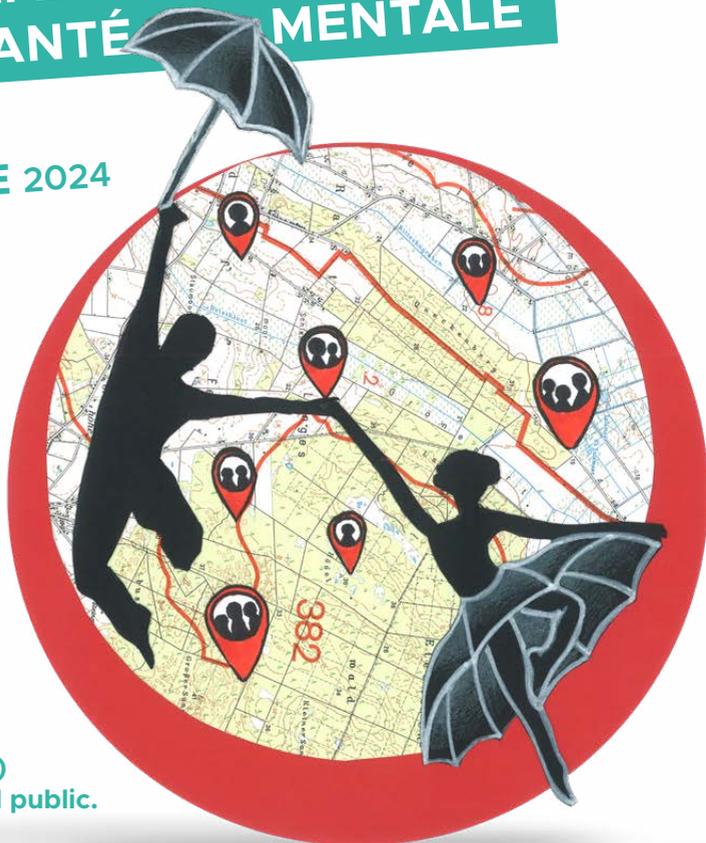




**EN MOUVEMENT POUR NOTRE  
SANTÉ MENTALE**

**DU 7 AU  
20 OCTOBRE 2024  
À CHOLET**



**Les Semaines  
d'Information sur la  
Santé Mentale (SISM)  
s'adressent au grand public.**

Chaque année, les professionnels, les usagers, leurs proches et tous les partenaires organisent des manifestations d'information et de réflexion pour sensibiliser le grand public aux questions de santé mentale et lutter contre les idées reçues.

Visuel réalisé par  
les adolescents de  
la pédopsychiatrie du  
Centre Hospitalier de  
Cholet.

**CHOlet**®  
agglomération



DU 7 AU 20 OCTOBRE  
2024 À CHOLET

## ANIMATIONS

### Bouge en musique ! Bien dans mon corps, bien dans ma tête

Venez nombreux participer à une séance de remise en forme, ludique et dynamique, animée par un coach sportif de la Jeune France de Cholet.

**Jeudi 10 octobre à 19h,**  
**L'Autre Usine**



**GRATUIT** sur inscription  
auprès de L'Autre Usine  
en flashant le QR Code  
ou 02 41 30 03 00

### Bibliothèque des livres vivants

*Quels regards portez-vous sur la santé mentale ? Et si vous alliez à la rencontre d'un livre vivant pour mieux la comprendre ?*

La bibliothèque des livres vivants est l'occasion d'une rencontre conviviale avec des personnes concernées par un trouble psychique. Lors d'un tête-à-tête de 20 min, ces personnes – les livres vivants – partagent avec vous leur vécu et leur expérience de rétablissement.

Découvrir un livre vivant c'est écouter une histoire de vie, parfois singulière, aller à la rencontre des autres, des différences et peut-être faire tomber certains préjugés.

**Mardi 15 octobre de 10h à 18h,**  
**Médiathèque Élie Chamard**



**GRATUIT** sur inscription  
auprès de la Médiathèque  
en flashant le QR code  
ou 02 72 77 23 41

### Village santé mentale

- **Stands d'information**  
Professionnels de la santé mentale, usagers et représentants des familles d'usagers seront présents pour répondre à vos questions et vous apporter des conseils pour prendre soin de votre santé mentale ;
- **Animations photos** pour lutter contre la stigmatisation ;
- **Animations** : parcours dynamique et ballons pour les enfants, simulateur de vieillesse ;
- **Flash mob** toutes les heures à partir de 14h.



Pour découvrir la chorégraphie,  
flashiez le QR code  
**GRATUIT / Ouvert à tous**

**Samedi 12 octobre de 14h à 18h,**  
**Place Rougé à Cholet**

### INFORMATIONS

02 72 77 20 83

[sante.handicap@choletagglomeration.fr](mailto:sante.handicap@choletagglomeration.fr)

 [cholet.fr](http://cholet.fr)



Ne pas jeter  
sur la voie  
publique.

