

35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale

SISM

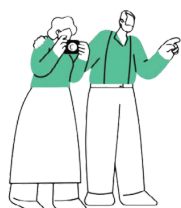


EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

Du 7 au 20 octobre 2024

Programme du collectif SISM
du Morbihan

flashez le QR Code ou rendez-vous
sur [https://www.ch-charcot56.fr/
semaines-dinformation-sur-la-sante-
mentale/](https://www.ch-charcot56.fr/semaines-dinformation-sur-la-sante-mentale/)



Objectifs des SISM

1. **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.
2. **INFORMER** sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes (promotion, prévention, éducation, soins, accompagnements, entraide, etc.).
3. **DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.
4. **FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.
5. **FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.
6. **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

Ethique des SISM

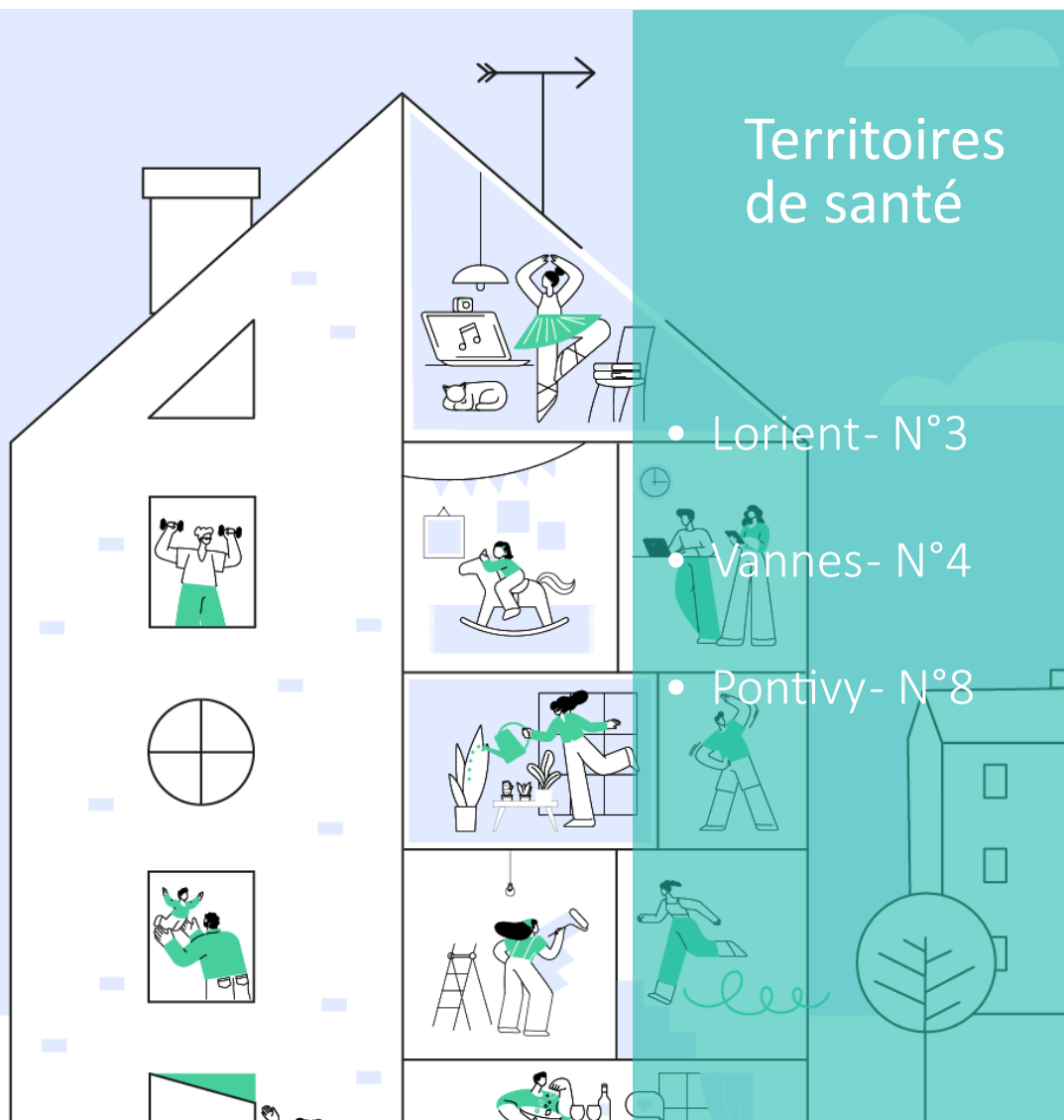
Les événements proposés pendant les SISM doivent :

