

Octobre 2025 - Edition N°7

Cette année, SISM 2025 nous invite à explorer un thème essentiel : "Santé mentale & inclusion"

Cet événement national est l'occasion de sensibiliser, d'échanger et de mieux comprendre les enjeux liés à la santé mentale. Du 6 au 19 octobre, des actions et rencontres permettront de favoriser le dialogue et de mettre en lumière la richesse et la diversité des parcours de vie.

Evènements à venir dans le 92



Débat/échange : "Repérer les signes de fragilité chez l'enfant et l'adolescent"

📅 6 octobre - 18h30 📍 Salle Saint-Barbe
- 10 place du chateau Saint-Barbe,
Fontenay-aux-Roses

Gratuit - Places limitées - Inscription
obligatoire au pôle Handicap du CCAS
au 01 41 13 20 12 ou 01 41 13 20 75.



Ciné-rencontre

📅 6 octobre - 20h 📍 Les 3 Pierrots, 4
rue du Mont-Valérien, Saint-Cloud

A l'occasion de la Journée des Aidants, le
cinéma les 3 Pierrots organise une
projection du film "Chamboultout", suivi
d'un pot avec les associations.

Tarif : 8€ - Pour plus d'information,
cliquez [ici](#).



Exposition de tableaux, dessins, photos et objets réalisés par les patients de l'hôpital psy.

 **8 au 17 octobre - 9h à 17h** ♀ Médiathèque - 7/9 rue des Vallées, Chatenay-Malabry

Exposition de productions réalisées par les patients de l'hôpital psychiatrique.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Ateliers de relaxation et estime de soi

 **8 octobre - 14h à 16h30** ♀ Médiathèque - 7/9 rue des Vallées, Chatenay-Malabry

Une après-midi à la médiathèque pour participer à : 2 ateliers de relaxation et 1 atelier Estime de soi à travers la lunette d'un appareil photo pour montrer le meilleur de SOI (association club photo).

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Forum "Santé mentale" pour les étudiants



Ciné débat "Adieu les cons"

 **9 octobre - 20h30** ♀ Cinéma Le REX
364 avenue de la Division Leclerc,
Chatenay Malabry

Projection du film "Adieu les Cons". Débat ensuite avec un psychiatre de l'asso Vivre

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Projection documentaire et échanges

 **9 octobre - 16h à 19h ♀ Résidence Larose, ARPEJ, 111 bd Camélinat, Gennevilliers**

L'équipe de l'Espace Santé Jeunes (ESJ) et le coordinateur du CLSM tiendront des stands équipés d'outils pour sensibiliser et libérer la parole, avec des jeux de cartes. Différents sujets y seront abordés : la vie de jeune, les troubles psychiques, les réseaux sociaux, comment gérer le stress... Un psychologue clinicien de l'ESJ sera présent pour recevoir en individuel ou en collectif les étudiants qui le demandent.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Sensibilisation auprès des seniors via un jeu

 **10 octobre - 10h à 16h45 ♀ 17 rue Thiers, Rueil Malmaison**

Le jeu de plateau "Voyage au cœur du Cosmos mental" est un outil interactif et participatif qui peut permettre de prendre conscience que tous les individus ont des ressources et des obstacles en santé mentale.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Ateliers de relaxation et sommeil

 **10 octobre - 14h à 16h ♀ Médiathèque - 7/9 rue des Vallées, Chatenay-Malabry**

Projection d'un documentaire, réalisé par les patients, professionnels et partenaires du CH des Pyrénées, sur un projet de musique et de danse puis échanges en visio entre le public et quelques personnes qui ont participé à ce projet.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Forum des aidants

 **14 octobre - 20h ♀ Cinéma Landowski, Boulogne-Billancourt**

En préambule du Forum des aidants, le film «Marie Heurtin».

