



Semaines d'information
sur la santé mentale

Programmes des SISM dans les territoires de l'Isère



id'a
L'ISLE D'ABEAU



Ville de Bourgoin-Jallieu



Vienne
Condrieu
Agglomération

Bièvre Isère

communauté



www.bievre-isere.com

**Programme diffusé par
le CLSM de Bièvre Isère
Communauté**



“Réparons le LIEN SOCIAL”

DU 03
AU 17
OCT - 2025



SISM
Semaines d'information
sur la santé mentale

SANTÉ MENTALE

Parlons-en !

Au programme : spectacles, ateliers,
balades, soirée-débat, stands, expositions...

GRATUIT
OUVERT
À TOUS

LE PROGRAMME



Semaines d'information
sur la santé mentale

1 223 : Seule-en-scène de théâtre autour des Troubles du comportement alimentaire et temps d'échanges

“Été 2009. J’ai pris une décision : arrêter de manger. Tout ce que j’ai toujours voulu, c’est être belle. Être mince.

Je ne suis pas malade.

J’ai trouvé mon équilibre : manger, vomir, tenir le coup. » 223 raconte le parcours de Coraline, une jeune femme atteinte de troubles du comportement alimentaire.

Drôle, touchante, mais toujours lucide, Coraline incarne la voix de la maladie — celle qui la pousse à nier, à douter, à s’emballer.

Inscription conseillée : <http://bit.ly/44TrLAS>

Vendredi 3 octobre - 19h

📍 130 Rte de Badinières, 38300 Tramolé

Intervenant :

Coraline Companella de la Compagnie Les éclaireuses

2 Forum -Sport Santé

Stands et animations d’associations sportives du territoire. Trois conférences seront proposées sur les thèmes suivant :

- les bien-faits de l’activité physique
- la mémoire
- alimentation et glycémie

Samedi 4 octobre - de 9h à 13h

📍 Gymnase Coubertin à La Côte Saint-André

3 Arts graphiques avec la ludothèque

La ludothèque de Bièvre Isère Communauté vous accueille pour un temps ludique, convivial.

Initiation avec une art-thérapeute de l’association San’Arts (dessin, craies, écriture...).

Atelier individuel ou collectif, au choix

Mercredi 8 octobre - de 10h à 12h et de 14h à 18h

📍 Espace Jean Doucet à Saint-Étienne de Saint-Geoirs

Intervenant :

San’Arts

4 3114

Présentation du 3114, numéro national de prévention du suicide. Réservée aux professionnels, bénévoles et élus.
Inscription conseillée : <http://bit.ly/4m5vimJ>

Jeudi 9 octobre - de 12h à 14h

📍 Maison de l’intercommunalité, 366 Rue Stéphane Hessel, 38440 Saint-Jean de Bournay

Intervenant :

Centre Hospitalier le Vinatier

5 Marché Bien-être de Co-libree 38

Venez vous ressourcer le temps d’un atelier et découvrir les domaines qui vous apportent le plus de bien-être : soins du corps, aromathérapie, créations artistiques, relaxation et méditation, sport, espace de discussion. Activités bien-être pour les enfants, proposées par le secteur enfance de Bièvre Isère Communauté.

Inscription conseillée sur <https://www.colibree38.fr> ou 0672304701. Petite restauration sur place

Vendredi 10 octobre - de 17h à 21h

📍 Gymnase de Saint-Siméon de Bressieux

Intervenant :

Colibree 38

6 Balade pour découvrir, partager et s’émerveiller dans la Nature

Au grès du sentier, venez découvrir le site naturel de la tourbière des Planchettes à travers un regard artistique, à partager en famille pour petits et grands 2h30-3h de balade et d’ateliers :

- “Land’art : réalisation d’une œuvre collective”
- “Ensemble autour du son” (musique et environnement)
- “Relions-nous grâce au non humain” (observation de la nature)

Inscription obligatoire : <http://bit.ly/4k01SZc>

Samedi 11 octobre - Départs échelonnés toutes les 30 min de 9h30 à 11H

📍 Tourbière des Planchettes, parking des croisettes

Intervenants :

Bièvre Liers Environnement, San’Arts et Adelis



7 Soirée Débat-Théâtre : "Parents, imparfaits et épanouis !"

Vous êtes parent d'un enfant de 0 à 10 ans ? Venez rire, réfléchir, et partager autour de ce rôle aussi beau que déroutant. À travers des saynètes pleines d'humour et de tendresse, cette soirée vous invite à poser un regard sincère (et déculpabilisant !) sur la parentalité d'aujourd'hui.

L'occasion de souffler, de se reconnaître... et de se sentir moins seul face à l'aventure d'être parent.

Réservation conseillée sur : <https://www.colibree38.fr> ou à la crèche de Nantoin au 04 74 54 51 33.

Petite restauration sur place.

Mardi 14 octobre - ouverture des portes à 19h et soirée de 20h à 22h

 **Salle des fêtes - Nantoin**

Intervenants :

Colibree 38 et la Compagnie AkunaMatata

8 Ludothèque

La ludothèque de Bièvre Isère Communauté vous accueille pour un temps ludique, convivial.

Mercredi 15 octobre - de 10h à 12h et de 14h à 18h

 **Salle des fêtes - Champier**

9 Ateliers "moi, parent séparé et/ou divorcé"

Une séparation est souvent une étape difficile, pour les parents comme pour les enfants.

Cet atelier vous propose un temps d'échange entre parents pour partager vos expériences, mieux comprendre ce que vous vivez et ce que vivent vos enfants.

Garde d'enfants assurée

Inscription : <http://bit.ly/4mvuCqV>

Mercredi 15 octobre _ de 17h30 à 20h30

 **Adelis 66 Rue de la Jalinière 38870 Saint-Siméon-de-Bressieux**



10 Soirée de clôture

Après deux semaines riches en échange et en découverte. Venez vivre une soirée artistique et festive qui célèbre la santé mentale sous toutes ses formes !

Au programme :

- 18h : ouverture des portes
- 18h30 : visite des Quatre Jardins
- 19h : spectacle créé sur mesure par la cie L'Arbre, à partir d'expériences recueillies lors des temps forts de ces deux semaines consacrées à la santé mentale.

Inscription : <http://bit.ly/41S6oz2>

Vous souhaitez contribuer au spectacle ?

Un temps de préparation est ouvert à toutes et tous, quels que soient vos talents ou votre expérience de la scène :

Infos et inscriptions : au 07 60 22 67 71 ou cie@l-arbre.fr

Vendredi 17 octobre - 18h

 **Établissement d'accueil médicalisé : 12 route de la Forteresse, 38590 Saint-Étienne de Saint-Geoirs**

Intervenants :

Cie l'Arbre, EAM les 4 jardins

Les expositions

11 Exposition "La santé mentale, toutes et tous concernés !"

10 portraits pour permettre de s'identifier à des personnes ayant traversé une fragilité psychique ou atteintes d'un trouble psychique, et changer notre regard sur la santé mentale.

Du 29 septembre au 10 octobre

 **Médiathèque intercommunale à Saint-Jean de Bournay**

Infos complémentaires :

Animation autour de l'exposition le mercredi 1er octobre à 14h30

12 Exposition "Révélations"

« Révélations », une exposition réalisée par le Foyer les 4 jardins à Saint-Étienne de Saint-Geoirs et l'association Et pourquoi pas ? Révélations c'est 8 personnes qui nous parlent de 4 émotions. Ce sont des photos, des dessins, des collages et des temps de rencontres qui deviennent une exposition.

Du 29 septembre au 10 octobre

 **Médiathèque intercommunale à Saint-Étienne de Saint-Geoirs**

Du 13 au 24 octobre

 **Médiathèque intercommunale à Saint-Simeon de Bressieux**

Infos complémentaires :

Animation autour de l'exposition à 15h le mercredi 1er octobre à Saint-Étienne de Saint-Geoirs et le 15 octobre à Saint-Siméon de Bressieux

Durant les 15 jours

La radio itinérante portée par les voix des usagers et des professionnels du Centre Médico-Psychologique adultes de La Côte Saint-André sera présente sur certaines actions.

13 Relaxation ludique

Le Relais Petite Enfance proposera des séances de « relaxation ludique » de 30 à 40 min pour les enfants de 18 mois à 3 ans, accompagnés de leurs assistantes maternelles.

Réservée aux assistantes maternelles (8 à 10 enfants maximum par groupe).