- s'adresser à toutes et tous ;
- être à but non lucratif et gratuits pour les personnes y participant ;
- ne pas servir des intérêts personnels ou contribuer à une activité libérale, promotionnelle ou commerciale.

Le programme

Morbihan (56)

Du 7 au 20 octobre 2024



Territoires
de santé

• Lorient- N°3

• Vannes- N°4

• Pontivy- N°8

Territoire de santé n°3



Semaines d'information
sur la santé mentale

OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Caudan

► Exposition d'oeuvres de patients de l'EPSM et adhérents du GEM L'Escale

Jusqu'au 30 octobre

EPSM Sud Bretagne - Le Trescoët

Exposition visible à l'accueil, dans le hall de l'administration, self, cafétéria

Renseignez-vous auprès de l'accueil de l'EPSM

Vernissage le 7 octobre 11h00 - Hall de l'administration

► Pièce de théâtre du GEM l'Escale
«Léonie est en avance» - Adaptation de la pièce de Georges Feydeau

Mercredi 16 octobre à 15h00

Salle des conférences - EPSM Sud Bretagne
Le Trescoët

Léonie, qui ne doit accoucher que dans un mois, est en avance. C'est l'occasion d'en faire voir de toutes les couleurs à son entourage

Renseignements : 02 97 21 83 80

Hennebont

► Table ronde sur l'importance du mouvement dans le développement psychomoteur du jeune enfant

Mardi 15 octobre à 17h45

Salle Emile Zola - Maison pour tous
2, rue Gérard Philippe

Intervention de psychomotriciennes du pôle de psychiatrie de l'enfant et adolescent de l'EPSM

Éclairage et échange autour du développement psychomoteur du jeune enfant et sur l'importance du mouvement comme élément favorisant ce développement.

Sur inscription : 02 97 89 49 21
frederic.bierent@ch-charcot56.fr

► Projection film « La Machine à écrire et autres sources de tracas » de Nicolas Philibert

Mardi 15 octobre à 20h00

Centre socio-culturel Jean Ferrat - 12, rue
Gabriel Péri

Dans ce focus sur le pôle psychiatrique Paris centre, le cinéaste accompagne des soignants bricoleurs au domicile de quelques patients soudain démunis face à un problème domestique.

Intervention du Dr Erwan Le Duigou, Nathalie Petit et de membres de l'équipe mobile à la fin de la projection

Renseignements : 02 97 02 38 37
nathalie.petit@ch-charcot56.fr



► Ateliers parents/enfants de 0 à 3 ans : découvrons le monde en mouvement

Vendredi 18 octobre de 10h00 à 12h00
Salle de danse - Maison pour Tous
2, rue Gérard Philippe

*Intervention de psychomotriciennes du pôle de
psychiatrie de l'enfant et adolescent de l'EPSM*

*Jeu libre sensori-motricité et verbalisations de ce
que font les enfants. Jouer avec mon enfant.
Accompagnement autour de la motricité libre du
jeune enfant. Jouer, guider, accompagner, sous le
regard porteur du parent.*

Sur inscription : 02 97 89 49 21
frederic.bierent@ch-charcot56.fr

Kervignac

► Réalisation d'une fresque à l'espace jeunes de Kervignac : «Quand le corps et l'art s'en mêlent»

Mercredi 16 octobre de 14h00 à 16h00
Espace jeunes - Complexe sportif - bâtiment
Pascal Le Guiniec

