

35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
siom



EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

7 - 20 OCTOBRE 2024

Sous le haut patronage du Ministère
de la Santé et de la Prévention



PROGRAMME DES ÉVÈNEMENTS EN GIRONDE

ENTRÉES
GRATUITES

spectacles
cinés-débats
formations
exposition
animations
café des parents



35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
sism



Sous le haut patronage du Ministère
de la Santé et de la Prévention

— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024



www.semaines-sante-mentale.fr



@Sism_Officiel

Visionnez le teaser pour découvrir ce
qui vous attend...



VOS RENDEZ-VOUS EN GIRONDE

À Bordeaux

Page 4

En Sud Gironde

Page 11

En Haute-Gironde

Page 22

En Pays Bassin d'Arcachon-Val de L'Eyre

Page 25

En Grand Libournais

Page 30



LES RENDEZ-VOUS A BORDEAUX

du 7 au 20 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Dès lun. 07/10	Espoir33.fr	En mouvement pour notre santé mentale	Podcast	Tous publics réservée	5.
Du 07/10 au 20/10	Bordeaux Métropole	Feel Good Campus	Spectacle	Etudiants	5.
Jeu. 10/10 19h-21h	CH Charles Perrens	Activité physique, sport et santé mentale	Table ronde	Tous publics	6.
Sam. 12/10 10h-12h	Maison des Adolescents	Ados et corps en mouvement	Café des parents	Parents d'ados réservée	6.
Sam. 12/10 10h30-12h	Mairie de Caudéran	Les liens entre le corps et la santé mentale	Café discussion	Tous publics	7.
Sam. 12/10 13h30-Minuit	Blonde Vénus	Menthalo	Festival	tous publics	8.
Dim. 13/10 10h30-12h	Jardin Public	Marche ex-pression mentale	Animation	tous publics	9.
Jeu. 17/10 10h-16h	CH Charles perrens	Sport en tête	Animation	tous publics	9.
Sam. 19/10 10h-12h	CH Charles perrens	Le traitement médicamenteux et les troubles bipolaires	Conférence	tous publics	10.
Sam. 19/10 14h-18h	Halle des Douves	GEM Fest'	Animation	tous publics	10.



EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

Dès le 07/10

Public

tous publics

Catégorie

podcast

Organisateur

Espoir 33 et La Fabrique de l'Espoir



Renseignements

Écoutez le podcast sur le site internet d'espoir33.fr

- Témoignages d'adhérents d'Espoir 33 et micro-trottoir sur le sport et ses bienfaits
Un micro-trottoir ce sont des interviews courtes de personnes dans la rue.
- Interview d'un préparateur mental pour des sportifs de haut niveau en foot et en rugby.
Un préparateur mental c'est une personne qui aide les sportifs à se sentir bien dans leur tête
- Interviews d'adhérents de l'association en train de faire du sport avec l'éducateur sportif des Clubs d'Espoir 33
- Slams : Un Slam est une poésie dite de façon rythmée

FEEL GOOD CAMPUS

Du 07/10 au 20/10

Plusieurs lieux de Bordeaux (ville et métropole)

Public

Étudiant(e)s

Catégorie

spectacle



Renseignements

Programme complet sur la page

instagram

@espace_sante_etudiants_bdx



L'Espace Santé Étudiant organise le « Feel Good Campus » (Feel Good = se sentir bien en anglais).

Le Feel Good Campus c'est comme les SISM, Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale, mais pour les étudiantes et les étudiants.

Pendant deux semaines, il y a des événements, comme des conférences ou des spectacles, pour la santé mentale étudiante, dans plusieurs lieux de Bordeaux (ville et métropole).

Cette année, la thématique du Feel Good Campus est la vie relationnelle.



ACTIVITÉ PHYSIQUE, SPORT ET SANTÉ MENTALE

Jeu. 10/10

19h-21h

**Amphithéâtre
CH Charles Perrens**

137bis rue Léo Saignat

Renseignements

mlevel@ch-perrens.fr

Public

tous publics

Organisateur

Centre Hospitalier Charles Perrens

Catégorie

table ronde 

Inscription

sur bordeaux.fr ou via le QRcode



Le Centre Hospitalier Charles Perrens organise une table ronde sur le thème "activité physique, sport et santé mentale" :

- Santé mentale et sport de haut niveau : un membre du personnel de l'équipe de rugby de l'Union Bordeaux Bègles (UBB) et un champion international de tennis adapté
- Activité physique à l'hôpital : témoignages d'un patient et d'un enseignant en activité physique adaptée
- Prescription médicale de l'activité physique adaptée : témoignage d'un psychiatre du Centre Hospitalier Charles Perrens

Cette table ronde sera suivie d'un apéritif.

ADOS ET CORPS EN MOUVEMENT

Sam. 12/10

10h-12h

Maison des adolescents

5 rue Duffour Dubergier

Organisateur

Maison des adolescents

Public

reservee

parents d'ados

Renseignements - inscriptions :

05 56 38 48 65

maisondesadolescents33@gmail.com

Catégorie : 

Café des parents

"Mais pourquoi les ados sont-ils mous, parfois ?"

La Maison des Adolescents de Gironde vous invite autour d'un petit déjeuner à venir partager vos expériences de parents d'ados et à réfléchir ensemble sur :

- Les rapports entre le corps et l'esprit
- Les changements dans les rapports entre les parents et les enfants pendant l'adolescence



LES LIENS ENTRE LE CORPS ET LA SANTÉ MENTALE

Sam. 12/10

10H30-12H

Le Labb

Mairie de Caudéran - 130 bis avenue Louis Barthou

Public

tous publics

Organisateur

Association Psy'hope

Catégorie : 

Café discussion

Renseignements - inscriptions :

info.psyhope@gmail.com

dans la limite des places disponibles

"Il faut prendre soin de son corps pour que l'âme s'y plaise" Saint-François de Sales

L'association Psy'hope vous invite à prendre un café et discuter autour des liens entre le corps et la santé mentale.

