ?** Espace social et culturel Aimé Césaire  
15 rue des Frères Louis  
et René Moine, Rennes

 **C3** → arrêt Champs-Manceaux

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

**Gratuit**

#### **Des questions ?**

Pascal Gault  
Association Atypick  
p.gault.atypick@gmail.com  
06 51 85 11 10

**Organisé par** l'association Atypick et le Pôle rennais de psychiatrie adulte du Centre Hospitalier Guillaume Régnier



**Jeudi 21 mars**

18h à 20h

---

## Café philo

# Qu'est-ce qui nous limite : la peur de rater ou la peur de réussir ?

*« Quand on est jeune, il ne faut pas hésiter à s'adonner à la philosophie, et quand on est vieux, il ne faut pas se lasser de philosopher. Car jamais, il n'est trop tôt ou trop tard pour travailler à la santé de l'âme »*

**Epicure, Lettre à Ménécée  
environ 300 avant Jésus-Christ.**

Un café Philo est un moment convivial où des personnes débattent sur une question. Elles échangent leurs idées. Les personnes n'ont pas forcément les mêmes idées mais elles s'écoutent et se respectent.

**Avec la présence de OASIS, Oser une autre voie**

**Où ?** Café Cortina  
12 rue Docteur Francis Joly,  
Rennes

**📍** Ligne a → arrêt Charles  
de Gaulle

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans  
la limite des places disponibles  
(20 personnes)

**Tarifs :** L'entrée est gratuite  
mais il faut acheter une boisson

### Des questions ?

Cécile Pouteau  
OASIS, Oser une autre voie  
06 88 95 09 70  
cpouteau35@gmail.com

**Organisé par** l'association  
OASIS, Oser une autre voie



**Samedi 23 mars**

14h27 à 17h32

## Olympiades

# Les JOIIIIE : Jeux Olympiques Inattendus Indisciplines, Idiots Ensemble

Le COI (Comité Olympique Idiot) vous invite à la première édition d'olympiades originales ouvertes à toutes et tous, adultes et enfants.

Venez tester le lancer de charentaises (les chaussons), le « slow foot » (jouer au football lentement) ou l'« air poney » (faire semblant de faire du poney). Il y aura aussi de l'opéra, de la lecture de poésie et des faux concours de danse.

La règle : se mettre en mouvement et s'amuser !

### Avec la présence de :

- La compagnie DANA
- Les Promenades Idiotes

**Où ?** CHGR, Stade de foot  
Rue Moulin de Joué, Rennes

**bus** C4, C6 → arrêt  
François Château  
67 → arrêt Moulin de Joué

**Pour qui ?** Ouvert à tous

**Gratuit**

**Des questions ?**  
Compagnie DANA  
cie.dana@hotmail.com

**Organisé par** la compagnie DANA, l'association Atypick, le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale Altaïr, le centre de la Thébaudais, les Promenades Idiotes et le Centre Hospitalier Guillaume Régnier

**Lundi 25 > vendredi 29 mars** 14h à 18h30

---

## Exposition

# En deux temps, trois mouvements

Exposition des œuvres réalisées par des personnes accompagnées par le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) Altaïr et des patients du service d'art thérapie du Centre Hospitalier Guillaume Régnier. Elles ont été réalisées en avril 2023 pendant le festival Arts et Soins en Mouvement.

Ces œuvres ont un lien avec la collection permanente du Musée des Beaux-Arts.

### **Avec la présence de :**

- Le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale Altaïr
- Le Centre Hospitalier Guillaume Régnier, service d'Art-Thérapie

**Le vernissage aura lieu le lundi 25 mars à 17h.**

**Où ?** Hôtel Pasteur  
Espace la Vigie 3<sup>ème</sup> étage  
2 place Pasteur, Rennes

 C5 → arrêt place Pasteur

 Ligne a → arrêt République

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

**Gratuit**

### **Des questions ?**

Adeline Corlet  
SAVS Altaïr  
06 76 14 04 27  
adeline.corlet@apase.org

**Organisé par** le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale Altaïr et le Centre Hospitalier Guillaume Régnier

## Théâtre et échanges

# Le monde autour de moi

*« Au bout du rouleau, abandonné à mon lit, je n’y arrive plus ! Pendant que le monde bouge et s’agite, moi, je stresse et reporte tout à demain ».*

Cette création collective parle d’un personnage, mal dans sa peau. Il est à un moment de sa vie où pour lui, l’action est impossible, il n’arrive pas à bouger. Qu’en est-il vraiment pour lui ? Et l’entourage, les autres...