*Atelier de médiation artistique autour de silhouettes
type Keith Haring sur une fresque pour les 10 à 14
ans.*

Renseignements : 06 79 07 86 21
espacejeunes@kervignac.com

5

EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES,
PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Caudan

► Les Olympiades

Jeudi 10 octobre de 9h30 à 16h00
EPSM Sud Bretagne-CH Charcot
Le Trescoët

*Stands de palet, golf, badminton, frisbee, marche
nordique, tir à l'arc. Ces activités sont ouvertes
aux patients et à l'ensemble des professionnels de
l'EPSM, peu importe le niveau de compétence. Les
olympiades sont avant tout un moment de plaisir
et de partage.*

Renseignements : 02 97 02 38 59
louis.maugan@ch-charcot56.fr

Kervignac

► Ateliers mouvement et bien être : bien dans mon corps et bien dans ma tête au lycée Ker Anna !

Mardi 8 octobre de 13h30 à 16h30 au
Lycée Ker Anna - 3 rue Keranna

*Une occasion pour les lycéens d'expérimenter di-
vers ateliers (écriture, clown, mise en mouvement,
sophrologie) et de trouver une ressource ou des
ressources qui font du bien au corps et à la tête.*

*Intervenants : Arnauld Fruguer, Responsable
agence Papoos, adhérent CPTS - Marie Le Garzic,
psychologue, Locmiquélic - Fanny Le Romancer,
psychologue, Kervignac - Régine Saint Elie, psycho-
logue, Riantec - Céline Le Vigouroux, éducatrice
spécialisée et sophrologue, Kervignac - Hélène
Monsigny, clown association SEVA, Riantec -
Juliette Monvoisin, kinésithérapeute, Kervignac.*

Renseignements : pascale.lequellene@keranna.cneap.fr

Territoire de santé n°3



Semaines d'information
sur la santé mentale

OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Lanester

► Exposition du reportage photos :
«Partir, revenir, devenir»

Du 8 au 18 octobre

Mardi 14h00-18h30

Mercredi, jeudi et vendredi : 10h00-12h30
14h30 -18h30

Tiers Lieu du Centre Social Albert Jacquard -
71, François Billoux

*Oeuvres réalisées par les enfants du dispositif ambulatoire adolescents de Lorient et l'enseignante de l'Unité d'enseignement externalisée
L'exposition se poursuivra dans les locaux du CCAS de Lanester (Hôtel de Ville, 1 rue Louis ARAGON) pour une durée de 3 semaines supplémentaires*

Renseignements : 02 97 89 49 21
frederic.bierent@ch-charcot56.fr

Larmor-Plage

► Exposition d'oeuvres en mouvement

Lundi 14 octobre de 14h00 à 16h00

Clinique St-Vincent

Temps d'échanges avec les patients, soignants et le public autour d'œuvres collectives ou individuelles.

Renseignements : 02 97 88 01 05

Le Faouët

► Randonnée «En marche pour ma santé mentale» : circuit de la chapelle de St-Fiacre (près de 5 km)

Mercredi 16 octobre à 14h00

Départ : Chapelle de St-Fiacre

Organisation conjointe avec le Club de randonnée du Faouët

Renseignements : 02 97 33 09 78

Lorient

► Présentation du dispositif « Equipe Mobile Précarité Psychiatrie », en lien avec le groupe de travail Santé dans les quartiers, Santé Mentale de la Ville de Lorient

Mardi 8 octobre de 13h30 à 17h30

Maison des Associations Jean Le Coutaller -
5 Pl. Louis Bonneaud

Intervenants : professionnels de l'EMPP, EMIS,
CMP de Lorient

Renseignements : 02 97 02 38 26
elipps@ch-charcot56.fr

► Campagne de sensibilisation des SISM sur les écrans des bus et bateaux IZILO mobilités de Lorient Agglo du 7 au 13 octobre

6

izi lo
Mobilités
de Lorient Agglo



► Table ronde sur l'importance du mouvement dans le développement psychomoteur du jeune enfant

Mercredi 9 octobre à 17h15
Espace Enfants-Jeunesse Elsa Triolet Rue Gabriel Fauré

Intervention de psychomotriciennes du pôle de psychiatrie de l'enfant et adolescent de l'EPSM

Éclairage et échanges autour du développement psychomoteur du jeune enfant et sur l'importance du mouvement comme élément favorisant ce développement.