Quels sont les avantages de l'activité physique :

- Pour mon corps ?
- Pour ma tête ?

Et si la dépression ne me permet pas de prendre soin de mon corps. Comment ne pas tomber dans les excès comme par exemple l'hyper-contrôle et les troubles des conduites alimentaires



MENTHALO

Sam. 12/10

13h30-Minuit

Blonde Vénus

Cours Henri Brunet

Public

tous publics

Catégorie

festival



Organisateur

Compagnie D'Ockham

Renseignements

compagnie.dockham@gmail.com



Village des solutions :

stands d'information avec des acteurs de la santé mentale de Bordeaux.

Exposition de l'illustratrice "Femme Sauvage"

Table ronde et échanges :

14h-14h45 : C'est quoi la santé mentale ? Avec Mathilde Martinez et Clotilde Marchal, psychologues spécialisées dans la thérapie comportementale et cognitive

15h-15h45 : La société et la santé mentale à travers les réseaux sociaux et le journalisme : Comment lutter contre les préjugés ? Avec Marie-Christine Lipani, Enseignante-chercheuse à l'Institut de Journalisme Bordeaux Aquitaine

16h-16h45 : Être aidant, demain et tous les jours

Festivités :

17h20-18h : Spectacle de l'humoriste Mamari 🤔

18h45-20h : Spectacle "Petit Oiseau" de la compagnie de théâtre d'Ockham 🌈

21h30-22h : Concert de la Chanteuse Tessae 🎤

22h30-Minuit : Bal organisé par le Conservatoire de Bordeaux 🌟

Avec le soutien de l'Espace Santé Etudiants



MARCHE EX-PRESSION MENTALE

Dim. 13/10

10H30-12H

Jardin Public

Entrée du parc Cours de Verdun (devant restaurant)

Organisateur

Le Clubhouse Bordeaux

Public

tous publics

Catégorie

animation 

Renseignements

bordeaux@clubhousefrance.org

"Marche activ'solidaire pour notre santé mentale"

Le clubhouse Bordeaux vous propose de se retrouver au jardin public pour une marche activ'solidaire animée.

- Marche collective
- Mise en mouvements : réveil musculaire
- Quiz "test en santé"

Pensez à amener votre pique-nique pour l'arrivée !

SPORT EN TÊTE

Jeu. 17/10

10h-16h

CH Charles Perrens

137 bis rue Léo Saignat
33000 Bordeaux

Organisateurs

Comité Départemental Sport Adapté
CH Charles Perrens

Inscription - places limitées

inscription sur bordeaux.fr ou via le QR code



Catégorie

animation 

Public

tous publics

Renseignements

mlevel@ch-perrens.fr/romain.paisant@cdsa33.org

"Découverte du sport adapté"

En partenariat avec le Comité Départemental Sport Adapté, le CH Charles Perrens organise une journée pour promouvoir la pratique de l'activité physique pour les patients et les personnes vivant avec des troubles ou un handicap psychique.

9 associations et clubs sportifs du territoire proposeront des stands d'initiation et de découverte de leur discipline : rugby, marche nordique, pétanque, tir laser, golf, boxe, foot en marchant, sports de raquettes et boccia.



LE TRAITEMENT MÉDICAMENTEUX ET LES TROUBLES BIPOLAIRES

Sam. 19/10

10H-12H

Centre Hospitalier Charles Perrens

137 bis rue Léo Saignat

Public
tous publics

Catégorie
conférence

Organisateur
Association Argos 2001

Renseignements
argos2001.gironde@gmail.com

"Le traitement médicamenteux et les troubles bipolaires, Parlons-en"

L'association Argos 2001 vous invite à une conférence pour parler du traitement médicamenteux dans le cadre des troubles bipolaires.

Les médicaments, ça peut faire peur. La famille, les amis, ne connaissent pas toujours les traitements.

- Comment en parler ?
- Quels sont les effets ?
- Comment être rassuré ?
- Vous vous sentez concerné par ces questions ?

Le Dr Sébastien Gard, psychiatre du Centre Expert Bipolaire du Centre Hospitalier Charles Perrens, répondra à ces questions.

GEM FEST'

Sam. 19/10

14H-18H

Halle des Douves
Salle des étoiles

4 rue des Douves
33800 Bordeaux

Public
tous publics

Organisateurs
Les GEM de Bordeaux

Catégorie
animation 

Renseignements

marina.foussat@arpeje33.fr
06 70 90 56 34

Les Groupes d'Entraide Mutuelles de Bordeaux ou GEM vous invitent à la Halles des Douves pour leurs spectacles :

- 🎵 La Chorale du GEM Grain de Café
- 🕺 Le Hip Hop du GEM Jeunes
- 🎸 Le concert du GEM Médiagora Bordeaux
- 🍪 Le goûter « GEM Manger » du GEM Jeunes
- 🎭 La pièce de Théâtre du GEM Tertio « Train/Train »



LES RENDEZ-VOUS EN SUD GIRONDE

En avant-première
du 25/09 au 3/10



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Mer. 25/09 9h-12h	Créon	Porteur de parole	Animation	tous publics	13.
Sam. 28/09 9h-12h	Cadillac-sur-Garonne	Changer les regards à vélo	Animation	tous publics	14.
Mar. 1/10 9h-16h30	Cadillac-sur-Garonne	Journée focus souffrance psychique enfants et ados	Formation	professionnels réservés	14.
Jeu. 3/10 au ven.25/10	Cadillac-sur-Garonne	En mouvement artistique pour ma santé mentale	Exposition	tous publics	15.
Jeu. 4/10 9h-12h	Langon	Porteur de parole	Animation	tous publics	13.
Ven. 5/10 9h-12h	Bazas	Porteur de parole	Animation	tous publics	13.



