Saint-Martin-d'Hères

Dimanche 8 et du mardi 10 au vendredi 20 octobre

Exposition « Le lieu où je me sens bien, mon lieu rêvé »

Les martinérois de tous âges ont été invités à représenter artistiquement ces lieux qui les ressourcent, nous font du bien, font rêver et apaisent… Une invitation et une parenthèse pour échanger sur ce qui nous fait vibrer, nous touche agréablement ou délicieusement...

→ **Dimanche 8 octobre toute la journée.** Vernissage de l'exposition. Foire verte du Murier.

→ **Du mardi 10 au 20 octobre : du lundi au jeudi, de 9h à 12h et le vendredi 13 de 14h à 17h.** Résidence autonomie Pierre Sémard. Pot de clôture le **vendredi 20 octobre de 16h à 18h**.

Événements tout public. Pour les visites de groupe contactez la Direction Santé publique et environnementale au 04 76 60 74 62.

Jeudi 12 octobre de 10h à 17h

Psytruck

La santé mentale nous concerne toutes et tous : venez en discuter autour d'un café servi dans un camion très original !

Le concept ? Un camion qui circule dans la région, avec à son bord des professionnels, des personnes concernées par des troubles psychiques et leurs proches. Parler santé mentale, découvrir des ressources locales, tester ses connaissances autour d'un café : toutes les raisons sont bonnes pour passer y faire un tour !

→ Parvis de la bibliothèque universitaire droits-lettre.

Tout public. Entrée libre gratuite.

Mardi 17 octobre à 20h

La poésie de l'échec (Compagnie Marjolaine Minot)

Spectacle de théâtre/danse/beatbox. C'est l'histoire d'une famille où l'on fait semblant que tout va bien. Pourtant, tout va mal. Personne ne communique vraiment et chacun tente de cacher ses fragilités, ses émotions, jusqu'à ce qu'elles débordent, explosent à la surface du réel sous forme de « bulles » surréalistes, sonorisées et burlesques. Une ode originale et drôle à la famille et à tous ceux qui vont de travers. Libérateur et requinquant.

→ Heure Bleue. *Tarifs : 5-17€. À partir de 12 ans.*

Billetterie : 04 76 14 08 08 / billetterie en ligne : https://culture.saintmartindheres.fr/equipements/lheure-bleue/billetterie.

Mardi 17 octobre de 9h à 12h

Table-ronde et Forum « Santé mentale des enfants (6-12 ans) : Des repères pour comprendre, des ressources pour agir »

Les CLSM se réunissent pour proposer aux professionnels de l'agglomération de s'informer et de rencontrer les acteurs ressources de la santé mentale des enfants.

→ Espace Culturel René Proby, Saint-Martind'Hères.

À destination des professionnels de l'agglomération grenobloise. Événemen gratuit, sur inscription : https://docs.google.com/forms/d/13O_LRDDhrZAWOJjiOK5db3nhR_Abm-QUPhfPnnQr4WE/prefill?pli=1

Qu'est-ce que les SISM ?

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale.

Ces semaines sont l'occasion de construire des projets en partenariat et de parler de la santé mentale avec l'ensemble de la population.

Les objectifs des SISM ?

Sensibiliser le public aux questions de santé mentale.

Informer à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale.

Rassembler par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.

Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.

Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

Comité d'organisation :

CLSM d'Échirolles/Le Pont-de-Claix, CLSM de Fontaine, CLSM de Grenoble, CLSM du Pays Voironnais, CLSM de Saint-Égrève, CLSM de Saint-Martin-d'Hères et CLSM de Saint-Marcellin, Vercors, Isère

Programme réalisé par la direction de la communication du CHAI | Septembre 2023

Semaines d'information sur la santé mentale



Ciné débat - Exposition - Formation - Projection

Échirolles - Le Pont-de-Claix

 # Du lundi 9 au vendredi 20 octobre de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

Exposition « Les carnets du secouriste en santé mentale » PSSM-France Premiers Secours en Santé Mentale S'informer pour se former

→ Atrium, Hôtel de Ville d'Échirolles.

