

**Mercredi**  
**9 Octobre 2024**

# FORUM

**“En mouvement pour notre Santé Mentale”**

 **Place de la liberté**  
**à Moulins (03000)**

 **12H00 - 16H30**

**Bibliothèques vivantes**

**Accompagnement Famille-Parentalité**

**Point Informations Santé Mentale**

**Atelier Pilates**

**Informations pour les aidants**

**Prévention et sensibilisation**

**Animations sportives**

**Expositions**



**Tous concernés**





# Programme

## Association les Ames Dansantes

Atelier Pilates à **13h**

Atelier  
"Qu'est ce que je fais pour  
me sentir bien ?"

à **12h30** ou **13h30** ou **15h**

## Ma différence en Bocage

Accompagnement  
Famille-Parentalité

## Centre Communale d'Action Sociale de Moulins

Informations  
communales  
(personnes âgées,  
parentalité et  
enfance...)

## CODEP EPGV\* 03

Démonstrations  
d'activités physiques  
adaptées à  
**14h30** ou **15h30**

## Maison de Protection des Familles 03

Sensibilisation aux  
discriminations, accès  
aux droits, dangers  
d'internet...

## Bulles d'R

Informations pour les  
aidants de personnes  
en situation de  
handicap

## Expositions

"Le Travail d'ESAT\*  
en mouvement"

"Sportives à la Une":  
Questions du sexisme  
dans le sport

## Informations Santé Mentale

Premier Secours en  
Santé Mentale  
&  
PTSM\*

## UNAFAM 03

Union nationale de  
familles et amis de  
personnes malades  
et/ou handicapées  
psychiques

Mais aussi.. **le Pôle Santé  
Mentale d'Yzeure, des  
Bibliothèques vivantes...**

\*EPGV : Comité Départemental d'Education Physique et de Gymnastique Volontaire

\*ESAT: Établissement et service d'accompagnement par le travail

\*PTSM : Projet Territorial de Santé Mentale