LES RENDEZ-VOUS EN SUD GIRONDE

du 7 au 20 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Mer. 9/10 12h30-14h30	La Réole	La santé mentale de nos aînés	Formation	professionnels réservée	15.
Jeu. 10/10 19h30-21h30	Langon	Déraisonnable	Spectacle	tous publics	16.
Jeu. 10/10 10h-16h30	Cadillac-sur-Garonne	Journée Sport en tête !	Animation	patients CHC et partenaires réservée	17.
Sam. 12/10 10h-12h	Cadillac-sur-Garonne	Ados et corps en mouvement	Café des parents	parents d'ados	17.
Mar. 15/10 14h-16h	Cadillac-sur-Garonne	Sport adapté	Formation	association clubs sportifs réservée	18.
Mar. 15/10 18h30-20h30	La Réole	Point Cardinal	Ciné-débat	tous publics	18.
Mer. 16/10 8h-11h	Langon	Prendre soin de sa santé mentale au travail	Sensibilisation	tous publics	19.
Mer. 16/10 20h30-22h30	Bazas	Loup y es-tu ?	Ciné-débat	tous publics	19.
Jeu. 17/10 17h30-19h	Cadillac-sur-Garonne	Hôpital sensible	Spectacle	tous publics	20.
Jeu. 17/10 20h-22h	Cadillac-sur-Garonne	Plutôt crever	Spectacle	tous publics	20.
Ven. 18/10 19h30-22h30	Saucats	Bipolaire be happy	Spectacle	tous publics	21.



PORTEUR DE PAROLE

Mer. 25/09

9h-12h

Marché de Créon

Ven. 4/10

9h-12h

Marché de Langon

Sam. 5/10

9h-12h

Marché de Bazas

Public
tous publics

Catégorie
animation 



Organisateurs

GEM de Langon, UNAFAM, DITEP ARI Millefleurs-Terre Novas, CH Cadillac, ADIAPH

“Les discriminations, parlons-en !”

Au détour d'un stand sur le marché, on aperçoit de drôles de panneaux de couleurs posés à même le sol. En vous approchant, baissez la tête et découvrez avec curiosité des témoignages laissés ici et là de ceux qui nous livrent leur expérience de situations discriminantes auxquelles ils se sont heurtés. Une invitation à échanger autour de nos différences qui pourtant nous rassemblent.

Au marché de La Réole le samedi 5 octobre de 9h à 12h, le Centre Hospitalier de Cadillac et la Petite Populaire viendront également à votre rencontre pour présenter le programme des Semaines d'Information sur la Santé Mentale en Sud Gironde.



CHANGER LES REGARDS A VÉLO

Avant-
première

Sam. 28/09

9h-12h

Marché de Cadillac-sur-Garonne

Public
tous publics

Catégorie
animation 

Organisateur
GEM Entre Acte de Cadillac

"Faisons lien avec la recyclerie vélo solidaire du GEM Entre Acte"

A l'occasion du traditionnel marché de Cadillac, les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle Entre Acte de Cadillac vous font découvrir la recyclerie vélo solidaire et son atelier de réparation participatif.



JOURNÉE FOCUS SOUFFRANCE PSYCHIQUE DES ENFANTS ET ADOS

Avant-
première

Mar. 1/10

9h-16h30

Centre Hospitalier de Cadillac

89 rue Cazeaux-Cazalet

Public réservée
professionnels de l'enfance
et de la jeunesse

"Savoir repérer et orienter pour mieux accompagner"

Au programme :

- **9h à 12h :** Apports théoriques par Jean-Philippe Moutte, psychologue au Centre Jean Abadie.
- **14h à 16h30 :** Echanges autour de cas cliniques suivis d'une présentation de l'offre de soins et des ressources avec la Maison des Adolescents.

Catégorie
formation 

Organisateur
Association Rénovation

Renseignements - inscriptions
secretariat-prs@renovation-asso.fr

Avant-
première

EN MOUVEMENT, ARTISTIQUE POUR MA SANTÉ MENTALE

Jeu. 3/10 au ven. 25/10

Galerie éphémère
Cadillac-sur-Garonne

29 rue Cazeaux-Cazalet

Public
tous publics

Catégorie
exposition 

Organisateur
Centre Hospitalier de Cadillac

Renseignements
fabienne.dubois@ch-cadillac.fr

"Quand l'art soulage les maux"

Ce projet artistique est le fruit d'une création collective des patients du Centre Hospitalier de Cadillac. Une vingtaine d'unités au sein de l'hôpital et des structures

extra-hospitalières (Centres Médico-Psychologiques, Hôpitaux de jour, Centres d'Accueil Temporaire Thérapeutique, Unité pour Malades Difficiles, etc.) ont participé à cette œuvre.

A l'occasion de son vernissage, les patients, soignants et le GEM Entre Acte vous donnent rendez-vous le jeudi 3 octobre à 16h pour présenter leurs toiles dans une ambiance conviviale. La Galerie Ephémère accueillera cette exposition jusqu'au 25 octobre



LA SANTÉ MENTALE DE NOS AÎNÉS

Mer. 9/10

12h30-14h30

Mairie de La Réole

Esplanade Charles de Gaulle

Public **réservée**
professionnels libéraux
de la CPTS Dropt-sur-Garonne

Catégorie
formation 

"Une pause santé mentale à destination des libéraux"

Au programme : Le parcours de la personne âgée, focus dépression, pathologies psychiatriques et offre locale.