→ Accueil CCAS de Le Pont de Claix. Sauf les lundis à partir de 10h.

Tout public. Entrée gratuite.

 # Du lundi 9 octobre à 14h

Marchons ensemble : les bienfaits de l'activité physique sur son mentale

→ Parc Maurice Thorez, Échirolles.

Fontaine

 # vendredi 13 octobre de 18h à 20h

Conférence « art brut » et santé mentale

Venez découvrir le cabinet de curiosités itinérant qui vous propose un voyage à travers l'histoire de l'art - à l'initiative de Fabrice Nesta, artiste conférencier.

→ Rendez-vous devant le VOG, 10 avenue Aristide Briand, Fontaine. *Tout public.*

 # Samedi 14 octobre de 14h30 à 16h30

Qu'est ce qui vous fait du bain ?

Atelier de production de sels de bain, avec les adolescents de Loisirs Pluriels suivi d'un goûter.

→ Maison des habitants George Sand. *Tout public.*

 # Samedi 21 octobre de 10h30 à 12h30

Et toi, Comment tu te sens ?

Complétons l'arbre des ressources ! Échanges sur les ressources pour aller bien, pour visualiser l'éventail des possibilités qui s'offrent à nous pour mener à bien nos projets, quand on on rencontre un problème de santé mentale ou qu'on vit avec un trouble psychique.

→ Médiathèque Paul Eluard. *Tout public.*

Grenoble

 # Lundi 9 octobre matin, dès 8h30

Forum Santé Mentale et Exil : Les Mineurs Non Accompagnés

Matinée de rencontre, d'échanges et d'expérimentation autour de la thématique des Mineurs Non Accompagnés organisée par les membre de la coordination exil et santé mentale du Conseil Local de Santé Mentale de Grenoble.

→ Hôtel de Ville de Grenoble. *À destination des professionnels, bénévoles et toutes personnes engagées dans l'accompagnement de personnes en situation d'exil.*

 # Lundi 9 octobre à 18h30

Ciné-débat autour du film « handicap et vieillissement, et réciproquement » de Michel Szempruch, du Fil Rouge, 2022

En présence du réalisateur Michel Szempruch.

→ Cinéma Le Club. *Tout public. Entrée libre et gratuite.*

 # Jeudi 12 octobre de 8h30 à 17h

Journée d'étude : « La parentalité en « exil »

L'association La Coque d'une Étoile et Ocellia vous proposent une journée d'étude sur la thématique de la parentalité en « exil ».

→ Campus Ocellia Grenoble-Amphithéâtre Frida Kahlo, Échirolles.

Inscription obligatoire et payante via le site internet : https://ocellia.fr/actualites/journee-detude-la-parentalite-en-exil.

 # Vendredi 13 octobre de 14h à 16h

Atelier « Comment les limites éducatives contribuent à la santé mentale de nos enfants » animé par une psychologue

Aborder sur un temps d'échange ce que sont les limites éducatives, ce qu'elles génèrent dans le développement de l'enfant et comment faire pour que le couple parental puisse les poser au mieux.

→ Cité des Familles. *À destination des parents d'enfants de 1 à 10 ans. Sur inscription au 04 76 50 11 00.*

 # Samedi 28 octobre matin

Ateliers de relaxation, photographie et activités créatives

Ateliers de prévention et sensibilisation autour des questions de santé mentale en thèse.

→ *À destination des étudiants en thèse.*

Sur inscription au mail suivant : mathese-emoi@protonmail.com.

Saint-Égrève

 # Mardi 10 octobre à 20h

Ciné-débat autour du film « Sur l'Adamant » de Nicolas Philibert

Projection du film « Sur l'Adamant » organisée par La Vence Scène de Saint-Égrève et le Centre Hospitalier Alpes-Isère.