Mise en scène par Sébastien Gallet.  
Lumière de Nolan Chassenotte.

*Spectacle suivi d’un temps d’échange autour d’un verre.*

**Où ?** Salle de spectacle ADEC  
45 rue Papu, Rennes

**bus** C2 → arrêt Horizons,  
C4 → arrêt Chèques Postaux  
ou Marbeuf,  
11, 53, 54, 55, 56, N1 → arrêt  
Chèques Postaux

**II** Ligne a → arrêt République  
(15 min à pied) ou Anatole  
France (15 min à pied)

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans  
la limite des places disponibles

**Gratuit**

**Des questions ?**

Sébastien Gallet  
SAVS Altaïr  
06 24 08 01 75  
sebastien.gallet@apase.org

**Organisé par** le Service  
d’Accompagnement  
à la Vie Sociale Altaïr  
(Association APASE)



**Mercredi 27 mars**

14h à 16h

---

## **Atelier d'expression**

Explorer un thème de vie  
en toute simplicité

Venez nous rencontrer et exprimer  
ce que vous ressentez, vos peurs,  
vos joies...  
Pour cela, vous pouvez dessiner, écrire,  
faire du collage...

**Avec la présence de OASIS, Oser une autre voie**

**Où ?** Les Champs Libres  
10 cours des Alliés, Rennes

 **C1, C2, 11** → arrêt Charles  
de Gaulle, Magenta ou Gares

 **Ligne a** → arrêt Charles  
de Gaulle

**Pour qui ?** Ouvert à tous

**Gratuit**

**Des questions ?**

Nathalie Lasseur Cousin  
OASIS, Oser une autre voie  
06 50 79 52 85  
oasis.oser@gmail.com

**Organisé par** l'association  
OASIS, Oser une autre voie

## **Peinture collective**

# Psymoov'art, en mouvement pour notre santé mentale

Avec Psymoov'Art, participez à une peinture collective.

Avec des patients et professionnels de la Clinique du Moulin, venez choisir un outil original pour peindre. Ces outils ont été transformés par un artiste. Il y a par exemple le Tire-à-l'Art ou encore le Cyclo'Art.

L'œuvre finale sera exposée dans la clinique et le public sera invité au vernissage. D'autres œuvres de patients ou artistes pourront être présentées en même temps.

### **Avec la présence de :**

- Bazooart – Fernand Ajagamelle, artiste polyvalent, cinéaste, sculpteur, plasticien
- Clinique du Moulin

**Le vernissage se déroulera le vendredi 29 mars, de 17h à 19h.**

**Où ?** Clinique du Moulin, Lieu-dit « Carcé », Bruz

 **Ligne 59** → arrêt Pasteur (20 min à pied)

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

**Gratuit**

### **Des questions ?**

Fanny Seiller  
Clinique du Moulin  
02 99 05 05 05

**Organisé par** la Clinique du Moulin

## Animation et échanges

# Le désir en mouvement... ce qui m'émeut

Et toi, qu'est-ce que tu fais bouger ?  
Qu'est-ce qui te met en mouvement ?

Pour aller vers les autres, un groupe ira rencontrer les étudiants de l'université de Villejean pour leur présenter les Semaines d'information sur la santé mentale.

Le groupe aura un stand et pourra présenter des documents. Le but est d'échanger avec les étudiants sur ce que ces personnes ressentent et leurs expériences.

### Avec la présence de :

- Les Etablissements et Services d'Aide par le Travail (ESAT) Les Ateliers de l'Espoir et Utopi St Jacques-de-la-Lande
- L'Association OASIS, Oser une autre voie
- Des étudiantes en psychologie de l'Université de Rennes 2
- Pôle rennais de psychiatrie adulte du Centre Hospitalier Guillaume Régnier

**Où ?** Campus Villejean  
(Université Rennes 2)  
Espace ouvert aux abords du  
Bâtiment L et Hall Bâtiment L  
Place du recteur Henri Le Moal,  
Rennes

 **C4** → arrêt Université

 **Ligne a** → arrêt Villejean-  
Université

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans  
la limite des places disponibles

**Gratuit**

### Des questions ?

Stéphanie Allio-Delestre  
Utopi St Jacques-de-la-Lande  
06 16 47 85 23  
s.allio-delestre@adapei35.asso.fr

**Organisé par** les ESAT  
Les Ateliers de l'Espoir,  
Utopi St Jacques-de-la-Lande  
(ADAPEI 35), Pôle rennais  
de psychiatrie adulte du Centre  
Hospitalier Guillaume Régnier,  
l'association OASIS, Oser  
une autre voie

## Atelier

# En deux temps, trois mouvements

Atelier de pratique artistique à partir d'œuvres de la collection permanente du Musée des Beaux-Arts. Venez laisser exprimer votre créativité autour du thème du mouvement.