Atelier en présence : l'ESPASS de Podensac, l'Equipe Mobile de Géronto-Psychiatrie Intersectorielle du CH Cadillac et l'Equipe Spécialisée Alzheimer du centre de soins du Réolais.

Organisateurs
Centre Hospitalier de Cadillac
CPTS Dropt-sur-Garonne

Renseignements - inscriptions
contact@cpts-droptgaronne.fr



DÉRAISONNABLE

Jeu. 10/10

19h30-21h30

**Espace culturel des Carmes
Langon**

8 Cours des Carmes

Public
tous publics

Catégorie
spectacle 

Organisateur
Centre Hospitalier de Cadillac

Renseignements
service.communication@ch-cadillac.fr

Crédits photos *Émilie Brouchon*



"Un récit à la fois intime et universel"

Un soir, alors qu'elle joue Marie Tudor, Florence disparaît. La police la retrouve au bout de 48 heures : elle est devenue Marie Tudor dans les rues de Paris. Commence alors un long parcours pour cette comédienne qui ne met plus de frontières entre le JE et le JEU.

Florence raconte ses troubles avec une extrême lucidité, un humour décapant, son analyse est un océan de réflexion pour ceux qui ne savent rien de la bipolarité

L'UNAFAM, le GEM de Langon, la MDPH et le Centre Hospitalier de Cadillac seront présents pour vous informer sur l'offre de soin et les ressources de proximité en santé mentale autour d'un cocktail d'accueil à partir de 19h30.

Auteur : Denis Lachaud / Comédienne : Florence Cabaret / Compagnie : Les productions du sillon / Metteur en scène : Catherine Schaub / Assistante à la mise en scène et Directrice de production : Agnès Harel.



JOURNÉE SPORT EN TÊTE

Jeu. 10/10

10H-16H30

Centre Hospitalier de Cadillac

89 rue Cazeaux-Cazalet

Public réservée
patients CH Cadillac et
structures partenaires

Catégorie
animation 

Organisateur
Centre Hospitalier de Cadillac

Renseignements
cedric.papale@ch-cadillac.fr



"Quand activité physique rime avec bien-être psychique"

En partenariat avec le Comité Départemental Sport Adapté, le Centre Hospitalier de Cadillac organise une journée pour promouvoir la pratique de l'activité physique pour les patients et les personnes vivant avec des troubles ou un handicap psychique.

13 associations et clubs sportifs du territoire proposeront des stands d'initiation et de découverte de leur discipline au sein de l'établissement (handball, tennis de table, judo, rugby, cirque, yoga, gym, pétanque, VTT, badminton et basket ball).

ADOS ET CORPS EN MOUVEMENT

Sam. 12/10

10h-12h

**Médiathèque
Langon**

33 Rue Maubec

Public
parents d'ados

Catégorie : 
Café des parents

"Pourquoi les ados sont-ils mous (parfois) ?"

Le Café des Parents est un espace d'échanges entre parents d'ados, animé par des professionnels pour aborder des questions éducatives diverses.

En lien avec la thématique annuelle, la Maison des Adolescents et la Mission Locale Sud Gironde, vous proposent un

Organisateurs
Maison des Adolescents
Mission Locale Sud Gironde

Renseignements - inscriptions :
05 56 38 48 65 - maisondesadolescents33@gmail.com



SPORT ADAPTÉ

Mar. 15/10

14h-16h

**Centre Hospitalier
de Cadillac**

89 rue Cazeau-Cazalet

Public réservée
associations - clubs sportifs

Renseignements
romain.paisant@cdsa33.org

Catégorie
formation 

Organisateur
Comité Départemental Sport Adapté

"Ou comment rendre accessible l'activité physique pour les personnes en situation de handicap psychique et/ou mental"

Dans la continuité de la journée "Sport en tête" organisée par le Centre Hospitalier de Cadillac le jeudi 10 octobre, le Comité Départemental du Sport Adapté Gironde (CDSA 33) propose une sensibilisation pour les associations et clubs sportifs sur l'accès à la pratique d'activité physique et au Sport Adapté pour les personnes en situation de handicap mental et/ou psychique.

Inscriptions ici



POINT CARDINAL

Mar. 15/10

18h30-20h30

**Cinéma Rex
La Réole**

Place de la Libération

Public
tous publics

Catégorie
ciné-débat 

Organisateur
Centre Hospitalier de Cadillac

Renseignements
service.communication@ch-cadillac.fr



" Là ça le fait pas de tout ! ... "

Un réalisateur reconnu a pour projet de tourner une grande fresque historique sur la vie du duc d'Épernon et de sa femme Marguerite de Foix-Candale. Quelques jours avant le début du tournage, sa comédienne principale le quitte, son producteur le lâche. Le réalisateur, obstiné de mener à bien son projet coûte que coûte, fait appel à la population locale.

Société de production : Les Ateliers à ciel ouvert / Réalisé en partenariat avec l'hôpital de jour de Cadillac, le GEM Entre Acte, la Résidence pour Personnes Âgées d'Épernon, les habitants de Cadillac et ses environs.



SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL

Mer. 16/10

8h-11h

Macdonald's de Langon
Centre commercial du Leclerc,
Quartier Moléon

"Prenons soin de sa santé mentale au travail"

Des professionnels et partenaires présentent l'offre de soin et les ressources de proximité en santé mentale et sensibilisent les salariés au bien-être au travail et la prévention des signes de fragilité psychique

Matinée en présence de : l'Unafam (soutien des proches aidants), l'Association Rénovation et l'Association Phenix écoute et paroles / SOS suicide (prévention du risque suicidaire), Centre Hospitalier Charles Perrens (numéro d'aide et d'écoute Question Psy), Plateforme Emploi Accompagné Girondine Handamos et la Chambre des Métiers et de l'Artisanat).

Public
professionnels,
salariés

Catégorie
formation 

Organisateur
Plateforme Emploi Accompagné Handamos
Association Rénovation

Renseignements - inscription :
s.duval@handamos.fr
clemence.baillet@renovation.asso.fr

LOUP Y ES-TU ?

Mer. 16/10

20h30-22h30

Cinéma VOG
Bazas

14 Rue du Palais de Justice

Public :
tous publics

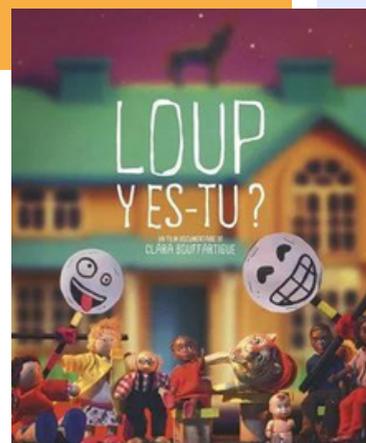
Catégorie :
ciné-débat 

Organisateur :
Cinéma VOG

"Est-ce que tu sais toi pourquoi tu as peur ?"

La nuit, dans les couloirs et la salle d'attente du centre médico-psycho-pédagogique, entre rêve et cauchemar, un drôle de petit bonhomme s'anime et libère ses émotions. Il était une fois, derrière le symptôme, tapis dans l'ombre, des enfants, des adolescents et des parents qui avaient peur du loup...

Soirée en présence du Collectif "Penser/panser les soins psychiques de l'enfant et l'adolescent" et du Pôle Enfants Adolescents du Centre Hospitalier de Cadillac.



Film documentaire réalisé par Clara Bouffartigues



HÔPITAL SENSIBLE

Jeu. 17/10

17h30-19h

**Centre Hospitalier
de Cadillac**

89 rue Cazeau-Cazalet

Organisateur

Centre Hospitalier de Cadillac

Renseignements

service.communication@ch-cadillac.fr

Public

tous publics

Catégorie

spectacle



Inscription ici :



« Quand la littérature réenchante les mot de l'hôpital »

Ce projet est la rencontre entre le milieu hospitalier et la littérature. Avec l'appui de l'écrivain Eduardo Berti, Les professionnelles du CHU de Bordeaux, membres de la Chaire de médecine narrative de Bordeaux, ont participé à des ateliers d'écriture pour mettre en voix le récit de leur quotidien en milieu hospitalier qu'elles expérimentent comme un terrain de vie.

PLUTÔT CREVER

Jeu. 17/10

20h-22h

Cinélux de Cadillac

6 place de la Libération

Organisateur

Centre Hospitalier de Cadillac

Public

tous publics

Catégorie

spectacle



Renseignements

annick.sicali@ch-cadillac.fr



"Un seule en scène qui pose un joyeux regard sur la vie."

Au service psychiatrique de l'hôpital Saint-Christophe, la musique n'a rarement résonné aussi fortement dans la chambre 157. C'est un jour spécial pour Blandine qui fête ses 18 ans tandis que Madame Valma, sa voisine de chambre, aboie encore plus fort que d'habitude sur les soignants. En traversant cette journée d'anniversaire, Plutôt Crever met en scène une amitié entre deux femmes qui ont 64 ans d'écart et rien en commun hormis une tentative de suicide.

Compagnie 2h22 - Mise en scène : Léa Fritsch - Ecriture et interprétation : Clara Navarro

BIPOLAIRE BE HAPPY

Ven. 18/10

19h30-22h

Théâtre La Ruche de Saucats

1 allée Montesquieu

Public

à partir de 15 ans

Catégorie

spectacle

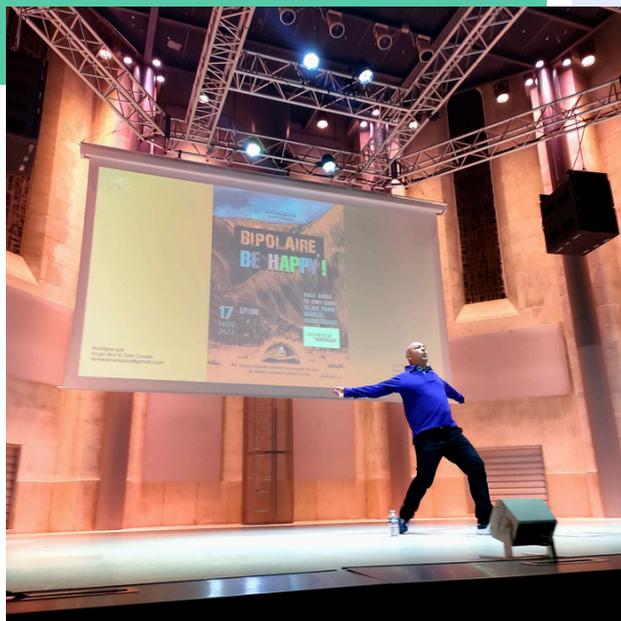


Organisateur

Centre Hospitalier de Cadillac

Renseignements

service.communication@ch-cadillac.fr



Ma vie, quelle(s) aventure(s) !"