→ La Vence Scène

Saint-Marcellin, Vercors, Isère

 # Du lundi 9 au vendredi 20 octobre

« Mythes et réalités »

Affichage interactif pour se questionner sur les mythes et réalités de la santé mentale.

→ Intercommunale des Familles (accueil) à Saint-Marcellin *Tout public. Entrée libre.*

 # Du lundi 9 au vendredi 13 octobre

Exposition « j'aime donc je suis »

Autoportraits photographques et littéraires.

→ Mix'age café, Saint-Vérand. *Tout public. Entrée libre et gratuite.*

 # Du lundi 9 au vendredi 20 octobre

Exposition « d'autres clichés sur la santé mentale »

→ La Dynamo, Saint-Antoine l'Abbaye. *Tout public. Entrée libre et gratuite.*

 # Du lundi 9 au vendredi 20 octobre

Campagne de sensibilisation sur les mythes et les réalités en santé mentale

→ Maison de Santé Pluridisciplinaire, Saint-Marcellin. *Tout public.*

 # Mardi 10 octobre de 17h30 à 21h

Animations et ateliers autour de la réduction des risques en addictologie

→ Maison de l'Intercommunalité, Saint-Marcellin. *Public jeune à partir de 15 ans. Entrée libre.*

 # Mercredi 11 octobre de 9h à 11h

Quiz Micro-Folie

Le Campus Connecté est une opportunité pour les étudiants qui ne peuvent se rendre physiquement dans leur université. Certains le choisissent car il est adapté à leur problématique psychique.

→ *Animation réservée aux étudiants du Campus connecté, non ouverte au public.*

 # Vendredi 20 octobre de 10h à 11h30

Quiz ludique « La folie dans l'art - Un autre regard ? »

Art et folie sont, dans notre imaginaire collectif, souvent liés. Mais qu'en est-il vraiment ? Qui des artistes était atteint de trouble psychique ? Et quel trouble ? Autant de questions que ce quiz ludique vous propose d'aborder.

→ 1/3 lieu numérique, Saint-Marcellin. *Entrée gratuite.*

Sur inscription au 04 76 38 81 21

ou au mail suivant : tierslieunumerique@saint-marcellin.fr

 # Mercredi 18 octobre (Horaire à préciser)

Diffusion du film « Loup y es-tu ? », de Clara Bouffartigue

Le personnel d'un centre médico-psycho-pédagogique reçoit parents et enfants et tente d'apporter soutien et réconfort.

→ Cinéma Les Méliès à Saint-Marcellin. *Tout public*

Entrée gratuite sur inscription au mail suivant : clsm@smvic.fr

 # Jeudi 19 octobre de 9h à 12h30

« Pour toi, c'est quoi la santé mentale ? »

Coin kiosque, documentation et échanges autour des questionnements et des représentations. Animé par l'équipe mobile de la Maison Intercommunale des Familles.

→ PA-ISS, Saint-Marcellin. *Public et professionnels. Sur inscription au mail suivant : accueil@pa-iss.net*

 # Vendredi 20 octobre de 10h à 15h30

Repas partagé « bien dans mon assiette »

Atelier et visite du jardin suivi d'un repas partagé : rencontre échange autour de l'accessibilité alimentaire et la santé.

→ Binette et compagnie, Saint-Antoine l'Abbaye. *Tout public.*

Sur inscription par mail: clsm@smvic.fr

 # Samedi 21 octobre de 9h30 à 10h

Matin poussette « le jardin intérieur chez le tout petit… ça se cultive »

Animations autour de la différence, de la solidarité et de la tolérance.

→ Mix'age café, Saint-Vérand. *Tout public. Entrée libre et gratuite.*

Pays voironnais

 # Du mardi 26 septembre au samedi 21 octobre

Exposition photo : La croisée des regards

Audrey Navarre, photographe, a travaillé pendant trois mois avec 8 bénéficiaires du Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés de l'association ALHPI et du Foyer de Vie Le Cotagon sur la santé mentale. Cet atelier a été un vrai levier favorisant l'inclusion sociale, la prise d'autonomie, la sociabilisation et l'estime de soi.