Ouvert à tous, gratuit sur inscription : aidants@mairie-boulogne-billancourt.fr

 **16 octobre - 10h à 17h30 ♀ Espace Landowski, 28 avenue André-Morizet, Boulogne-Billancourt**

Que vous soyez aidant d'une personne âgée, en situation de handicap ou malade, venez à la rencontre des professionnels, institutions et associations qui pourront vous informer, vous conseiller, vous accompagner et vous orienter.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



 **15 octobre - 14h à 16h30** ♀ **Médiathèque** - 7/9 rue des Vallées, **Chatenay-Malabry**

Atelier Relaxation par un psychomotricien de l'hôpital psychiatrique et atelier sur le sommeil avec une napsophteapeute.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Ciné débat "La vie de ma mère"

 **16 octobre - 14h30 à 17h** ♀ 1 rue Pierre et Marie Curie, **Gennevilliers**

Projection du film « la vie de ma mère », portant sur la thématique du trouble bipolaire, suivi d'un débat avec une table ronde réunissant différents professionnels de santé mentale (psychologue de l'Espace Santé Jeune, psychiatre du CMP, médiateur santé pair du dispositif Rehinspir, médiateur en santé mental du DAC 92 Nord). Des échanges se feront entre les professionnels et le public dans la salle.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Journée découverte de l'Espace Santé Jeunes

 **15 octobre - 14h à 19h** ♀ **Espace Grésillons**, 28 rue Paul Vaillant Couturier, **Gennevilliers**

L'Espace Santé Jeune est une structure municipale accueillant des jeunes publics avec ou sans rendez-vous. Les objectifs de cette action sont à la fois de faire connaître cette structure et ses différents accompagnements, mais aussi de faire découvrir le rôle de psychologue, l'automassage ou encore la sophrologie. Le but est aussi de favoriser la libération de la parole des jeunes identifiés par des partenaires locaux.

Pour plus d'information, cliquez [ici](#).



Forum du lien social

 **16 octobre - 10h à 15h30** ♀ **Ancienne mairie**, 68 rue Houdan, **Sceaux**

L'association Espérance Hauts-de-Seine (EHS) vous invite à participer au Forum du lien social "pour notre Santé mentale, réparons le lien social".

10h-12h : Accueil café - ateliers sur le thème de la rencontre avec l'autre

12h-13h : Déjeuner

13h-15h30 : Groupe de parole

Gratuit - Sur inscription sur ce [lien](#). Plus d'information [ici](#).

A venir : 2ème édition de la "Seine en folie"

 **8 novembre - 9h à 19h** ♀ **La Seine Musicale**, **Boulogne-Billancourt**

Au programme :

 Des **interventions artistiques**.

 Des **rencontres et tables rondes** : avec des

professionnels, des familles, des personnes concernées, pour partager expériences et savoirs.

🕒 **La remise des prix du concours.**

collégiens/lycéens – pour valoriser la créativité et l'engagement des jeunes autour de la santé mentale.

🌿 Des temps de respiration et de **relaxation**.

Entrée gratuite - Pour plus d'information, cliquez [ici](#)

[Je m'inscris](#)

A la une

La Santé Mentale France Île-de-France organise une matinée avec des activités culturelles et artistiques

📅 **2 octobre - 9h à 12h30** ♀ **Association du Quartier Notre-Dame-des-Champs, 92 bis Bd Montparnasse, Paris 14**

Les **activités artistiques et culturelles**, d'abord développées en psychiatrie, **sont aujourd'hui reconnues** dans de nombreux services médicaux et médico-sociaux comme des outils **favorisant la qualité des soins, la réhabilitation et l'inclusion des personnes**. Cette démarche invite à explorer les pratiques créatives, leurs fondements théoriques et les conditions organisationnelles qui permettent leur mise en œuvre, notamment grâce à l'appui associatif.

Participation de 10€ sauf pour les personnes concernées, chômeurs et étudiants.

[Je m'inscris](#)

Secourisme en santé mentale et fonction publique : agir ensemble ! Rencontres PSSM France

📅 **3 octobre - 9h à 12h30** ♀ **Ministère de la Santé & de la Prévention, 14 avenue Duquesne, Paris**

La santé mentale est un enjeu majeur au sein de notre environnement professionnel, et la capacité à apporter un premier soutien est essentielle. Trois ans après la diffusion de la circulaire relative aux actions de sensibilisation et de formation au secourisme en santé mentale dans la fonction publique, PSSM France vous invite à faire un point d'étape sur son déploiement.

[Information et réservation](#)

Sensibilisation du Céapsy : "Santé mentale à tout âge : bien vieillir"

📅 **9 octobre - 10h à 12h** ♀ **Visioconférence**

Cette sensibilisation a pour objet de :

- Décrire un état des lieux de la santé mentale des seniors
- Identifier les signes de mal-être des personnes âgées

- Aborder les postures face aux troubles psychiques des aînés des équipes
- Connaître les dispositifs d'accompagnement et lieux ressources pour les seniors et leurs proches aidants
- + Partager un temps de questions / réponses

[Je m'inscris](#)

2 conférences organisées par la fondation OCH : "Face aux risques suicidaires d'un proche, comment accompagner ?"