Entre « conférence-spectacle » et « confession-spectacle », Thierry Rebollo nous entraîne dans son périple australien et dans la perte de contrôle qui a précédé son diagnostic de trouble bipolaire. Grâce à son sens de la scène et son humour généreux, Thierry Rebollo partage avec les spectateurs son expérience afin de déstigmatiser ceux qui vivent avec des troubles psychiques.

A l'issue du spectacle, un bord de scène avec l'artiste permettra de poursuivre les échanges suivi d'une séance de dédicace de son livre autobiographique "Les secrets de l'Enchanteur".

L'UNAFAM, le GEM de Langon, la MDPH et le Centre Hospitalier de Cadillac seront présents pour vous informer autour d'un cocktail d'accueil à partir de 19h30.



LES RENDEZ-VOUS EN HAUTE GIRONDE

du 7 au 20 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Mer. 9/10 20h30-22h30	Saint Christoly de Blaye	Déraisonnable	Spéctacle	tous publics	23.
Jeu. 10/10 10h-17h30	St-André-de- Cubzac et Blaye	Sauvez Thomas	Escape Game	Jeunes	24.
Lun. 14/10 10h30-16h	St-André- de-Cubzac	Yaka Bouger	Animation	tous publics	24.

DÉRAISONNABLE

Mer. 09/10

20h30-22h30

Vox de Saint-Christoly-de-Blaye

Route de Saint-Sauvin

Public

à partir de 13 ans

Catégorie

spectacle



Organisateur

Contrat local de santé de Haute-Gironde

Renseignements

melissamathe.cls@gmail.com

Crédits photos Emilie Brouchon



"Un récit à la fois intime et universel"

Un soir, alors qu'elle joue Marie Tudor, Florence disparaît. La police la retrouve au bout de 48 heures : elle est devenue Marie Tudor dans les rues de Paris. Commence alors un long parcours pour cette comédienne qui ne met plus de frontières entre le JE et le JEU.

Elle incarne avec espièglerie, les personnages qui ont joué un rôle important dans sa vie, figures de théâtre mais aussi parents et psychiatres.

Chemin faisant, elle s'incarne aussi elle-même dans un périple étourdissant. Car quand on souffre d'un trouble bipolaire, être un double de soi-même sur la scène du théâtre, c'est assez vertigineux

Un bord de scène est prévu après le spectacle. Il sera animé par :

- Unafam : Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques
- Argos 2001 : association nationale au service des patients et des proches de personnes touchées par un trouble bipolaire.
- Centre Hospitalier de Libourne : service psychiatrie Garderose.

Auteur : Denis Lachaud / Comédienne : Florence Cabaret / Compagnie : Les productions du sillon / Metteur en scène : Catherine Schaub / Assistante à la mise en scène et Directrice de production : Agnès Harel.



"SAUVEZ THOMAS"

Jeu. 10/10

10H-12H

Catégorie

Escape game 

Public

A partir de 12 ans

Mission locale Haute-Gironde

Blaye et Saint-André de Cubzac

Organisateur

Mission locale Haute-Gironde

Renseignements et inscription

l.breton@mlhautegironde.org

06 80 00 08 60



L'aventure exceptionnelle du Serious Game "Sauvez Thomas"

 Plongez dans l'intrigue : Mandatés par le compagnon virtuel de Thomas, vous rentrez dans sa chambre le temps de son absence. Votre but est de réunir les symptômes dont il souffre et d'établir ainsi un diagnostic pour lui permettre de reprendre une vie normale.

 Rencontrez de nouveaux amis : Vous collaborez par équipe de 4. Une occasion idéale de rencontrer de nouvelles personnes partageant vos centres d'intérêts.

 Santé mentale positive : Découvrez comment cultiver et maintenir un bien être physique et mental pour une vie plus épanouie.

 Héros du bien-être : Devenez le nouvel ambassadeur qui sait repérer le mal-être de son entourage et lui venir en aide.

Par groupe de 4 jeunes, 60 minutes de challenge, de jeu et de collaboration et 60 minutes de débriefing avec un médiateur en santé pour revenir sur les notions pédagogiques et échanger collectivement sur les enjeux du bien être mental.

YAKA BOUGER

Lun. 14/10

10H30-16H

GEM En parallèle

28 rue Dantagnan
Saint-André de Cubzac

Public

tous publics

Organisateurs

GEM En parallèle

Catégorie

animation 

Renseignements

animateurs.gem@amsad33.fr

Le Groupe d'Entraide Mutuelle de Saint-André-de-Cubzac organise deux ateliers le lundi 14 octobre :

- 10h30- 12h : marche au départ du GEM de Saint-André de Cubzac
- 14h30-16h : Danse adaptée salle du Mascaret à St andré de Cubzac.



LES RENDEZ-VOUS EN PAYS D'ARCACHON -VAL DE L'EYRE

du 7 au 20 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Mar. 8/10 20h30-22h30	Le Teich	Déraisonnable	Spectacle	tous publics	26.
Du 7/10 au 20/10	Biganos, Lège- Cap-Ferret, Le Teich et Salles	Santé mentale et culture	Document /ouvrage	tous publics	27.
Mar. 15/10 18h30-20h30	Le Teich	Santé mentale et BD	Apéro- rencontre	tous publics	27.
Mar. 15/10 20h30-23h	Salles	Les Intranquilles	Ciné- débat	tous publics	28.
Jeu. 17/10 9h30-16h30	Gujan-Mestras	Journée activité physique et santé mentale	Animation	jeunes réservée	28.
Jeu. 17/10 Ven. 18/10	Andernos- les-Bains	Sauvez Thomas	Escape game	lycéens réservée	29.