### Avec la présence de :

- Le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale Altaïr
- Le Centre Hospitalier Guillaume Régnier, service d'Art-Thérapie

**Où ?** Hôtel Pasteur  
Espace la Vigie 3<sup>ème</sup> étage  
2 place Pasteur, Rennes

 C5 → arrêt place Pasteur

 Ligne a → arrêt République

**Pour qui ?** Ouvert à tous,  
sur réservation

**Gratuit**

### Des questions ?

Adeline Corlet  
SAVS Altaïr  
06 76 14 04 27  
[adeline.corlet@apase.org](mailto:adeline.corlet@apase.org)

**Organisé par** le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale Altaïr et le service d'Art-thérapie du Centre Hospitalier Guillaume Régnier



**Jeudi 28 mars**

16h30 à 18h

## Atelier philo

# La différence est une richesse ?

Un atelier philo est un moment convivial où des personnes débattent sur une question. Elles échangent leurs idées. Les personnes n'ont pas forcément les mêmes idées mais elles s'écoutent et se respectent.

**Avec la présence de OASIS, Oser une autre voie**

### **Où ? Le 4bis**

4 bis cours des Alliés, Rennes

 **C1, C2, 11** → arrêt Charles de Gaulle, Magenta ou Gares

 **Ligne a** → arrêt Charles de Gaulle

**Pour qui ?** Les jeunes de passage au 4bis

**Gratuit**

### **Des questions ?**

Cécile Pouteau

OASIS, Oser une autre voie

06 88 95 09 70

[oasis.oser@gmail.com](mailto:oasis.oser@gmail.com)

**Organisé par** l'association OASIS, Oser une autre voie

## Ciné-débat

# Whiplash de Damien Chazelle

Il n'y a que la musique dans la vie d'Andrew. Le jeune homme de 19 ans veut devenir un des meilleurs batteurs de jazz de sa génération. Pour cela, il n'hésite pas à sacrifier ses relations amoureuses, amicales et familiales. Il s'entraîne tout le temps, il y a beaucoup de concurrence. Une façon d'arriver au sommet est d'entrer au conservatoire de Manhattan. Un grand chef d'orchestre le remarque et il le met à l'essai. Andrew fera tout ce qui est en son pouvoir pour ne pas le décevoir.

*Le film sera suivi d'un échange avec Laetitia Belle, Maîtresse de conférences en psychopathologie et clinique à l'Université Rennes 2, Psychanalyste qui interviendra sur l'impact de la culture et la recherche de performance sur la Santé Mentale et Christine Michenaud, Psychomotricienne en pédopsychiatrie et membre de la Commission culturelle du Centre Hospitalier Guillaume Régnier, qui interviendra sur l'approche thérapeutique de la culture sur la santé mentale.*

**Où ?** Cinéma Arvor  
11 Rue de Châtillon, Rennes

**II** Ligne a → arrêt Charles de Gaulle ou Gares

**Pour qui ?** Ouvert à tous dans la limite des places disponibles

**Tarifs :** Tarifs habituels du Cinéma Arvor  
Tarif Sortir! sur présentation de la carte

### Des questions ?

Alicia Gendre  
Maison Associative de la Santé  
02 21 73 01 04  
a.gendre@maisondelasante.com

**Organisé par** le collectif SISM de Rennes



**Vendredi 29 mars**

9h30 à 12h00

## Porteurs de parole

# Quand je me sens mal, je fais quoi ?

Sur une grande fresque, les passants peuvent donner leur avis et dire ce qu'ils ressentent concernant leur santé mentale. C'est l'occasion de dire comment ils se sentent.