→ Le Grand Angle, Voiron. *Entrée libre et gratuite.*

 # Jeudi 5 octobre à 18h30

Vernissage de l'exposition photo : « La croisée des regards »

Temps d'échanges en présence des artistes et de la photographe. Un verre de l'amitié sera offert pour l'occasion.

→ Le Grand Angle, Voiron. *Entrée libre et gratuite.*

 # Samedi 7 octobre de 11h à 12h30

Percussions urbaines

Concert en plein air proposé par le Conservatoire de Voiron.

→ 1 rue George Frier, Voiron. *Entrée gratuite.*

 # Mercredi 11 octobre de 14h à 17h

Le parcours de mon enfant extra-ordinaire : du repérage à l'accompagnement

Parents d'un enfant concerné par un trouble du neuro-développement (multi-dys, TSA, TDAH….), venez en famille nous rencontrer !

Sport adapté et goûter offert pour vos enfants.

→ Campus de La Brunerie Bâtiment INOLAB, Voiron. *Tout public.*

 # Mercredi 11 octobre à 18h30

Fresque du sexisme

Atelier interactif de 3h pour comprendre le fonctionnement du sexisme et son impact sur nos vies pour contribuer à une société plus égalitaire https://switchcomm.fr/fresquedusexisme/.

→ Espace associatif William-Gozzi, Voiron. *À partir de 16 ans. Sur inscription : cias@paysvoironnais.com.*

 # Jeudi 12 octobre à 19h30

Quel regard sur la transidentité ?

Projection du film « Coby » de Christian Sonderegger, 2018. Suivie d'un débat animé par l'Association Agora en présence du Refuge, du Centre de Santé Sexuelle et d'une personne concerné.e.

→ Salle des fêtes de Massieu. *Film à partir de 14 ans. Entrée gratuite.*

 # Samedi 14 octobre à 14h30

Spectacle « Sage comme un orage » par la Cie en compagnie de soi

Cette histoire lumineuse aborde la difficulté à trouver sa place sur terre en tant qu'humain. Elle questionne la normalité, les relations humaines et notre façon de nous accepter, qu'on soit handicapé ou non.

→ Salle Atmosphère, MJC de Voiron. *À partir de 6 ans. Entrée gratuite.*

 # Samedi 14 octobre à 15h

Goûter Mortel

Échanges autour du deuil avec les enfants et leurs parents, animés par le collectif Alcapa Rose, la Cie Cão et l'Association Locomotive en prélude du spectacle « La terre sous les ongles » du 17/10.

→ Médiathèque, Moirans. *À partir de 7 ans. Entrée gratuite.*

 # Mardi 17 octobre à 9h

Promenons-nous dans les bois

Rencontre intergénérationnelle autour du sport adapté. Choisissez votre parcours : 5,24 kms ou 4 kms

→ Salle Pallas, Villages du Lac de Paladru.

Sur inscription au mail suivant : cias@paysvoironnais.com.
Événement gratuit.

 # Mardi 17 octobre de 11h à 13h30

Food truck

La régalade des gourmands. Produits frais et locaux.

→ Salle Pallas, Villages du Lac de Paladru. *Repas non offert.*

 # Mardi 17 octobre à 13h30

À bicyclette !

Ateliers remise en selle et découverte du vélo électrique avec Naturavélo.

→ Salle Pallas, Villages du Lac de Paladru. *À partir de 60 ans.*
Sur inscription au mail suivant : cias@paysvoironnais.com.
Entrée gratuite.

 # Mardi 17 octobre à 20h

Spectacle « La terre sous les ongles » par le collectif Alcapa Rose et la Cie Cão

Théâtre-danse La vie c'est comme une histoire, il y a un début, un milieu et une fin.

→ Le Grand Angle, Voiron. *À partir de 7 ans.*
Billetterie sur le site du Grand Angle. 10€ pour les adults et 7€ pour les -de 12 ans.