DÉRAISONNABLE

Mar. 08/10

20h30-22h30

Salle Publique du Teich

3 rue Claude Laymand
33470 Le Teich

Public

à partir de 13 ans

Catégorie

Spectacle



Organisateur

Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS

Renseignements

mrullier@agglo-cobas.fr

Crédits photos Emilie Brouchon



"Un récit à la fois intime et universel "

Un soir, alors qu'elle joue Marie Tudor, Florence disparaît. La police la retrouve au bout de 48 heures : elle est devenue Marie Tudor dans les rues de Paris. Commence alors un long parcours pour cette comédienne qui ne met plus de frontières entre le JE et le JEU. Elle incarne avec espièglerie, les personnages qui ont joué un rôle important dans sa vie, figures de théâtre mais aussi parents et psychiatres.

Chemin faisant, elle s'incarne aussi elle-même dans un périple étourdissant. Car quand on souffre d'un trouble bipolaire, être un double de soi-même sur la scène du théâtre, c'est assez vertigineux.

Un bord de scène est prévu après le spectacle. Il sera animé par le CMP de Biganos.

Auteur : Denis Lachaud / Comédienne : Florence Cabaret / Compagnie : Les productions du sillon / Metteur en scène : Catherine Schaub / Assistante à la mise en scène et Directrice de production : Agnès Harel

En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, le CMP de Biganos, l'ARS Nouvelle Aquitaine et la ville de Le Teich.



SANTE MENTALE ET CULTURE

Du lun. 07/10 au 20/10

Médiathèques :
Biganos, Lège-Cap-Ferret, Le Teich et Salles

Public
tous publics

Catégorie 
Document/ouvrage

"Découvertes littéraires"

Au travers de sélections d'ouvrages et de différents supports, quatre médiathèques du territoire se mobilisent pour sensibiliser le grand public à la santé mentale. Des flyers seront mis à disposition pour faire connaître les ressources pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre et le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS.



SANTE MENTALE ET BD

Mar. 15/10

18h30-20h30

Pôle culturel L'EKLA

67 rue des pins
33470 Le Teich

Public
à partir de 14 ans

Organisateur
Pôle culturel L'EKLA -
Médiathèques

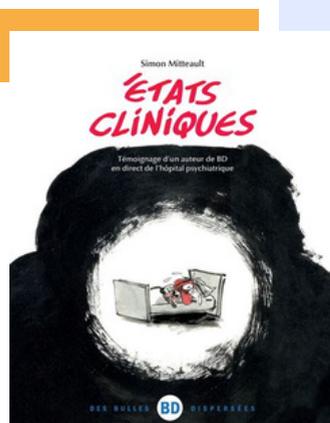
Catégorie 
Apéro-rencontre

"Apéro-rencontre autour du livre "États cliniques""

2020 année de la BD !!! Après la grève à Angoulême, le Covid met à mal le monde de l'édition et par conséquent ses auteurs déjà précarisés. Plus de salon, programmation repoussée.

Bref une année noire. Et Simon MITTEAULT, en précurseur, relate avec brio les angoisses d'un auteur dont l'humour est le métier. Un album qui fera date.

En présence de l'auteur Simon MITTEAULT.



Renseignements- inscription conseillée

05 57 15 82 18 - bibliotheque@leteich.fr

LES INTRANQUILLES

Mar. 15/10
20h30-23h

Public
tous publics

Catégorie
Ciné débat 

Organisateurs
Association Rénovation
Contrat Local de Santé du Pays
Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre

Cinéma le 7ème art

5 place de la Mairie
33770 Salles

"Ne t'inquiète pas, ça va aller"

Leila et Damien s'aiment profondément. Malgré sa bipolarité, il tente de poursuivre sa vie avec elle sachant qu'il ne pourra peut-être jamais lui offrir ce qu'elle désire.

Réalisé par Joachim Lafosse et Anne-Lise Morin.

En partenariat le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, l'UNAFAM, le Cinéma Intercommunal du Val de l'Eyre.



[Lien du teaser](#)

JOURNEE ACTIVITE PHYSIQUE ET SANTE MENTALE

Jeu. 17/10
9h30-16h30

Public
jeunes de 16 à 25 ans

Catégorie
Animation 

Organisateurs

Maison Sport Santé du Centre Hospitalier d'Arcachon
Mission Locale du Bassin d'Arcachon et du Val de l'Eyre

L'activité physique pour une meilleure santé mentale : qu'est-ce que la santé mentale ? Comment l'activité physique peut-elle renforcer cette santé mentale ? Pourquoi une pratique régulière peut nous faire du bien ?

Animation de temps d'échanges par des professionnels de la santé et du sport avec divers outils et une mise en application à travers des ateliers d'activités physiques et de relaxation. Temps convivial et partagé autour de la création de sandwichs équilibrés.

En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, le Centre Hospitalier d'Arcachon, le CMPEA de Biganos, l'ARS Nouvelle Aquitaine et la ville de Gujan-Mestras.

réservée



“SAUVEZ THOMAS”

réserve

Jeu. 17/10 et Ven. 18/10

9h-17h

Lycée Nord Bassin Simon Veil

128 av. de Bordeaux
33510 Andernos-les-Bains

Catégorie

Escape Game



Public

Lycéens

Organisateur

Contrat Local de Santé du Pays Bassin
d'Arcachon-Val de l'Èyre



L'aventure exceptionnelle du Serious Game “Sauvez Thomas”

 Plongez dans l'intrigue : Mandatés par le compagnon virtuel de Thomas, vous rentrez dans sa chambre le temps de son absence. Votre but est de réunir les symptômes dont il souffre et d'établir ainsi un diagnostic pour lui permettre de reprendre une vie normale.