 9 octobre - 20h à 22h ♀ Maison Familya, 23 rue Oudinot, Paris 7e

 15 octobre - 20h à 22h ♀ Mairie du 15e, 31 rue Péclet, Paris

Paroles d'experts et témoignages – temps de questions-réponses – échanges autour d'un verre – présence de l'équipe Ecoute & conseil et d'autres associations.

Places limitées

[Information et inscription](#)

Ciné-débat "L'Odyssée de la psychiatrie citoyenne"

 14 octobre - accueil à 18h - projection de 18h45 à 20h, suivi d'un débat
♀ Ministère de la Santé, Salle Laroque, 14 av. Duquesne, Paris 7e

"L'Odyssée de la psychiatrie citoyenne", de Caroline Glorion, est un documentaire qui retrace la longue marche d'un secteur de psychiatrie public de la banlieue Est de Lille, de l'asile vers un réseau de santé mentale, intégré dans la cité et respectueux des droits des usagers.

Gratuit - Inscription obligatoire

[Je m'inscris](#)

Pièce de théâtre "Passionnément à la folie"

 20 octobre - 20h30 à 22h ♀ Théâtre de l'Opprimé, 78 Rue du Charolais, Paris

La pièce interroge la perception de la société concernant la schizophrénie et de ce que nous sommes prêts à faire par amour. Nous suivrons la vie de Charlotte et de son fils Adrien de ses treize ans à ses vingt sept ans.

Tout public à partir de 14 ans - tarif : 18€

[Information et réservation](#)

Webinaire du Céapsy : "Santé mentale quand on vient d'ailleurs"

 23 octobre - 10h à 12h ♀ Visioconférence

Ce webinaire a pour objet de :

- Décrire un état des lieux de la santé mentale des personnes exilées
- Présenter l'impact du parcours de migration sur la santé mentale

- Aborder la dimension transculturelle dans les accompagnements de ces personnes fragilisées
- Connaître les dispositifs et lieux ressources en IDF
- + Partager un temps de questions / réponses

[Je m'inscris](#)

Rencontres mensuelles avec d'autres familles

- Asnières - 16 octobre
- Fontenay - 18 octobre
- Saint-Cloud - 4 octobre
- Suresnes - 6 octobre

[L'agenda complet](#)

A découvrir

"Au bord de ma vie", livre sur l'itinéraire d'une borderline de l'hôpital psy à la Laponie, d'Abigail Barrand

Conférencière et militante engagée pour la santé mentale, Abigail livre dans cet ouvrage un témoignage puissant et sincère sur son combat contre la maladie mentale.

Ce récit, construit comme un journal de bord, entre souvenirs d'hôpital et road-trip en Laponie, offre un regard inédit, lucide, bouleversant, mais aussi porteur d'espoir.

[En savoir plus](#)

Mieux suivre et connaître son trouble mental via une App développée par l'ARS

La plateforme "Jardin Mental" est dédiée aux personnes présentant un trouble psychiatrique. Elle leur offre la possibilité de suivre quotidiennement l'évolution de leurs symptômes (humeur, idées parasites, sommeil, anxiété, sensations étranges ...) entre deux consultations pour faciliter l'identification du traitement le plus adapté le plus rapidement possible et orienter le suivi au plus proche de la réalité de la personne.

Comment ça marche ?

Le patient répond à un questionnaire quotidien personnalisé pour suivre son état de santé mental et son évolution. Il note ses prises de médicaments et tous les événements importants de sa journée. L'application lui permet de se fixer des objectifs et de visualiser ses données en un coup d'oeil. Celles-ci peuvent également être transmises au médecin par mail, si la personne le souhaite.

[En savoir plus](#)

Guide des aidants des Hauts-de-Seine

Retrouvez les informations pour les aidants dans ce guide construit avec les acteurs du territoire.

[Lire le guide](#)

A bientôt !

L'équipe Unafam 92

Unafam Hauts-de-Seine

4 rue Foch - 92270 Bois-Colombes

✉ 92@unafam.org ☎ 09 62 37 87 29

Présence à la délégation les mardis, mercredis et jeudis

www.unafam.org

www.unafam.org/hauts-de-seine

Cet email a été envoyé à dominique.gayet@unafam.org, [cliquez ici pour vous désabonner](#).

4 RUE FOCH 92270 BOIS COLOMBES FR