Sur inscription obligatoire au 04.74.20.95.90 ou rpe@bievre-isere.com

De 9h30 à 11h

Jeudi 9 octobre

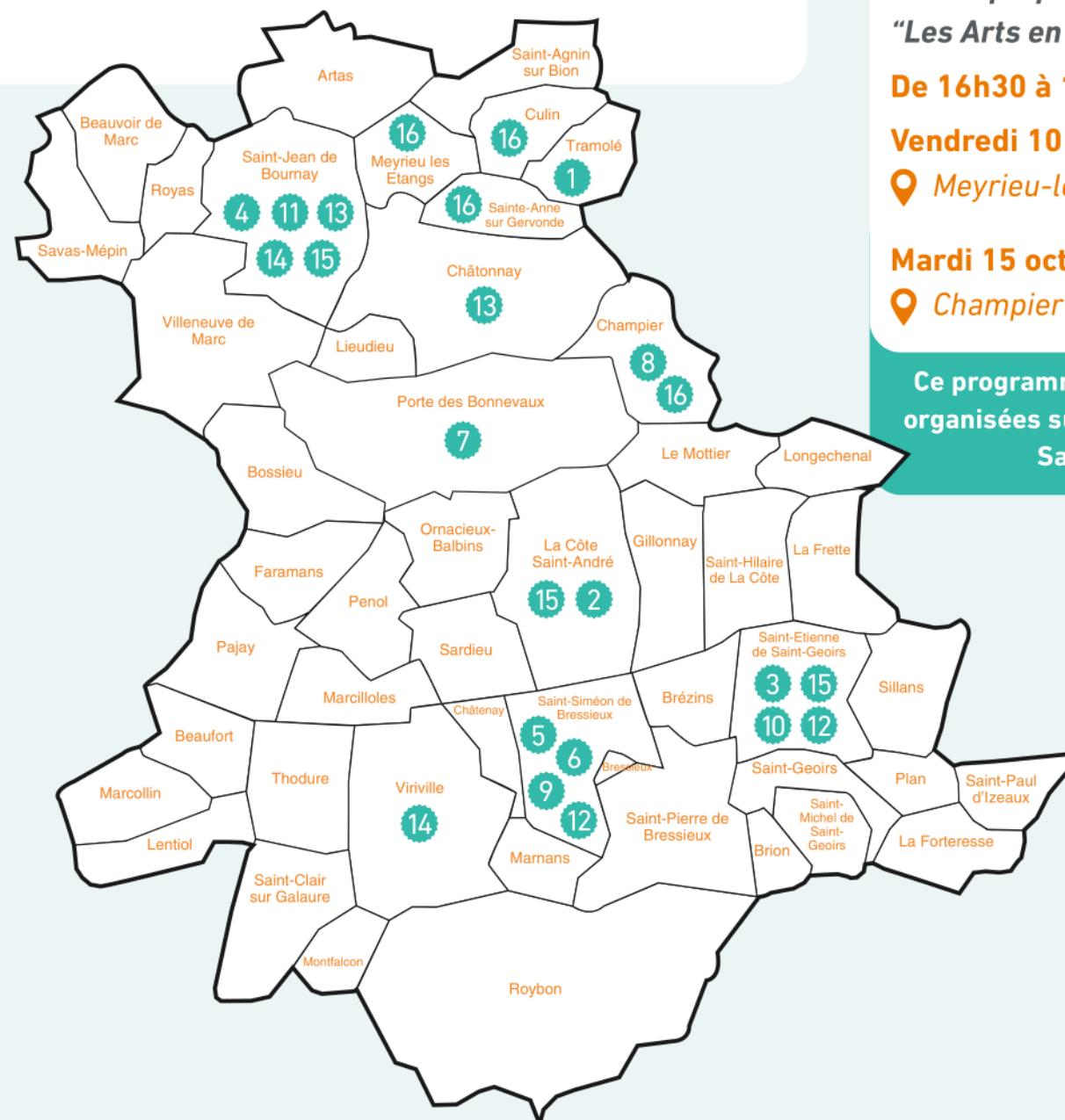
📍 Maison de l'intercommunalité, espace d'animation,
366 rue Stéphane Hessel à Saint-Jean de Bournay

Lundi 13 octobre

📍 Maison de l'Enfance, place de l'église à Chatônnay

Intervenant :

Jennifer Giunta, sophrologue



14 Permanence du lieu d'accueil enfants/parents (LAEP) La p'tite bulle

De 8h45 à 11h30

Lundi 6 et 13 octobre et Mercredi 15 octobre

📍 Maison de l'intercommunalité, espace d'animation,
366 rue Stéphane Hessel à Saint-Jean de Bournay

Jeudi 9 et 16 octobre

📍 Ludothèque municipale, 101 place de l'église à Viriville

15 Cercle web - Atelier numérique

Jeux vidéo et santé mentale

Vendredi 3 octobre - de 17h à 18h

📍 Médiathèque à La Côte Saint-André

Le Web est-il un atout pour faciliter le lien social ? Les enjeux pour notre santé mentale.

Mercredi 8 octobre - de 10h à 11h

📍 Médiathèque de Saint-Jean de Bournay

Vendredi 17 octobre - de 16h30 à 17h30

📍 Médiathèque de Saint-Etienne de Saint-Geoirs

16 Festibulle dans le cadre du Festival "Les arts en herbe"

Des ateliers sur le bien-être et la santé mentale vous seront proposés dans le cadre des Festibulle du Festival "Les Arts en Herbe".

De 16h30 à 18h30

Vendredi 10 octobre

📍 Meyrieu-les-étangs

Mardi 14 octobre

📍 Culin

Mardi 15 octobre

📍 Champier

Jeudi 16 octobre

📍 Sainte-Anne Sur Gervonde

Ce programme s'accompagne d'autres actions partenariales organisées sur la commune de Roybon, un quartier de La Côte Saint-André et sur l'EHPAD "le Couvent".

Bièvre Isère
communauté

Renseignements :

Direction Famille solidarité

📞 04 74 20 88 71

✉️ sante@bievre-isere.com



Bièvre Isère Communauté et tous ses partenaires
organisent et coordonnent ce programme





Programme pour le territoire de Bourgoin-Jallieu



10 octobre 2025 – de 13h à 19h

Portes Ouvertes à l'ESMPI

Pour présenter l'hôpital de jour et les différentes activités proposées

16 octobre 2025 – de 16h30 à 20h30, Résidence Marhaba (ALPA)

Afterwork proposé par l'ALPA et le GEM itinérant

Echanges et présentation des thématiques de santé

Discussion autour de la pair-aidance

Présence de la Maison des ados

17 octobre 2025 – de 9h40 à 16h40, Place Carnot

Ferme mobile/médiation animale

Lapins, cochons d'inde, poules pondeuses, coqs, dindes, pintades, coqs et poules d'ornements, poussins canards, oies, cailles, brebis, chèvres... se déplacent pour venir nous rendre visite à Bourgoin-Jallieu.

Certains animaux sont en liberté, d'autres restent dans leur "box" et veulent bien se laisser caresser et nourrir !

› **Groupes de 10 personnes toutes les 20 min**

› **Sur inscription ou en visite libre.**

Et **tout au long du mois d'octobre** des ateliers de tricots urbains sont proposés au musée berjallien pour les aidants familiaux



***Programme diffusé par le CLSM
d'Echirolles/Pont-de-Claix***





SISM
Semaines d'information
sur la santé mentale

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien **social**

du 8 sept. au 20 nov. 2025

Sous le
haut patronage du



www.semaines-sante-mentale.fr



ÉCHIROLLES & PONT DE CLAIX



Amandine DEMORE

Maire d'Échirolles & présidente du CCAS

**Le conseil municipal & le conseil
d'administration du CCAS**

Christophe FERRARI

Maire de Pont de Claix & président du CCAS

Président de Grenoble-Alpes Métropole

**Le conseil municipal & le conseil
d'administration du CCAS**

ont le plaisir de vous convier aux

SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

Le thème de l'édition 2025 est

**Pour notre santé mentale,
réparons le lien social**

**Inauguration
vendredi 10 octobre à 16 h 30**

Maison des habitant-es La Ponatière
8, avenue Paul-Vaillant-Couturier à Échirolles.

Chaque année, nous nous réunissons pour partager une préoccupation qui nous concerne tous et toutes, du simple bien-être jusqu'à la maladie psychique. L'objectif des Semaines est de **sensibiliser et de s'informer pour mieux se saisir des lieux ressources**.

L'Organisation Mondiale de la Santé indique que «*des liens sociaux de qualité sont essentiels à notre santé mentale et physique, ainsi qu'à notre bien-être*», et que «*se lier aux autres : c'est nécessaire et pourtant difficile*». L'enjeu est donc d'agir pour favoriser les relations qui font du bien.

Dans le cadre du Conseil Local de Santé Mentale d'Échirolles – Pont de Claix (CLSM), des ateliers sont proposés pour tous et toutes afin de s'informer, de partager et de prendre soin de soi.

Le CLSM Échirolles – Pont de Claix est coprésidé par Amandine Demore, présidente du CCAS d'Échirolles, Christophe Ferrari, président du CCAS de Pont de Claix, le Docteur Clément Donde Coquelet, responsable du pôle Drac Trièves Vercors du Centre Hospitalier Alpes-Isère, en lien avec l'Unafam 38.

Plus d'information : carole.begou@echirolles.fr
Coordinatrice du CLSM d'Échirolles et Pont de Claix
07 79 35 06 57

EXPOSITION

LA SOLITUDE, L'ISOLEMENT ET LA PERSONNE ÂGÉE

Paroles croisées
& démarche du projet



Cultures & Santé
en collaboration avec
CARIAO asbl

ÉCHIROLLES

Résidence autonomie Maurice-Thorez
DU 8 SEPT. AU 10 OCTOBRE
de 9h-17h (du lundi au vendredi en libre accès)

PONT DE CLAIX

(Centre social Irène-Joliot-Curie)
DU 6 AU 17 OCTOBRE 2025
de 9h à 12h et de 13h30 à 17h
(du lundi au vendredi)

À partir d'une exposition prolongeant une démarche autour de la solitude, l'isolement et la personne âgée mais pas seulement...
Conçue par Culture & Santé à Bruxelles.

Ateliers *Paroles croisées* sur la solitude et l'isolement en lien avec l'exposition :

Pont de Claix
Mercredi 17, 24 sept. et 1^{er} octobre
de 14h à 15h30
(Salle d'activité du centre social Irène-Joliot-Curie)

Échirolles
Jeudi 9 octobre de 10h à 12h
(Village2 santé)



LE PROGRAMME DES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

TOUS LES TEMPS SONT GRATUITS

POUR TOUTES & TOUS DE 0 À 99 ANS

STAND D'INFORMATION SUR LES LIEUX RESSOURCES POUR PRENDRE SOIN DE SA SANTÉ

VENDREDI 3 OCTOBRE de 9h à 12h

Marché du centre-ville d'Échirolles,
parking du cinéma Pathé
(annulé en cas de pluie)

CRÉONS DES LIENS : LA FABRIQUE DE BONNE HUMEUR

MERCREDI 8 OCT. de 16h15 à 18h

Maison des habitant-es
Anne-Frank/les Granges à Échirolles
Atelier créatif.
Sur inscription au 04 76 40 20 51

PETITS ET GRANDS AUTOUR DE LA MARMITE : UN FESTIN DE LIENS

MERCREDI 15 OCT. de 9h30 à 11h

Espace Enfants-Parents à Échirolles
Atelier spécial Semaine du goût.
Sur inscription au 04 76 09 87 48

POUR LES PLUS PETITS

QUAND LES AÎNÉ-ES RACONTENT AUX TOUT-PETITS

LUNDI 6 OCTOBRE de 10h à 11h

Résidence autonomie
Maurice-Thorez à Échirolles
Rendez-vous de départ à l'Espace
Enfants-Parents à 9h30
Lecture autour de l'amitié, la famille,
les liens qui nous unissent.
Sur inscription au 04 76 23 64 01

POUR LES ADULTES & LES RETRAITÉ-ES

UN TEMPS POUR SOI

MERCREDI 8 OCTOBRE de 9h à 11h

Maison des habitant-es
Essarts-Surieux à Échirolles
Atelier socio-esthétique avec
des produits naturels. Animé par Solimut
Sur inscription au 04 76 20 99 50

CAFÉ SANTÉ MENTALE, RENCONTRE AVEC PSYMOB

JEUDI 9 OCTOBRE de 8h30 à 10h30

Maison des habitant-es
Essarts-Surieux à Échirolles

MARDI 23 OCTOBRE de 14h à 16h

Centre social Irène-Joliot-Curie à Pont de Claix

COMMENT CRÉER DU LIEN ?