### Avec la présence de :

- Espoir 35
- Avenir Santé Villejean Beauregard
- APASE- Association Pour l'Action Sociale et Educative
- OASIS, Oser une autre voie
- Info psy Rennes
- Clubhouse
- Les Ambassadeurs Santé mentale

**Où ?** Marché de Villejean  
Rue de Bourgogne, Rennes

**🚶** Ligne a → arrêt Villejean

**Pour qui ?** Ouvert à tous

**Gratuit**

### Des questions ?

Isabelle JUSSELIN, ASVB  
07 85 13 62 39  
boussole.asvb@hotmail.com

Cécile Pouteau  
OASIS, Oser une autre voie  
06 88 95 09 70  
cpouteau35@gmail.com

**Organisé par** Espoir 35, Avenir  
Santé Villejean Beauregard,  
OASIS, Oser une autre voie, Info  
Psy Rennes, Clubhouse, Les  
Ambassadeurs Santé mentale

## Et aussi, ...

---

### Ateliers d'expression

« Et vous, comment ça va ? »

Pendant les deux Semaines d'information sur la santé mentale, l'association Accueil des Gens du Voyage 35 ira sur différents lieux d'accueil du département pour parler de la santé mentale avec les voyageurs ! Le but ? Les aider à s'exprimer et à parler de la santé mentale.

**Organisé par** Accueil des Gens du Voyage (AGV) 35

### Déjeuner

## La Fraterie, cantine solidaire et inclusive

Pour mieux connaître la santé mentale, se restaurer les papilles, le cœur et le moral, quoi de mieux que de partager un déjeuner en toute convivialité et fraternité. Vous y mangerez local, bio, équilibré et bon, en excellente compagnie et serez servi par des personnes en souffrance psychique qui prendront soin de vous.