Sur inscription : celsatriolet@lorient.bzh

► Ateliers parents/enfants de 0 à 18 mois et de 18 à 24 mois : découvrons le monde en mouvement

Jeudi 10 octobre à 17h15
Espace Enfants-Jeunesse Elsa Triolet Rue Gabriel Fauré

Intervention de psychomotriciennes du pôle de psychiatrie de l'enfant et adolescent de l'EPSM

Jeu libre sensori-motricité et verbalisations de ce que font les enfants. Jouer avec mon enfant.

Accompagnement autour de la motricité libre du jeune enfant. Jouer, guider, accompagner, sous le regard porteur du parent.

Sur inscription : celsatriolet@lorient.bzh

EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES, PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Larmor-Plage

► Ramassage de déchets

Mardi 8 octobre après-midi
Plages de Kernevel et Nourriguel

Réaliser une marche en extérieur le long des plages de Larmor-Plage - Nettoyer l'environnement en présence de patients de la Clinique Saint-Vincent.

Renseignements : [02 97 88 01 05](tel:0297880105)

► Ateliers éducation thérapeutique du patient, activité physique adaptée et nutrition

Les jeudis 10 et 17 octobre après-midi -
Clinique St-Vincent - 7, rue des Bruyères

Eduquer et transmettre aux patients les notions d'activité physique et de nutrition.

Renseignements : [02 97 88 01 05](tel:0297880105)

► Ateliers d'activités physiques adaptées animés par des étudiants STAPS APA

Lundi 14 octobre après-midi
Mercredi 16 octobre matin et après-midi -
Jeudi 17 octobre matin
Clinique St-Vincent - 7, rue des Bruyères

Objectifs pour les patients : découvrir et s'initier à de nouvelles activités physiques adaptées.

Objectifs pour les étudiants : découvrir la santé mentale et les pathologies pouvant être associées. Promouvoir et observer les bienfaits du mouvement et de l'activité physique pour les patients.

Renseignements : [02 97 88 01 05](tel:0297880105)

Territoire de santé n°3



OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Lorient

► **Marche solidaire : «En marchant tous ensemble pour notre santé mentale »**

Samedi 19 octobre de 14h00 à 17h00
Départ : Place Paul Bert

Diverses organisations du monde associatif, les GEMS du département, les établissements scolaires, les acteurs de la santé mentale, les personnes concernées ou non par les troubles psychiques, les acteurs de l'économie sociale et solidaire, tout public...

Sur inscription au 07 83 97 43 18

Nostang

► **Balade contée**

Jeu­di 10 octobre de 14h00 à 16h00
Départ salle de la rivière, Espace les grands chènes, rue du bois d'Amont

Venez découvrir Nostang, à travers cette balade contée puis profiter d'un pot convivial pour rencontrer différents acteurs du territoire, notamment la fédération de randonnée du Morbihan.

Renseignements : 06 83 10 69 63
crenel@bretagne.mutualite.fr

Merlevenez

► **L'atelier Acte ouvre ses portes pour un atelier de médiation artistique !**

Mardi 15 octobre de 10h00 à 12h00
Atelier Act - 8, rue Hent an Douar - Z.A. de Bellevue

A partir d'un travail sur des silhouettes, venez explorer le mouvement et ses bienfaits en utilisant différentes techniques artistiques et créatives. Pour plus d'accessibilité, l'association SEVA amènera en triporteur des habitants et des résidents de la MARPA de la commune de Merlevenez.