VENDREDI 10 OCTOBRE de 14h à 16h

Atelier participatif
animé par les psychologues
du lieu d'écoute d'Échirolles.

L'IMPACT DU NON-RENOUVELLEMENT DES TITRES DE SÉJOUR :

**ENTRE ANXIÉTÉ
ET ISOLEMENT SOCIAL**

VENDREDI 10 OCTOBRE

GOÛTER INAUGURAL à 16h30

Maison des habitant-es
La Ponatière à Échirolles

à 17h

Lectures et témoignages.

MIEUX-ÊTRE AVEC SOI,

MIEUX-ÊTRE AVEC LES AUTRES

VENDREDI 17 OCT. de 13h30 à 15h

Maison des habitant-es Anne-Frank/
les Granges à Échirolles

Dans le cadre de *Ma santé en mouvement*.

Avec l'association *Vers l'essentiel*.

Sur inscription au 04 76 40 20 51

SOIRÉE JEUX

VENDREDI 17 OCT. de 20h à 22h30

Centre social Irène-Joliot-Curie à Pont de Claix

FORMATION PREMIERS SECOURS EN SANTÉ MENTALE

MARDI 18 & JEUDI 20 NOVEMBRE

de 8h45 à 12h30 et de 13h30 à 17h

Maison de l'habitant, av. Josephine-Baker
(ex av. des îles de Mars) à Pont de Claix

Les gestes de premiers secours
en santé mentale sont conçus pour
apporter un premier soutien à
une personne éprouvant un malaise
émotionnel, des manifestations
d'un trouble psychique
ou en situation de crise.
Sur inscription auprès de
carole.begou@echirolles.fr

POUR LES RETRAITÉ-ES

LE LIEN SOCIAL, POUR VOUS QU'EST-CE QUE C'EST ?

VENDREDI 10 OCT. de 14h à 15h30

Résidence autonomie Maurice-Thorez,
à Échirolles

Un atelier pour échanger.
Sur inscription de préférence
au 04 76 23 64 01

ÉCHIROLLES

MDH LA PONATIÈRE

8, av. Paul-Vaillant-Couturier

MDH ESSARTS-SURIEUX

Place de la Convention

MDH ANNE-FRANK / LES GRANGES

1, rue de Lorraine

CENTRE VILLAGE 2 SANTÉ

6 bis, rue Denis-Papin

RÉSIDENCE AUTONOMIE MAURICE-THOREZ

2, allée du Rhin

ESPACE ENFANTS-PARENTS

14-15, place des Jacobins

PONT DE CLAIX CENTRE SOCIAL IRÈNE-JOLIOT-CURIE

27, avenue Antoine-Girard



***Programme diffusé par le CLSM de
Fontaine***





du 6 au 19 octobre 2025

Semaines d'information sur la santé mentale



www.semaines-sante-mentale.fr



Renseignements :

Espace santé

11 place des écrins - Fontaine

04 76 26 63 46

clsm@ville-fontaine.fr



PROGRAMME

Tout en accès libre tout public sauf l'escape game «gardiens de la sérénité»



● Pause Café

Présentation du programme des SISM 2025 aux habitants

➤ **6 oct. - à partir de 9h**

Maison des habitants G. Sand-14 bvd Joliot Curie

● «Les gardiens de la sérénité »

Balade ludique, escape game dans la Ville présentant les lieux ressources qui « font du bien » avec résolution d'énigmes. Départ du VOG.

➤ **7 oct. - 10h/12h - Inauguration**

en présence du Maire et des élus

➤ **8 oct. - 14h - Balade animée pour les habitants sur inscription.**

Inscription à l'espace santé : 04 76 26 63 46 ou clsm@ville-fontaine.fr.

● Ronde de paroles

(thérapie communautaire intégrative)

Espace qui permet aux participants de partager leurs ressources, leurs expériences, de trouver leurs propres solutions face aux difficultés du quotidien. Par l'UNAFAM.

➤ **7 oct. - 17h30 - à Résid'actifs** - 60 bvd Joliot Curie

➤ **16 oct. - 14h30 - à la maison des habitants G. Sand** - 14 bvd Joliot Curie

suivie d'un pot convivial

● Le travail et l'entraide comme réponse au lien social :

Atelier photo expression sur la pair aidance et visite de l'ESAT. Avec ESAT Alpes Insertion & Laurée des Pairs.

➤ **14 oct. - de 9h à 12h - ESAT Alpes Insertion** -2 rue Jean Pierre TIMBAUD

● Instant pour Tous : Créations sur toile

Venez découvrir l'atelier convivial ouvert à tous proposé tous les mercredis par les Maisons des Habitants, cette semaine une activité créative est proposée !

➤ **15 oct. - de 14h30 à 16h - Maison des Habitants G. Sand** - 14 Bvd Joliot Curie

● Exposition **Toutes et tous concernés** : parvis de l'hôtel de Ville de Fontaine

C'est quoi au juste, la santé mentale ? À travers 10 portraits authentiques, découvrons avec sensibilité leur vie et leur parcours.

➤ **Du 6 oct. au 6 nov.**

● Fête de clôture autour de l'exposition « Toutes & tous Concernés ! »

➤ **16 oct. À 18h** avec Laurée des Pains.

Les SISM c'est toute l'année !

- Permanences Midi/2 sur la thématique du lien social : Amitié et relations amoureuses, avec le service jeunesse, APASE, centre de santé sexuelle et Espace santé

➤ Dans les collèges G. Philippe, J.Vallès et au lycée Bergès

- Balade ludique animée par l'espace santé pour les CM2 et les 6e durant le temps scolaire et pour les centres de loisirs.

Pour en savoir plus, consultez le site officiel : www.semaines-sante-mentale.fr



***Programme diffusé par le CLSM de
Grenoble***

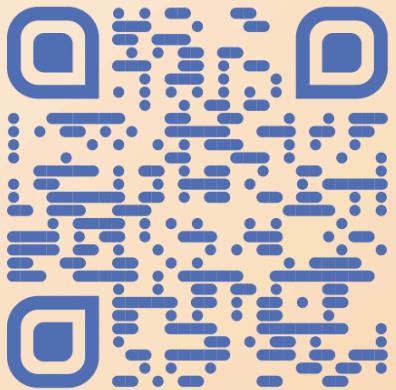




Pour notre Santé mentale réparons le lien social

Du 6 au 19
octobre
2025

Programme



POUR PLUS D'INFORMATION RENDEZ VOUS SUR
LE SITE DE LA VILLE DE GRENOBLE



Une version originale du Cinéma



© freepik



Pour notre santé mentale réparons le lien social

Du 6 au 19 octobre 2025

Le 8 octobre

Exposition participative

15h-19h - Maison de la Vie

Associative et citoyenne

6 Rue Berthe de Boissieux

Participez à un moment convivial de découverte et d'échange autour d'une exposition originale conçue spécialement pour les SISM par le GEM L'Heureux Coin, l'association AVIPAR et le CLUBHOUSE.

Gratuit / ciam@grenoble.fr

Fresque de la santé mentale

14h-17h - Maison de la Vie

Associative et citoyenne

6 Rue Berthe de Boissieux

Venez tester votre connaissance sur la santé mentale, quels sont les facteurs qui l'influencent et repartez avec des outils concrets.

Sur inscription : ciam@grenoble.fr



Cercles de paroles

Horaires précisés à l'inscription

Maison de la Vie Associative

et citoyenne

6 Rue Berthe de Boissieux

Les cercles de parole offrent un espace bienveillant et confidentiel pour s'exprimer librement, écouter et être écouté.

Tout public, sur inscription

38@unafam.org

Le 9 et 14 octobre

Portes ouvertes de l'atelier AVIPAR

14h30 à 17h30

19 Rue Prosper Mérimée

L'Association de Valorisation et d'Illustration du Patrimoine Architectural Régional vous invite à découvrir ses activités : création de maquettes du patrimoine local pour renforcer le lien social et favoriser l'accès à la culture des personnes fragilisées par la maladie ou le handicap.

Tout public, sur inscription : avipar@orange.fr ou 04 76 87 90 67

Le 10 octobre

Rencontre avec Adèle Yon, autrice

17h - Rencontre et signature

Bibliothèque du Centre Ville - 10 Rue de la République
Entrée libre
bm.centreville@bm-grenoble.fr

20h - Projection du film « Rebecca » d'Alfred Hitchcock – Introduction par Adèle Yon

Cinémathèque de Grenoble
4 Rue Hector Berlioz
Rencontre exceptionnelle autour de son ouvrage « Mon vrai nom est Elisabeth ». À 17h, accueil à la Bibliothèque du Centre Ville pour une discussion suivie d'une séance de signature. La soirée se poursuivra à 20h à la Cinémathèque de Grenoble avec la projection du film « Rebecca » d'Alfred Hitchcock, précédée d'une introduction par l'autrice.

places payantes,
renseignements auprès de la Cinémathèque de Grenoble
4 rue Hector Berlioz –
04 76 54 43 51 – contact@cinemathequedegrenoble.fr

Le 13 octobre

Portes ouvertes du CLUBHOUSE

13h30 à 17h30

6 allée Henri Frenay

Venez découvrir les missions du CLUBHOUSE dans leurs nouveaux locaux.

Tout public / Sur inscription : grenoble@clubhousefrance.org

Le 14 octobre

Ciné Rencontre autour du film Cassandre

12

20h15 - Cinéma Le Club

9B Rue du Phalanstère

À l'occasion des 40 ans de l'association SOS Inceste Pour REVIVRE, découvrez ou redécouvrez le film Cassandre en présence de sa réalisatrice, Hélène Merlin.

La projection sera suivie d'un échange avec la réalisatrice et l'association, autour de leur engagement commun pour libérer la parole et accompagner les victimes.

Entrée Gratuite
sur inscription
closm@grenoble.fr

Le 15 octobre

Le Psytruck en guinguette

10h-16h30

Place Grenette / Centre ville de Grenoble

Un temps de découverte des ressources locales en santé mentale, placé sous le signe de l'échange et de la convivialité.