 Rencontrez de nouveaux amis : Vous collaborez par équipe de 4 à 6. Une occasion idéale de rencontrer de nouvelles personnes partageant vos centres d'intérêts.

 Santé mentale positive : Découvrez comment cultiver et maintenir un bien être physique et mental pour une vie plus épanouie.

 Héros du bien-être : Devenez le nouvel ambassadeur qui sait repérer le mal-être de son entourage et lui venir en aide.

Par groupe de 4 à 6 jeunes, 60 minutes de challenge, de jeu et de collaboration et 60 minutes de débriefing avec un médiateur en santé pour revenir sur les notions pédagogiques et échanger collectivement sur les enjeux du bien être mental.

En partenariat avec le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, le Lycée Nord Bassin Simone Veil et l'ARS Nouvelle Aquitaine.

LES RENDEZ-VOUS EN GRAND LIBOURNAIS

du 7 au 20 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Jeu. 10/10 h-h	Libourne	Sport et Santé mentale	conférence /atelier	tous publics	32.
Mar. 16/10 h-h	Libourne	Atelier sur le psychotraumatisme	Atelier	16-29 ans réservée	32.
Jeu. 17/10 h-h	Libourne	Soirée ciné "En attendant Bojangles"	Ciné-débat	tous publics	33.

LES RENDEZ-VOUS EN GRAND LIBOURNAIS

➤ Poursuivre après les SISM ➤
En Novembre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Ven. 15/11 20h-21h30	Libourne	Plus on est de fous, plus on rit	Spectacle	tous publics	33.

SPORT ET SANTÉ MENTALE

Jeu. 10/10 Pôle Territorial des Solidarités du Libournais

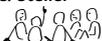
14H30-16H30 14 rue Jules Védrières 33500 Libourne

Catégorie

Conférence/atelier

Public

Tous public



Organisateur

CLIC du Libournais

GE APA

Renseignements et inscription

clic-3-libournais@gironde.fr

La pratique régulière d'une activité physique apporte de nombreux effets bénéfiques pour la santé et participe au bien-être mental. Elle réduit la fatigue et les symptômes de dépression et d'anxiété. Elle améliore la qualité de vie.

Le CLIC du Libournais avec le GE APA vous proposent une conférence-atelier gratuite pour découvrir et essayer en petit groupe des activités ludiques et bienfaitrices pour le corps et l'esprit.

Au plaisir de vous y retrouver !

ATELIER SUR LE PSYCHOTRAUMATISME

Mer. 16/10

14H-16H

Mission locale

189 avenue Foch
33500 Libourne

Public

16-29 ans

réservée

Un atelier pour en découvrir plus sur le psychotraumatisme :

- les causes
- les effets sur la santé
- les résolutions

Organisateurs

Point Relais Santé
CAP-Lib

Catégorie

Atelier



Inscription et renseignements

Gervaise COUMETTE : gervaisecoumette@ml-libournais.fr
05 57 51 71 27



SOIRÉE CINÉ "EN ATTENDANT BOJANGLES"

Mer. 17/10

Cinéma Grand Écran

20H30-22H30

56 av. Gallieni 33500 Libourne

Catégorie

Ciné-débat 

Organisateur

Association Rénovation

Public

tous publics

Renseignements

segolene.brochard@renovation.asso.fr



Venez voir ou revoir le film " En attendant Bojangles" de Régis Roinsard, avec Virginie Efira et Romain Duris puis assistez au débat animé par de nombreux partenaires et professionnels de la Santé Mentale et de la Prévention du Suicide :

- Association Rénovation (Service de prévention du risque suicidaire)
- 3114 du CH Charles Perrens
- Equipe CAP-Lib du CH de Libourne
- Association Ecoute et Parole SOS Suicide Phénix

SOIRÉE CABARET D'IMPOVISATION

Après les SISM

Ven. 15/11

20H-22H

Espace Jeunes de Libourne

40 rue 1er Reg Artillerie Colon
33500 Libourne

Organisateurs

CLSM du Grand Libournais

Public

tous publics

Catégorie

spectacle 

Inscriptions et renseignements

Anthony Brouard : 06 73 90 05 69

"Plus on est de fous, plus on rit"

Les comédiens de la Compagnie « Les Electrons Lib' » improviseront des saynètes sur les troubles psychiques et la psychiatrie et interrogeront nos représentations et préjugés sur la santé mentale en général.

Soirée avec ambiance musicale animée par un maître de cérémonie et un musicien.

Deux professionnels en santé mentale se prêteront au jeu de l'interview pour réajuster notre regard sur la réalité des troubles psychiques et de la santé mentale. A quel moment pouvons-nous tomber dans des comportements stigmatisants à partir de nos idées reçues ?



AVEC LA COMPLICITÉ :

D'ÉLISA VENT, Psychologue, ÉDITHAS
Des membres de LEM et AROGUE 12,
LIBOURNE.

RENSEIGNEMENTS
contact@clsm-libourne.fr
06 73 90 05 69

ENTRÉE LIBRE ET GRATUITE
DANS LA LIMITE DES PLACES DISPONIBLES

Compagnie d'Initiation
à l'écrit
à l'oral
à la scène

CLSM du Grand Libournais

USAG

RESEAU

CLSM

AS



PARTENAIRES ORGANISATEURS



AVEC LE SOUTIEN



35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
sism



— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024

Sous le haut patronage du Ministère
de la Santé et de la Prévention



Découvrez ...



la page du collectif
national des SISM