**Organisé par** la Fraterie du Quartier

**Où ?** À partir de 12h30

**Lundi 25 mars**  
à l'Hôtel Pasteur,  
1 place Pasteur, Rennes

 **C5** → arrêt place Pasteur

 **Ligne a** → arrêt République

**Mercredi 27 mars**  
au Pôle Associatif  
de la Marbaudais, 32 rue  
de la Marbaudais, Rennes

 **C5 et 51** → Arrêt Gros-Chêne

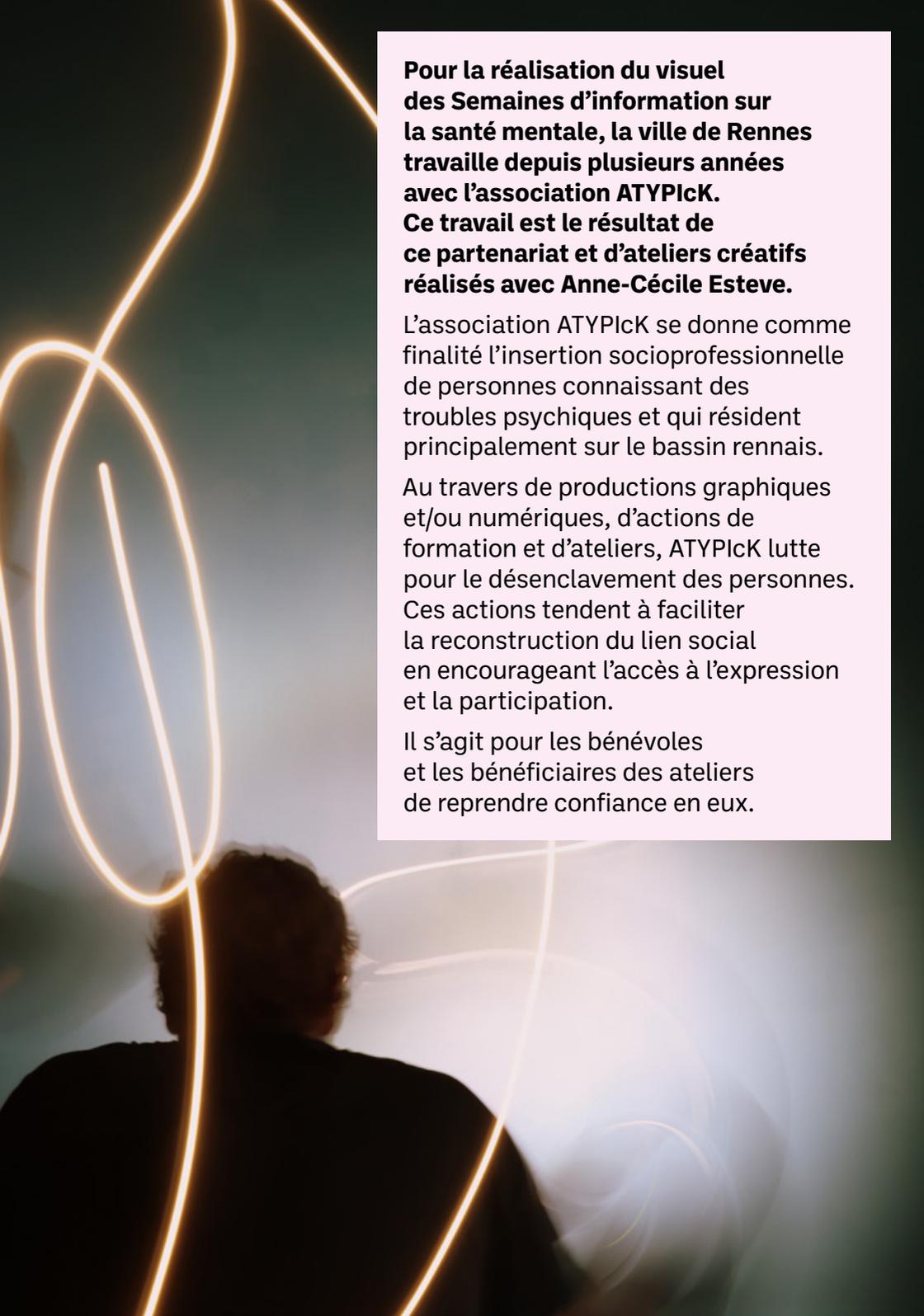
**Fourchette de prix :**

entre 5 € et 15 €,

sur réservation

au 07 83 42 08 20 ou

lafraterieduquartier@gmail.com



**Pour la réalisation du visuel  
des Semaines d'information sur  
la santé mentale, la ville de Rennes  
travaille depuis plusieurs années  
avec l'association ATYPlcK.  
Ce travail est le résultat de  
ce partenariat et d'ateliers créatifs  
réalisés avec Anne-Cécile Esteve.**

L'association ATYPlcK se donne comme finalité l'insertion socioprofessionnelle de personnes connaissant des troubles psychiques et qui résident principalement sur le bassin rennais.

Au travers de productions graphiques et/ou numériques, d'actions de formation et d'ateliers, ATYPlcK lutte pour le désenclavement des personnes. Ces actions tendent à faciliter la reconstruction du lien social en encourageant l'accès à l'expression et la participation.

Il s'agit pour les bénévoles et les bénéficiaires des ateliers de reprendre confiance en eux.

## LE COLLECTIF ET SES PARTENAIRES REGROUPENT EN 2024

Accueil des Gens  
du Voyage 35  
Adapei 35 -  
Utopi Saint-Jacques  
Agence Départementale  
du Pays de Rennes  
Agence Régionale  
de Santé Bretagne  
Aiguillon Construction  
L'Antre-2  
APASE - SAVS Altaïr  
Association La Bretèche  
- ESAT Les Ateliers  
de l'Espoir  
ATYPiCK  
L'Autre Regard  
Association Ar Roc'h  
Avenir Santé Villejean  
Beauregard  
Centre de l'Escalé  
Thébaudais  
Centre Hospitalier  
Guillaume Régnier  
Les Champs Libres  
Cinéma Arvor  
Clinique du Moulin  
Clubhouse France  
Coop1 services  
DAC'tiv  
Espoir 35 (SAMSAH)

IFPEK  
Info Psy Rennes  
France Assos Santé  
La Fraterie du Quartier  
La Rive- Club M'aide  
Maison Associative  
de la Santé  
OASIS, Oser une autre  
voie  
Polyclinique Saint-Laurent  
Rebond 35  
Solidarité Anorexie  
Boulimie 35  
Sources  
Thérapie et vie sociale  
Pool d'art-thérapie  
Santé Mentale France  
Bretagne  
SCIC LIVAH – Alfadi  
UNAFAM 35  
(Union nationale des Amis  
et Familles de Malades  
Psychiques)  
Ville de Rennes  
Des professionnels  
libéraux  
Des usagers et  
personnes intéressées  
par les questions  
de santé mentale

Photographies  
de couvertures  
et pages intérieures :  
association ATYPiCK

Impression :  
Imprimerie de Rennes  
Métropole

**S'il n'y a  
pas de prix,  
l'événement  
est gratuit**

### Des questions ?

**Maison Associative de la Santé**

02 99 53 48 82

[a.gendre@maisondelasante.com](mailto:a.gendre@maisondelasante.com)

[www.maisondelasante.com](http://www.maisondelasante.com)