Tout public / Plus d'information : closm@grenoble.fr

Le 16 octobre

Portes ouvertes du GEM l'Heureux Coin

9h-12h

62 rue Ampère

Le GEM l'Heureux Coin ouvre ses portes aux professionnels !

Au programme : Présentation du GEM, de son fonctionnement, du public accueilli et des activités par les coordinatrices et des adhérents, temps de question / réponse avec des adhérents ambassadeurs.

Réservé aux professionnels du soin et du social / Inscription uniquement par mail à coordinationgem.grenoble@gmail.com

2 créneaux possibles : 9h / 10h30 ou 10h30 / 12h autour d'un café : choisir un créneau de visite

Loto du GEM l'Heureux Coin

14h-16h

62 rue Ampère

Futur.e.s adhérent.e.s, venez nous rencontrer autour d'un LOTO !

14h : accueil café - LOTO de 14h30 à 16h, puis échanges informels avec des adhérents.

Pour les personnes concernées par les troubles psychiques qui souhaitent découvrir le GEM et rompre l'isolement. Sur inscription uniquement par téléphone au 09 82 89 52 92.
Attention, places limitées !





Le GRÉSIVAUDAN
communauté de communes

***Programme diffusé par le CLSM du
Grésivaudan et la médiathèque de
Pontcharra***



Cécile Tossan – Photo extraite de l'exposition « La santé mentale, tous et toutes concernés » – Ne pas jeter sur la voie publique.



LA SANTÉ MENTALE, ON EN PARLE ?

Grande cause nationale 2025, la santé mentale reste un sujet encore souvent tabou. À l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale, la médiathèque vous propose plusieurs animations : rencontre, projections, spectacle, jeux... et des sélections de livres et de BD !

La santé mentale, on en parle ?

JEUX VIDÉO

ILS SONT FOUS CES JEUX !

VENDREDI 10 OCTOBRE | 18h

Suspense et tension garantis ! Venez prouver votre sang-froid au cours d'une soirée jeux vidéo spéciale « folie », qui mettront vos nerfs à l'épreuve. Préparez-vous à plonger dans des univers où règnent l'étrangeté et l'effroi, que vous aimiez les ambiances psychologiques, les sursauts inattendus ou les énigmes glaçantes (mais toujours dans la bonne humeur !).

Dès 12 ans | sur inscription | ⏰ 2h

EXPOSITION

LA SANTÉ MENTALE, TOUS ET TOUTES CONCERNÉS !

Photographies de Véronique Serre

DU 14 OCTOBRE AU 20 NOVEMBRE

Aux horaires d'ouverture de la médiathèque

Onze volontaires ont accepté d'être photographiés pour vous parler de leur santé mentale : troubles psychiques, détresse psychologique mais aussi joie de vivre et ressources pour se sentir bien.

Exposition prêtée par Promotion Santé Isère, en partenariat avec le Conseil Local de Santé Mentale de la communauté de communes Le Grésivaudan.

RENCONTRE

BD ET SANTÉ MENTALE

Rencontre avec Titiane Vorano et Marie-Pierre Bard, autrices de la BD *Je ne suis pas folle*, et Carole Meaudre, art thérapeute

SAMEDI 18 OCTOBRE | 17h

À travers des récits instructifs, drôles et touchants, gais ou plus sombres, les BD permettent d'appréhender des troubles qui peuvent arriver à tous au cours de notre vie et peut-être de mieux nous comprendre.

Dès 12 ans | sur inscription | ⏰ 2h

PROJECTIONS

20 000 ESPÈCES D'ABEILLES

De Estibaliz Urresola Solaguren | 2023

VENDREDI 7 NOVEMBRE | 20h

Cocó, huit ans, a bien du mal à savoir qui elle est. Au cours d'un été passé parmi les ruches du Pays Basque, elle éveille sa singularité au sein des femmes de sa famille, elles-mêmes en proie au doute. Dans un monde où il existe 20 000 espèces d'abeilles différentes, il existe forcément une identité qui corresponde à Cocó...

Dès 12 ans | sur inscription | ⏰ 2h

SUR L'ADAMANT

De Nicolas Philibert | 2023

SAMEDI 15 NOVEMBRE | 17h30

L'Adamant est un Centre de Jour unique, flottant sur la Seine, au cœur de Paris. Il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins structurant, qui les aide à renouer avec le monde. L'équipe qui l'anime tient à résister au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ours d'Or du meilleur film au Festival de Berlin en 2023.

Dès 15 ans | sur inscription | ⏰ 2h

SPECTACLE

UNE PETITE MERVEILLE

Cie La Volière

JEUDI 20 NOVEMBRE | 20h

Une approche sensible et ludique pour parler du sujet difficile de la santé mentale des jeunes. Véritable ode à la liberté d'être qui on veut et comme on peut, ce spectacle rend hommage à la puissance des interactions humaines pour (re)prendre le risque de la rencontre ici et maintenant...

Dès 14 ans | sur inscription | ⏰ 1h30

JEUX DE RÔLE

HORREUR À ARKHAM

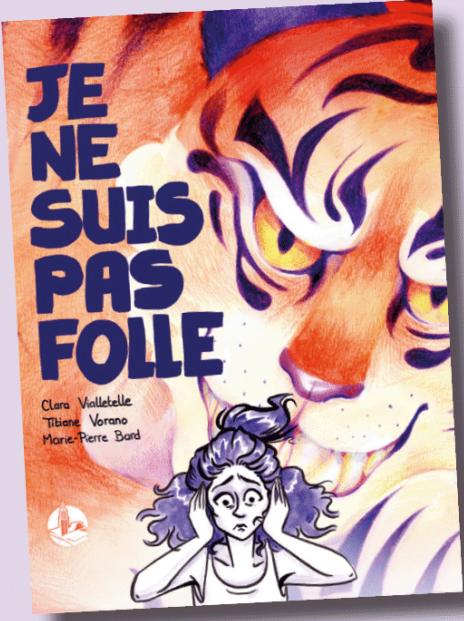
VENDREDI 28 NOVEMBRE | 18H ET 20H

Autour de votre Meneuse de Jeu, venez percer les secrets indicibles de la ville d'Arkham, au risque d'y perdre la raison...

Dès 12 ans | sur inscription | ⏰ 1h30

Rencontre

BD ET SANTÉ MENTALE



Rencontre avec **Titiane Vorano** et
Marie-Pierre Bard, autrices de la BD
Je ne suis pas folle, et **Carole Meaudre**,
art thérapeute

SAMEDI 18 OCTOBRE | 17H



Dès 12 ans | gratuit sur inscription

Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale

Conception Cécile Tassan



Programme diffusé par le CLSM du Pays voironnais



SEMAINES D'INFORMATION
SUR LA SANTÉ MENTALE

06 > 17 OCT. 2025



5^E
FESTIVAL
PSYCHÉ
DÉCLIC

POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

RÉPARONS LE LIEN SOCIAL

PROPOSÉ PAR LE CONSEIL LOCAL DE SANTÉ MENTALE DU PAYS VOIRONNAIS

RETROUVEZ TOUT
LE PROGRAMME



+ D'INFOS

04 76 93 17 59 - clsm@paysvoironnais.com

Pays Voironnais
Communauté du Pays Voironnais

**LES SEMAINES D'INFORMATION EN SANTÉ MENTALE
(SISM) C'EST UNE PROGRAMMATION D'ÉVÉNEMENTS
PORTÉE PAR UN ENSEMBLE D'ACTEURS LOCAUX SUR
LE TERRITOIRE CHAQUE ANNÉE POUR :**

- **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale à partir d'une thématique annuelle définie nationalement,
- **SENSIBILISER** et lutter contre la stigmatisation en santé mentale,
- **INFORMER** et faire connaître les ressources locales en santé mentale,
- **FACILITER** les partenariats afin de favoriser la santé mentale
 - toutes et tous : personnes concernées par des troubles psychiques, aidants, professionnels, élus, familles, amis...



7 octobre - 10 h > 12 h

Forum

« Bouger pour sa santé »

Stands de présentation des dispositifs et pratique d'activités physiques adaptées.

📍 Pôle de Vouise - Avenue du 8 Mai 1945 - Voiron
Réservé uniquement aux bénéficiaires des Centres Médico-Psychologiques de Voiron et Tullins, de l'Hôpital De Jour Séraphine, du centre Cotagon, des associations StrataGEM et ALHPI.

✉ prescribouge@paysvoironnais.com - 06 46 00 65 29

Avec : les maisons sport santé « Prescri'Bouge » et « En Forme » à Voiron.

7 octobre Exposition

« J'écris le lien en mot et autrement... »

Œuvre d'écriture artistique et collaborative intergénérationnelle entre l'EHPAD de Saint-Geoire en Valdaine et le Foyer de vie Cotagon.

📍 Médiathèque de Montferrat - 120 place C.A. Pégoud
Entrée libre/tout public, dans la salle Annexe,
Vernissage le 7 octobre à 16 h. Exposition visible les mardis de 16 h à 19 h, les mercredis de 14 h à 19 h et les samedis de 10 h à 12 h.

✉ smicoud@cotagon.com - agallin@cotagon.com

8 octobre - 9 h 30 > 12 h 30 / 13 h > 15 h 30

Portes ouvertes

« Portes ouvertes du Cotagon »

Avec une approche centrée sur l'autodétermination, le centre de Cotagon, situé à Saint-Geoire en Valdaine offre aux personnes accueillies un lieu d'apprentissage et d'expérimentation sociale et professionnelle pour construire leur projet de vie. Venez découvrir leurs accompagnements lors de nos portes ouvertes.

📍 373 voie de Cotagon - Saint-Geoire en Valdaine
Tout public - **Visite gratuite (inscription recommandée)**
Repas : 12 € (inscription obligatoire)

✉ evenements@cotagon.com - 04 76 07 65 67

8 octobre - 18 h > 20 h 30

Ciné-Rencontre

« Théâtre et Cuisine »

Diffusion du documentaire « Théâtre et Cuisine », suivie d'un temps d'échange animé par G. Faive (Cie Le Chat du Désert) et T. Groc (Cinédia), en présence des personnes accompagnées par le Samsah Alhpi-Le Serdac.

📍 Médiathèque de Moirans - 4 place Charles de Gaulle
Tout public à partir de 8 ans - **Gratuit**

📞 c.gaujour@alhpi.com - eva.finot@paysvoironnais.com
audrey.boizot@paysvoironnais.com - 04 76 35 45 50

Avec : Samsah-Alhpi-Le Serdac, Le Grand Angle de Voiron, Médiathèque de Moirans, Cie Le Chat du désert, Cinédia, Culture et Santé.

9 et 14 octobre - 9 h > 12 h 30

Rando-Rencontre

« Créer du lien en pleine nature »

Participez à une rando-rencontre en pleine nature et explorez le lien social autrement à travers des animations et des réflexions collectives.

📍 Cimetière de Saint-Cassien - Chemin du Rossey
Adolescents et adultes jusqu'à 12 personnes.

Gratuit et sur inscription :

04 76 65 65 61 (après-midi) ou par mail : parolecoutejeunes@paysvoironnais.com

📞 Amélie Verdebout, psychologue et accompagnatrice en montagne : 06 51 98 30 32



16 et 17 octobre - 9h > 17h

Formation

« Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) »

Repérer les troubles en santé mentale, s'adapter, informer et orienter sur les ressources disponibles.

📍 Innovadom - 180 boulevard de Charavines - Voiron
Tout public - **Sur inscription**

📞 parolecoutejeunes@paysvoironnais.com
04 76 65 65 61



17 octobre > 18h30

Atelier créatif

« De la tête aux pinceaux »

Ateliers de création et exposition d'une œuvre collective sous forme d'un PUZZLE GÉANT, avec comme thème : « Comment je vais dans ma tête ? ».

Vernissage le 17 octobre à 18h30.

📍 Salle Oasis - centre social RIH Brunetière
7 rue Henri Barbusse - Voiron
Tout public - **Gratuit**

📞 Flory.Cadenat@ac-grenoble.fr
f.chalmeton@codase.org

Organisé et accompagné par le CIO de Voiron et le CODASE, réalisé par les jeunes de la mission locale, du Lycée Ferdinand Buisson et par les usagers de la Résidence plein soleil et du Cotagon.

**Réserve
aux scolaires**

Atelier créatif

« Crédit d'une œuvre d'art NATIMO & CO »

Résidence artistique sur une durée de 2 semaines avec l'artiste Natimo pratiquant l'art social solidaire et participatif. Résidence de sensibilisation auprès d'élèves de CM1 et CM2 à la solidarité, au harcèlement et à ses dangers.

Avec deux écoles élémentaires du territoire.

24 octobre > 18h

Ciné-Débat

« Je suis t'à bout. Aidants, protégez-vous ! »

Projection du film « Mon vieux » racontant l'histoire d'Elie Semoun et de son père atteint de la maladie d'Alzheimer, suivie d'un débat animé par l'association ALMA (Allo Maltraitance).

📍 Maison des habitants de Charavines
5 place de l'église

Tout public - **Gratuit et sur inscription**
(places limitées)

📞 Espace d'accueil « En Tandem »
07 64 81 02 17 - innovadom@paysvoironnais.com

Avec : la maison des habitants et le CCAS de Charavines.

25 octobre - 14h > 16h

Lecture collective-Arpentage

« Prologue du festival « Livres à vous » - Programmation Ado »

Espace de rencontre et de discussion, cette lecture collective d'un tome de Sauveur & fils, suivie d'une rencontre entre l'une des autrices, Constance Robert-Murail, et un psychologue sera à destination des ados et de leurs parents. Regards croisés de 17h à 18h.

📍 Médiathèque Philippe Vial
5 boulevard Edgar Kofler - Voiron

Gratuit et sur inscription

📞 bib.chirens@paysvoironnais.com



19 novembre - 17h30 > 19h

Conférence

« Une fratrie ordinaire ? »

Une conférence sur la thématique de la fratrie est proposée dans le cadre du forum « Mon enfant extra-ordinaire » sur les Troubles du NeuroDéveloppement (TND).

📍 Campus de la Brunerie,
180 boulevard de Charavines - Voiron
Entrée libre et gratuite sous réserve de places disponibles.

Et aussi...

Création

« Le Street-Art au service de la santé mentale »

Réalisation d'une fresque murale à Voiron.

📞 Plus d'informations à venir sur le site du Pays Voironnais. Avec l'association STRATA'GEM38.



Suite du programme >>>
au dos du dépliant

NE RATEZ PAS...

LES TEMPS FORTS



24 octobre > 19 h 30

Buffet-Concert

« BOUCHE À L'OREILLE »

Concert du groupe « *Musicalement Incorrect* »
(là où le chant est accessible à tous)
accompagné d'un buffet local confectionné
par l'association Le Rigodon.

📍 Salle des fêtes de Voiron
Place Jacques-Antoine Gau
Tout public - **Participation au chapeau**

📞 j.bouillaud@relaisozanam.org
direction@lerigodon.org

Avec : Le Rigodon, le relais Ozanam ainsi que
les agriculteurs, agricultrices du territoire.



Inscription recommandée

[www.helloasso.com/
associations/le-rigodon/
evenements/bouche-a-l-oreille](http://www.helloasso.com/associations/le-rigodon/evenements/bouche-a-l-oreille)



7 > 18 octobre

Exposition

« ÉCLATS DE PSYCHÉ »

par Fanny Bellule

Elle est proche-aidante, lui est concerné.
Un projet d'art à 2 voix sur la santé mentale.

📍 Médiathèque de Moirans
4 place Charles de Gaulle
Tout public - **Gratuit**

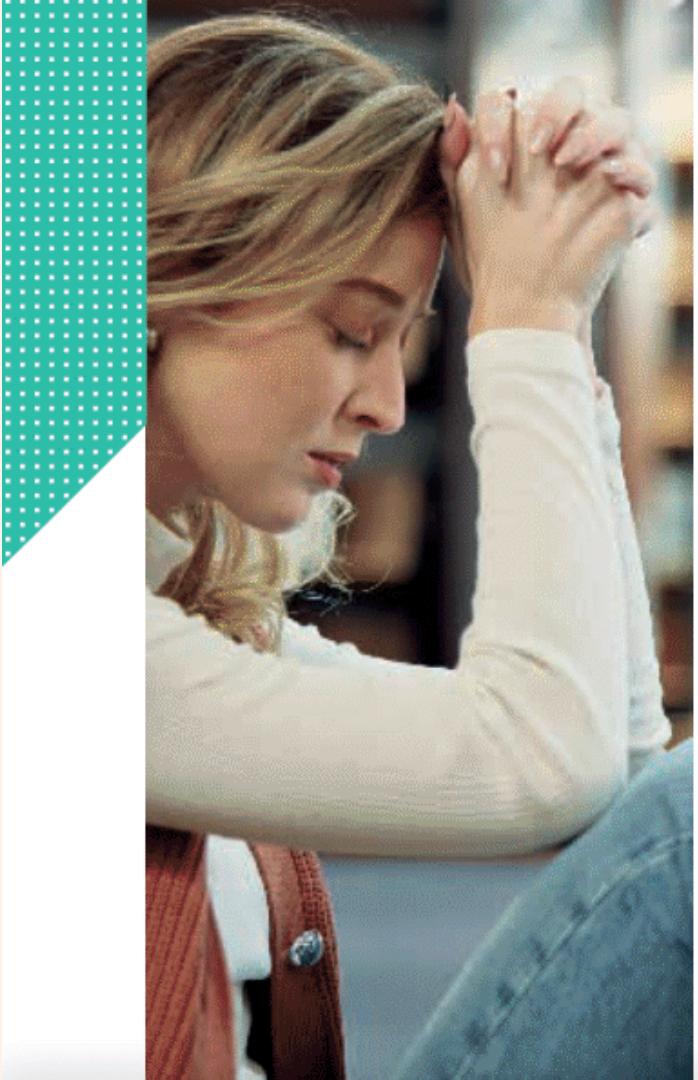
✉ audrey.boizot@paysvoironnais.com
beatrice.orjollet@paysvoironnais.com
fannybelluleart@gmail.com - 06 37 88 32 50

En présence des artistes

> Samedi 11 octobre
et mercredi 15 octobre après-midis

Inauguration

prévue le mardi 07 octobre
à 18 h 30



Et aussi...

Intervention en lycée avec le CIO et l'Unafam: le Cotagon

« L'invisible à l'œil nu : derrière les apparences, des voix à entendre »

Intervenir au sein de lycées avec des personnes concernées afin de déconstruire les préjugés liés au handicap et ouvrir le dialogue autour de la santé mentale. Présentation, débat mouvant, tables rondes et cercles de paroles.

📍 À déterminer entre les établissements scolaires volontaires et les organisateurs. **Intervention gratuite.**

📞 mbanier@cotagon.com - 07 68 49 26 74

Avec le CIO et l'Unafam.

Ateliers

Pour les + de 60 ans et les aidants qui accompagnent un proche de + de 60 ans.

« Prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre »

Tous les vendredis 14 h > 16 h
du 19 septembre > 05 décembre

« Comment être heureux et le rester ? »

Ce programme progressif permet de réduire les émotions négatives (10 séances).

📍 Innovadom - 180 boulevard de Charavines - Voiron

23 octobre - 15 h > 17 h 30

« Je me ressource »

Expérimitez des outils et des clés pour vivre mieux. Une parenthèse de répit pour se poser et prendre soin de soi.

📍 Salle Maurice Rival - Chirens



Gratuit et sur inscription (places limitées)

📞 Espace d'accueil « En Tandem »
07 64 81 02 17 - innovadom@paysvoironnais.com

Avec : les CCAS de Chirens, l'Association « Vers l'essentiel » et la commission des financeurs.

➤ www.paysvoironnais.com





***Programme diffusé par le CLSM
Porte de l'Isère Nord***



LES SEMAINES DE LA SANTÉ MENTALE

Réparons le lien social !



Sensibilisation | 8-10-14 oct. 2025

Mieux comprendre et accompagner les personnes en souffrance psychique, au même titre que les premiers secours physiques.

- 📍 **Villefontaine le 08/10 à 20h**
- 📍 **Saint-Alban de Roche le 10/10 de 18h à 20h - salle de La Fontaine**
- 📍 **Saint-Quentin-Fallavier le 14/10 à 19h - salle du conseil municipal**

Fresque | 10 oct. 2025

Cet atelier va vous permettre d'aborder plusieurs questions autour de la santé mentale.

- 📍 **Vaulx-Milieu de 15h à 18h - en mairie**

Atelier | 15 oct. 2025

Atelier de 2h pour vous faire découvrir comment nos relations nous protègent psychologiquement.

- 📍 **L'Isle d'Abeau de 15h à 17h - Espace des Solidarités Olympe de Gouges**



Ciné-débat | 16 oct. 2025

Diffusion du film de Nicolas Philibert
“Machine à écrire et autres sources de
tracas” suivi d'un débat en présence de
l'UNAFAM et OXYGEM

📍 Villefontaine à 20h - au Fellini

Portes ouvertes au CMPA | 16 oct. 2025

Présentation des locaux et des équipes du
CMPA, ainsi que des œuvres créées en
hôpital de jour par des patients.

📍 CMPA de Villefontaine de 16h à 19h

L'info en +

Des interventions de sensibilisation à la santé mentale vont être organisées au sein des 8 collèges situés sur le territoire du CLSM Porte de l'Isère Nord.

Ces actions viseront directement les élèves ou leurs parents.



Programme pour le territoire de Saint-Egrève

Le jeudi 9 octobre, de 9h à 16h30 à l'Hôtel de Ville de Saint-Egrève
Journée de la pair-aidance.
Journée organisée en partenariat avec le CHAI et l'ESMPI.

1



**JOURNÉE
DE LA PAIR-AIDANCE**

PROGRAMME

14h00 : Ateliers - Comment entrer en relation avec des personnes concernées ? (avec inscription préalable)

Modalités

- 15 personnes par atelier
- Durée moyenne : 30 minutes
- 2 ateliers par personne
- 15 minutes de pause entre les deux ateliers

Liste des ateliers

- Atelier « Photo-expression », animé par Aurélien VIRGONE (pair-aidant à la MDU du CHAI)
- Atelier « Jeu d'échecs », animé par l'association Espairs 38
- Atelier « La carte d'identité poétique », animé par Laure DAMBEKALNS (pair-aidante du DU de Grenoble) et Catherine PAULOU-CHAFFRI (infirmière à POLARIS)
- Atelier Présentation du jeu « 3 p'tits tours et puis s'envole », animé par OxyGEM

14h00 - 16h00 : Forum d'associations

Durant l'après-midi, un forum d'associations sera accessible pour les professionnels et le public.

Ce forum sera l'occasion de rencontrer les associations mettant en avant la pair-aidance.

Fin de la journée à 16h30



**Ouverte à toutes et tous
l'après-midi !**

2

Le lundi 13 octobre, de 14h à 16h, à la Maison des Solidarités et des Familles La Gare
Atelier "cultiver sa santé mentale"

*Un atelier en partenariat avec la Mutualité Française pour échanger et partager autour de la santé mentale.
> Cet atelier permettra notamment d'expérimenter des comportements favorables à une bonne santé mentale.*

Inscription recommandée au : 06 13 57 86 97.



***Programme diffusé par le CLSM de
Saint-Marcelin Vercors Isère
Communauté***





36^e
ÉDITION

6 - 19 OCTOBRE 2025

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien social

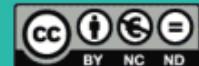


Sous le
haut patronage du

**MINISTÈRE
DU TRAVAIL
DE LA SANTÉ
ET DES SOLIDARITÉS**
Liberté
Égalité
Fraternité



www.semaines-sante-mentale.fr



www.saintmarcellin-vercors-isere.fr

LA SANTÉ MENTALE EN TOURNÉE

Le dispositif mobile de la Maison Intercommunale des Familles « En route vers la santé »

Un arrêt pour se rencontrer, écouter et échanger

Permanences à thème du dispositif mobile « En route vers la santé »

de la Maison Intercommunale des Familles avec l'UNAFAM

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



- Mardi 7 octobre de 14h30 à 16h30 - Champ de Mars, Vinay

- Jeudi 9 octobre de 14h30 à 16h30 - Champ de Mars, Saint-Marcellin

Écoute, conseils et soutien pour accompagner un proche en souffrance psychique. Présence de deux aidants familiaux formés pour répondre à vos questions et partager leur expérience.

> Sans rendez-vous - Gratuit

> Information : 04 56 33 30 20 ou 07 64 56 23 58

Dispositif mobile « En route vers la santé » : Un espace d'écoute individuel (pour les 11-30 ans)

- Mercredi 15 octobre de 9h à 12h - Maison Intercommunale des Familles, 3 rue du Colombier, Saint-Marcellin

Un lieu confidentiel pour exprimer ses préoccupations et ses doutes, explorer des pistes et recevoir un soutien adapté.

> Sans rendez-vous - Gratuit

Lieu d'écoute « Passerelle Santé » : Un espace d'écoute individuel (tout public)

- Mercredi 15 octobre de 9h à 12h - Maison Intercommunale des Familles, 3 rue du Colombier, Saint-Marcellin

Accompagnement individuel pour toutes les personnes souhaitant parler de leur situation, poser des questions ou chercher des orientations.

> Confidential - Sans rendez-vous - Gratuit

> Information : 04 56 33 30 20



CONFÉRENCES ET ATELIERS THÉMATIQUES

Conférence & ateliers « Jardins en santé »

- Jeudi 9 et vendredi 10 octobre, à l'Arche, 34 la Basse Cour, Saint-Antoine-l'Abbaye

La Fédération Jardins Nature & Santé et Binettes et Compagnie organisent deux journées d'échange, d'ateliers et de rencontres sur la manière dont les jardins favorisent le lien social et la créativité comme outils de prévention, d'insertion et de bien-être.

> Gratuit

> Contact : jardin.binettes@gmail.com

Atelier ludique de sensibilisation à la santé mentale

- Jeudi 16 octobre à 17h30, Lieu d'écoute associatif, 27 rue du Faubourg Vinay, Saint-Marcellin

L'association Une écoute pour tous vous invite à participer au parcours ludique qui conduit chaque joueur à se plonger dans l'univers des émotions face aux situations rencontrées. Il faudra compter sur ses ressources personnelles, celles des acteurs du territoire mais aussi sur les autres joueurs pour que l'équipe gagne la partie. Prêt(e) à vous lancer ?

> Gratuit. Inscription souhaitée par mail à contact@uneecoutepourtous.fr

> Nombre de participants limité à 8



Forum des aidants - 10 ans du Café des aidants®

- Vendredi 10 octobre à partir de 13h30 au gymnase, 12 avenue Joseph Chassigneux, Vinay

Le Département anime la commission d'aide aux aidants Sud-Grésivaudan, qui réunit les partenaires institutionnels, associations et aidants. À l'occasion des 10 ans du Café des aidants®, la commission organise un forum des aidants : temps d'échanges, d'informations et de valorisation du rôle essentiel des proches aidants.

> Gratuit

> Information : <https://www.isere.fr/agenda/le-rendez-vous-des-aidants-vinay>



ACTIONS POUR LE JEUNE PUBLIC ET LES FAMILLES

Matins poussette - Mix'age Café

- Samedis 4 et 18 octobre de 9h30 à 11h30 - Mix'age Café, 3 rue de l'Église, Saint-Vérand

Lectures et animations pour explorer les émotions des tout-petits (0-4 ans), accompagnées de discussions pour les parents.

> Sur adhésion - Information : 04 76 38 82 19 | mixage-cafe@saint-verand-38.fr

Lieux d'Accueil Enfants Parents sur le territoire de Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté

Des lieux d'échange, de partage et de jeux entre enfants et adultes. Pour les parents, futurs parents et enfants de 0 à 6 ans.

- « **Bulle de Mômes** » ouvert les lundis de 9h15 à 11h15 et les jeudis de 15h30 à 17h30 (hors vacances scolaires) au Pôle multiservices, 3 avenue Brun Faulquier, Vinay.

> Structure intercommunale, information : 04 76 64 09 50

- « **Pirouette** » ouvert les vendredis de 9h à 11h45 (ouvert sur certaines périodes de vacances scolaires) à l'Espace Parentalité, avenue Jules David, Saint-Marcellin.

> Structure intercommunale, information : 04 76 64 86 84

- « **Parent'aise** » ouvert les vendredis de 9h30 à 11h30 (hors vacances scolaires) à la salle des fêtes, Saint-Bonnet-de-Chavagne.

> Structure associative, information : 04 38 90 29 53



ACTIONS CULTURELLES INCLUSIVES

Avant-première Ciné Relax : « Marcel et Monsieur Pagnol »

- Dimanche 12 octobre à 14h - Cinéma Les Méliès, 20 Boulevard Riondel, Saint-Marcellin

Séances adaptées à tous : lumière tamisée, sons modulés, liberté de mouvement. Une expérience collective enrichissante.

> Tarif : 5,50 €

> Information : 04 76 38 65 93

Changer de regard : « L'énergie positive des dieux »

- Vendredi 14 novembre à 19h - La Halle Yves Pillet, 2 place de la Halle, Pont-en-Royans

La Halle propose de prolonger la réflexion du mois du documentaire en dédiant la projection de novembre à la santé mentale.

> Réservations sur : www.pass-theque-smvic.fr

Le réseau Pass'thèque, composé de 15 médiathèques sur le territoire de Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté, propose un accès gratuit à la lecture, à la culture, aux savoirs et à l'information pour tous. Tout au long de l'année, des animations favorisent le lien social et le bien-être.
N'hésitez pas à solliciter les bibliothécaires pour obtenir des ressources sur la santé mentale, pour vous-même ou pour vos proches.

> www.pass-theque-smvic.fr



ÉCOUTE ET BIEN-ÊTRE

Rencontres des « Petits cailloux »

- Mardi 7 octobre – Maison de Santé Pluridisciplinaire, 28 rue Jean Rony, Saint-Marcellin

Espace participatif pour exprimer ses préoccupations, trouver des solutions et partager des expériences, basé sur la Thérapie Communautaire Intégrative (TCI)

Animées par une psychologue et une animatrice spécialisée.

> [Gratuit, ouvert à tous, sans inscription](#)

Le Café des aidants®

- Lundi 13 octobre à 14h30 « Émotions et réactions, comment faire avec ? »

- Un lundi par mois de 14h30 à 16h30

À l'Auberge de la Noyeraie, 10 Place de l'hôtel de ville, Vinay

Vous accombez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de son âge, venez au Café des aidants®. Un temps d'échange et d'information convivial, ouvert à tous, gratuit avec obligation d'une consommation au café.



Coanimé par une psychologue et une référente médico-sociale autonomie du Département.

> [Pour plus d'information, contactez la Maison du Département au 04 76 36 38 38](#)

Dispositif d'Activité Physique Adaptée

Pratiquer une activité physique régulière est bénéfique pour le corps et l'esprit, Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté vous propose le dispositif d'accompagnement à l'Activité Physique Adaptée : parlez-en à votre médecin traitant.

> [Pour plus d'information contactez directement le coordonnateur en Activité Physique Adaptée : 06 64 65 09 49 \(message vocal ou SMS avec vos coordonnées\).](#)

Le centre aquatique l'Olympide à Chatte propose des activités pour tous les âges : bassins sportifs et ludiques, pataugeoire et toboggan pour les enfants, ainsi que des cours de natation, d'aquagym et d'aquabike. Un espace bien-être avec sauna et hammam complète l'offre, et des animations spécifiques sont régulièrement organisées pour les plus jeunes.

> <http://www.lolympide.fr/>





Programme diffusé par le CLSM de Saint-Martin-d'Hères

Semaines d'information sur la santé mentale

Ensemble, tissons des liens pour notre santé mentale

- s' informer
- se relier
- partager
- s'amuser
- créer

»»» À TOUT ÂGE
»»» GRATUIT

mercredi
8 octobre
16 h - 19 h

Place Étienne
Grappe



Informations :
service.hygiene-sante@saintmartindheres.fr
04 76 60 74 62

12^e
ÉDITION
À SAINT-MARTIN-D'HÈRES

>>> Parlons santé mentale

Stand d'information

Parlons santé mentale ! (1)

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 !

■ Retrouvez toute l'équipe

jeudi 9 octobre de 10 h à 17 h

parvis de la bibliothèque universitaire droits-lettres.

Porte ouverte

C'est quoi un psychologue ? (4)

Les psychologues et la psychiatre du Pôle de santé interprofessionnel (PSIP) de Saint-Martin-d'Hères vous ouvrent leur porte. Venez les rencontrer et visiter l'espace de consultation.

Exposition de portraits

La santé mentale : toutes et tous concernés (2)

Onze volontaires ont accepté d'être photographiés pour vous parler de leur santé mentale : troubles psychiques, détresse psychologique mais aussi joie de vivre et ressources pour se sentir bien.

Stand d'information

Premiers secours en santé mentale (3)

Découvrez la formation de secouriste en santé mentale.

>>> Réparons le lien social

Stand d'information

Où rencontrer de nouvelles personnes ? (8)

Explorez les différentes actions menées par les services de la ville, les associations et les habitants qui créent des espaces de rencontres et d'échanges, contribuent tout au long de l'année à maintenir et renforcer nos liens sociaux.

Buvette

Goûter partagé (6)

Animation

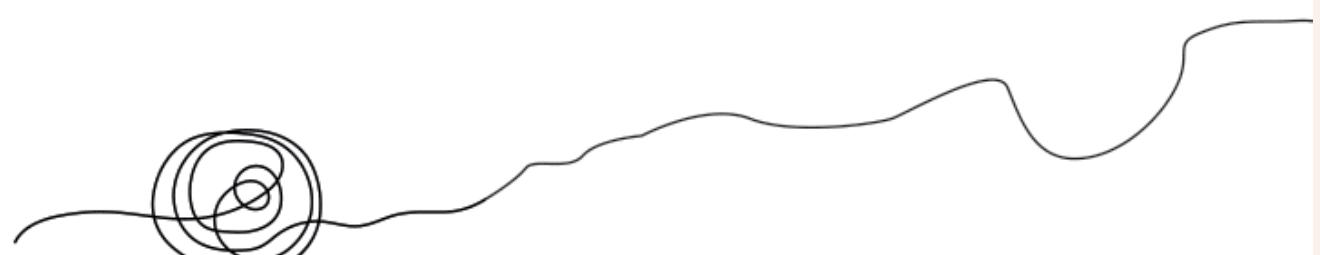
Respecto Differancia ! (5)

Bienvenue à Saint-Martin-d'Hères, l'école de sorcellerie accessible à tous les apprentis sorciers. Découvrez notre célèbre cours de magie et apprenez à maîtriser la potion *Respecto Differancia*.

Porteur de parole

Avons-nous besoin des autres pour se sentir bien ? (7)

Recueil de paroles de passants.



>>> Jouons et créons

Atelier musical et parade

La Fanfare de la Touffe (13)

Vous avez toujours rêvé de jouer dans un orchestre mais ne savez pas jouer d'un instrument ? La Fanfare est ouverte à tous de 8 à 88 ans !

À 16 H (2 h) atelier, à l'heure bleue :

- Pour participer à cette incroyable rencontre, aucune compétence musicale n'est nécessaire. Le temps d'un atelier, Fabrice Charles, chef de fanfare, vous fera découvrir trompettes, trombones, clairons et autres tubas. Vous apprendrez à les faire sonner et quelques signes faciles à mémoriser et à jouer ensemble.

À 18 H (40 min) la parade, place Étienne Grappe et Pré Ruffier :

- Puis ce sera le moment de la parade, accompagnée par des solistes musiciens, danseurs, comédiens et poètes. Un immense moment de plaisir partagé pour découvrir les sensations de jouer et vibrer dans un orchestre... et se réapproprier l'espace public par le son.

Renseignements

et inscriptions : 04 76 54 21 51

relationspubliques-hb@
saintmartindheres.fr

Exposition participative

Tous des Artistes ! (11)

C'est quoi le lien social pour nous ? Et si on s'exprimait en collage ?

Jeux et création

La cabane en carton (10)

Petits et grands sont invités à explorer et décorer une cabane en carton réalisée par les habitants.

Jeux de société

Le plaisir de jouer (9)

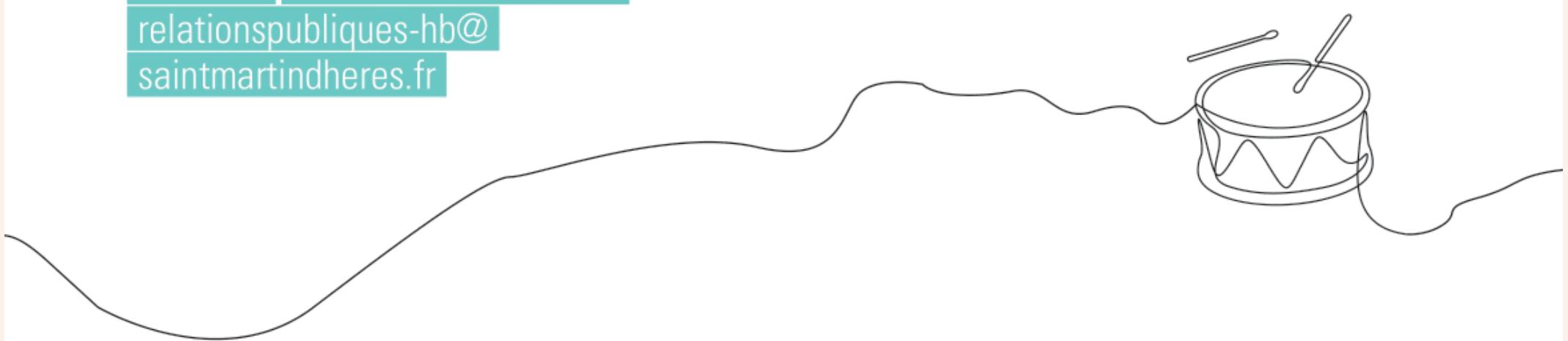
En toute décontraction, partagez un moment convivial autour de jeux simples, amusants et accessibles à tous. Installez-vous, jouez, riez... savourez le plaisir d'être ensemble, et laissez la complicité s'inviter à votre table !

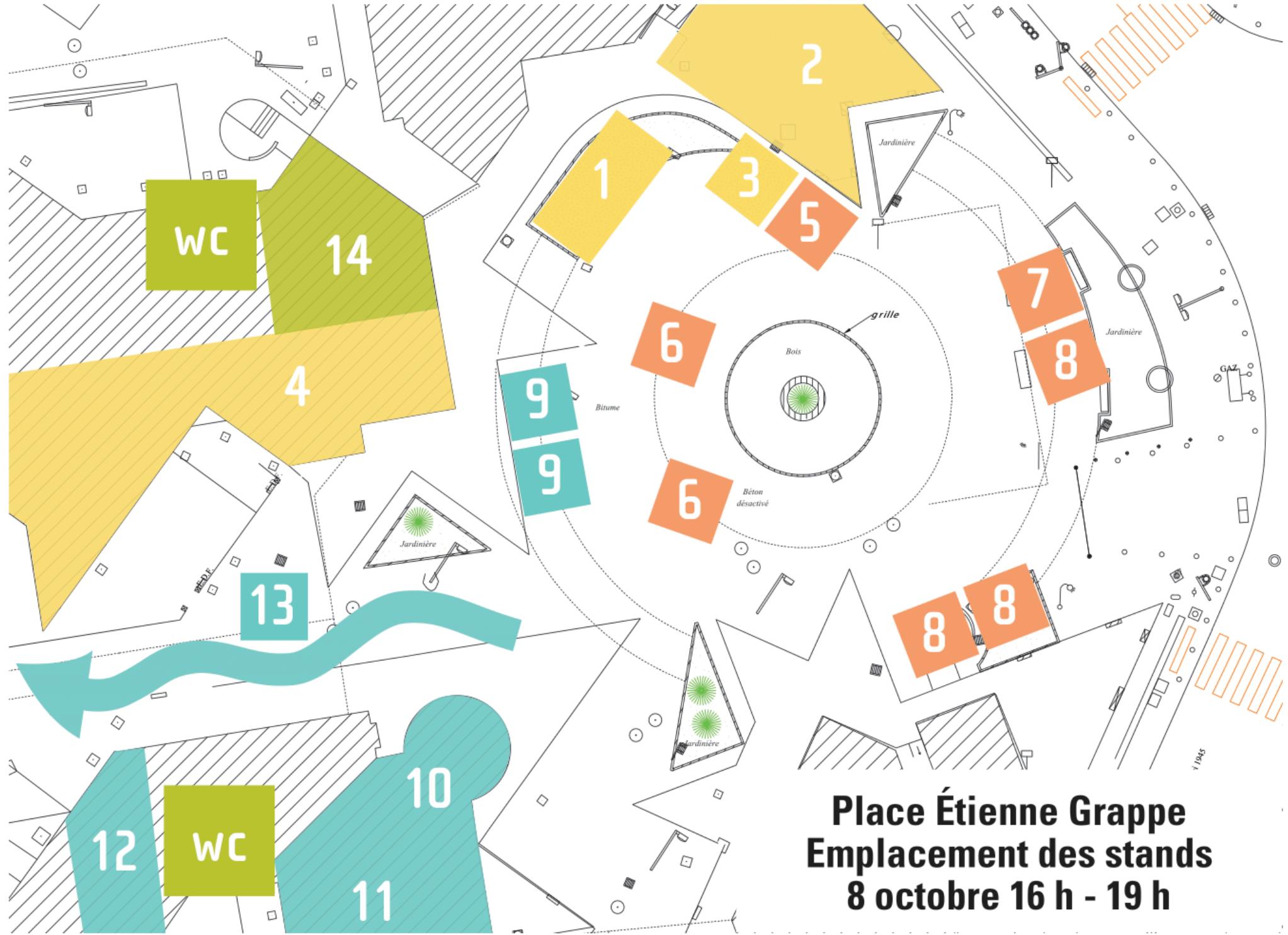
Dès 8 ans

Jeu d'exploration musicale sensible

“Moésique” (12) ▶

Quelle musique vous rend euphorique ? Quels frissons vous provoque ce son ? Quels accords embarquent votre corps ? Un jeu pour prendre plaisir à partager des musiques.





Place Étienne Grappe
Emplacement des stands
8 octobre 16 h - 19 h



***Programme diffusé par le CLSM de
Vienne-Condrieu Agglomération***

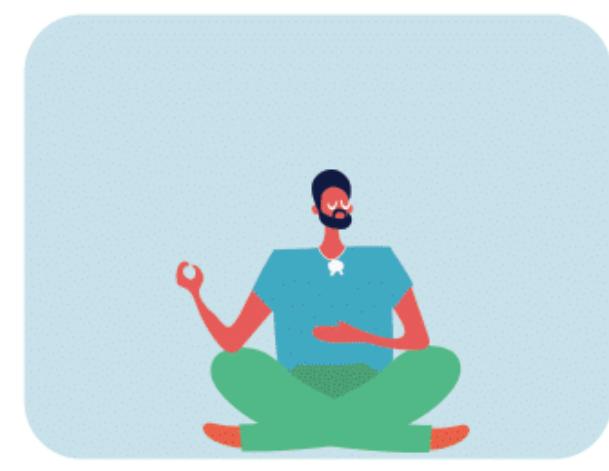
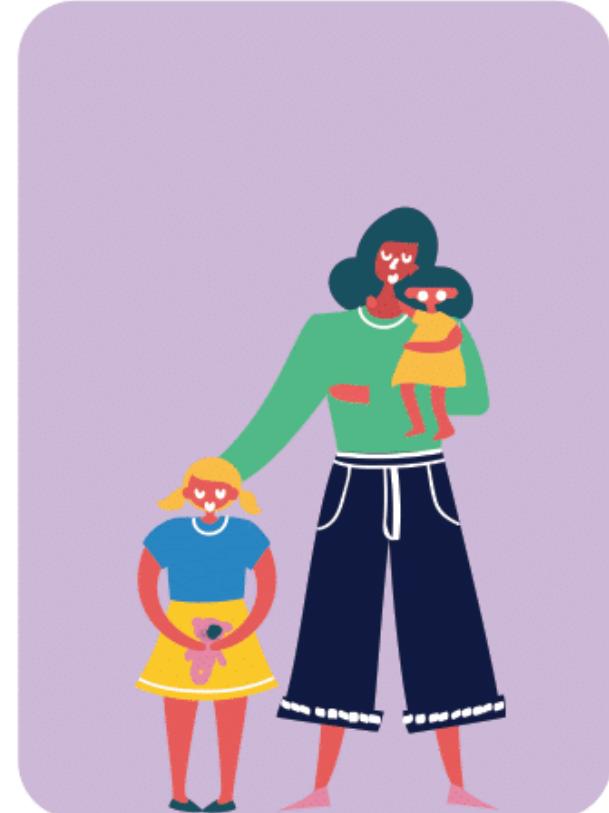




14^{ÈME}
ÉDITION

DU 6 AU 19 OCTOBRE 2025

Pour ma santé mentale, réparons le lien social



ÉVÈNEMENTS GRATUITS À
CONDRIEU, LOIRE-SUR-RHÔNE, PONT-ÉVÊQUE,
SAINTE-COLOMBE, TUPIN-ET-SEMONS ET VIENNE

DE 4 À
99 ANS

Co-piloté par



Avec le soutien financier de



PROGRAMME

17 Évènements gratuits

6 Communes



Pendant toute la durée des SISM

Exposition

« Dessine-moi ton bien-être » : Œuvres réalisées par les habitants

- Lundi de 14h à 18h
- Mardi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 18h

> Centre social d'Estressin à Vienne

Exposition

Œuvres réalisées par les jeunes accompagnés par le centre médico-psychologique Ado

- Du lundi au vendredi de 8h à 16h

> Restaurant-Cafétéria
Comptoir des Criques à Pont-Évêque

Les bibliothèques de Loire-sur-Rhône et d'Échalas proposeront une sélection de documents sur la santé mentale

Stand d'information du CLSM

04 oct.

Venez échanger sur la santé mentale avec les professionnels qui ont réalisé ce programme.

- Le matin
- > Sur le marché de Vienne

C'est quoi les SISM ?

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont une manifestation nationale annuelle.

Elles ont pour objectif de sensibiliser aux questions de santé mentale, d'informer sur les troubles psychiques pour les déstigmatiser, et de faire connaître les lieux et les moyens pouvant apporter un soutien ou des informations.

En 2025, la santé mentale est Grande Cause nationale, ce qui marque une volonté forte de répondre à une urgence de santé publique.



Podcasts

Plongez dans une série de podcasts authentiques, réalisés par les adhérents du Groupement d'Entraide Mutuelle Main dans la Main et des usagers de l'hôpital de jour.

À travers des interviews d'acteurs du territoire, ces épisodes explorent avec sensibilité les liens entre santé mentale et lien social.

Écoutez les épisodes ici



04 oct.

La valise à histoires

Histoires pour petits et grands : « Le lien social c'est bon pour la santé »

- À 15h
- > Bibliothèque de Vienne Vallée de Gère

i dès 4 ans

06 oct.

Vernissage

Exposition « Dessine-moi ton bien-être » : œuvres réalisées par les habitants

- À 16h
- > Centre Social d'Estressin à Vienne

07 oct.

Vernissage

Exposition : œuvres réalisées par les jeunes accompagnés par le centre médico-psychologique Ado

- Temps musical
- À 17h
- > Comptoir des Criques à Pont-Évêque

**06
oct.**

&

**07
oct.**

Ateliers sophrologie

« À la découverte de sa respiration »

Découverte de la sophrologie.

Animés par Julie Dell'unto, sophrologue

• de 14h à 15h

> Le 6 octobre au Centre social d'Estressin à Vienne

> Le 7 octobre à la bibliothèque de Loire-sur-Rhône

Inscription à sophroandco@outlook.com ou au **06 03 52 05 71**

i dès 15 ans



**07
oct.**

&

**10
oct.**

Atelier ressources numériques (CEZUR)*

i dès 15 ans

Découverte du dispositif qui permet de se divertir, se détendre, apprendre et s'informer partout et à tout moment gratuitement.

• Mardi 7 octobre à 18h ou le vendredi 10 octobre à 10h

> Bibliothèque de Loire-sur-Rhône

Inscription à bibliotheque@loire-sur-rhone.fr

*Réservé aux habitants des communes du Rhône



**08
oct.**

Atelier carte postale

i de 11 à 21 ans

Écris une carte postale à la personne que tu seras dans un an.

• de 14h à 15h ou de 15h15 à 16h15

> Maison des Adolescents Bassin Isère Rhodanienne à Vienne

Inscription à accueil.ir@osj.asso.fr ou au **04 74 53 89 21**



**08
oct.**

Ateliers carnet créatif

« De moi à l'autre, ancrer le lien »

Explorer les liens qui nous unissent à travers l'écriture intuitive, le dessin... dans le but de se (re)connecter à soi et aux autres.

Animés par Lucie Capla, psychopraticienne

• le 8 octobre de 15h à 16h30

> Salle des Orchidées
à Sainte-Colombe

• le 15 octobre de 18h30 à 20h

> Maison des jeunes et de la culture
à Vienne

**15
oct.**

Inscription à caplalucie@gmail.com
ou au **06 17 33 97 13**

i à partir de 15 ans

**09
oct.**

Fresque sur la santé mentale

Un atelier pour mieux comprendre ce qu'on vit et découvrir des outils pour avancer.

• de 9h15 à 12h15

> Mission Locale de Vienne

Inscription à
r.delort@mlir38.org



i pour les jeunes de 16 à 25 ans
en recherche d'emploi ou salariés

Suite du programme
au dos



**10
oct.**

Pièce de théâtre

« Une histoire de fou »

Une pièce qui révèle la beauté du courage quotidien de ceux qui apprennent à vivre avec leurs tempêtes intérieures.

Par la compagnie "Les Éclaireuses"

• À 20h

> Salle de l'Arbuel à Condrieu

Réservation obligatoire 



 à partir de 12 ans

**14
oct.**

Ateliers Parents-papote

« Comment prendre soin de moi en prenant soin de mon enfant »

Échanges et sensibilisation autour des questions de santé mentale.

Animés par Florence Beuken, éducatrice spécialisée et thérapeute familiale

• De 14h à 16h

> Maison du Rhône de Condrieu

Inscription à ecoutedesoi@gmail.com

 sans enfant

**15
oct.**

Portes ouvertes à la Ferme Équestre de Grange Berthière

Découverte et échanges sur les bienfaits de la nature et du lien social sur la santé mentale.

Par Réseau Pansez Autre, Nikolas Garnier et Claire Fragne

• À 13h30, 14h30 et 15h30

> 3530, chemin de la Grange Berthière Tupin-et-Semons

Inscription à lejardindegb@gmail.com ou au **06 84 43 64 10**

**18
oct.**

Énigmes à résoudre

Découverte de la santé mentale de manière ludique à travers des énigmes.

Temps musical, exposition « Et Alors ? » et informations sur la santé mentale sur le territoire

• De 10h à 16h

> Salle des Fêtes de Vienne



 dès 8 ans

**18
oct.**

La valise à histoires

Histoires pour petits et grands.

« Le lien social c'est bon pour la santé »

• De 10h15 à 11h

> Médiathèque Le Trente à Vienne

 dès 4 ans



en savoir +



www.vienne-condrieu-agglomeration.fr