Intervenants : Emmanuelle Peigney, Coordinatrice de l'Art s'emporte - Association SEVA

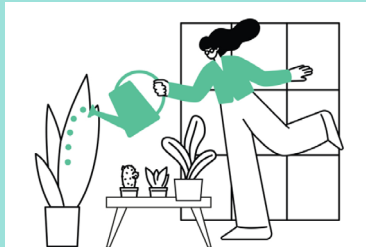
Renseignements : 06 09 52 67 84
acte@bbo-communaute.bzh

Plouhinec

► **Fest deiz animé par les danseurs et musiciens du cercle celtique de Languidic**

Mercredi 9 octobre à partir de 14h00
Salle Jean-Pierre Calloc'h - rue Maurice Thomas

► **Renseignements :**
hdj.hennebont@ch-charcot56.fr
hdj.portlouis@ch-charcot56.fr



EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES,
PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Larmor-Plage

► **Atelier sportif** : organisation d'un relais en équipe patients/soignants

Mercredi 9 octobre de 13h00 à 16h00
Clinique St-Vincent - 7, rue des Bruyères

Comptabiliser le plus de kilomètres possibles sur une demi-journée

Renseignements : 02 97 88 01 05

► **Atelier thérapeutique « Quand corps et art se mêlent »**

Samedi 19 octobre de 10h à 12h
Clinique St-Vincent - 7, rue des Bruyères

Dans le thème du mouvement, un atelier mêlant art et activité physique est proposé aux patients afin de leur faire découvrir ces deux activités thérapeutiques.

Renseignements : 02 97 88 01 05

► **Campagne de sensibilisation à l'activité physique et au mouvement**

Du 7 octobre au 20 octobre
Clinique St-Vincent - 7, rue des Bruyères

Promouvoir et proposer des routines de réveil matinal et déverrouillage articulaire aux patients. Objectifs : diminuer la sédentarité, l'inactivité physique et les douleurs, sensibiliser à l'activité physique.

Renseignements : 02 97 88 01 05

Lorient

► **Porte ouverte/débat** : « Accompagner le mouvement » chez les personnes avec autisme

Mardi 15 octobre 2024 de 17h30 à 20h00
Hôpital de jour de Ker-Héol
97, rue de Belgique

Sur invitation : réservée aux associations, Unafam, EMIA, FAM/MAS, Samsah, IME, Mairie, EPSM Sud Bretagne EPSM Morbihan, Maison de l'Autonomie, CRA

Renseignements : 02 97 87 83 57
souad.ghazali@ch-charcot56.fr

Ploemeur

► **Marche avec les patients de la Clinique Saint-Vincent et la Maison sport santé**

Mardi 15 octobre à 14h00
Etang du Ter

*Marche avec les patients de la clinique et la maison sport santé.
Objectif : présentation aux patients du dispositif de la maison sport santé, lieu d'intervention.*

Renseignements : 02 97 88 01 05

Territoire de santé n°3



OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Plouhinec

► Conférence/débat : 3 expériences pour (re)trouver le plaisir de bouger : « Bien dans mon corps et dans ma tête ! »

Jeudi 17 octobre de 20h00 à 21h30
Salle Calloch, place de l'Eglise

L'activité physique est un élément fort de notre bien-être et de notre santé mentale. A travers cette conférence, nous aurons le plaisir d'entendre trois approches, trois retours d'expérience :

1/ Chloé Le Bars, skipper - Comment préparer son mental avant une compétition ?

2/ L'équipe de « Voile en tête » de l'EPSM Sud Bretagne - Comment l'activité physique et notamment la voile contribue à se sentir mieux ?

3/ La maison sport et santé - En savoir davantage sur le fonctionnement du sport santé en Bretagne, comment puis-je engager la mise en pratique ?

Tous en mouvement, c'est parti !

Venez à la rencontre des partenaires qui tiendront leurs stands durant cette conférence : UNAFAM, Association Surfin Thérapie, Maison sport santé.

Renseignements : 07 88 06 56 62
cpts.deradearia@gmail.com

Riantec

► Café discut' « Je bouge et j'adore ! : Mon corps et ma tête font équipe pour se sentir bien ! »

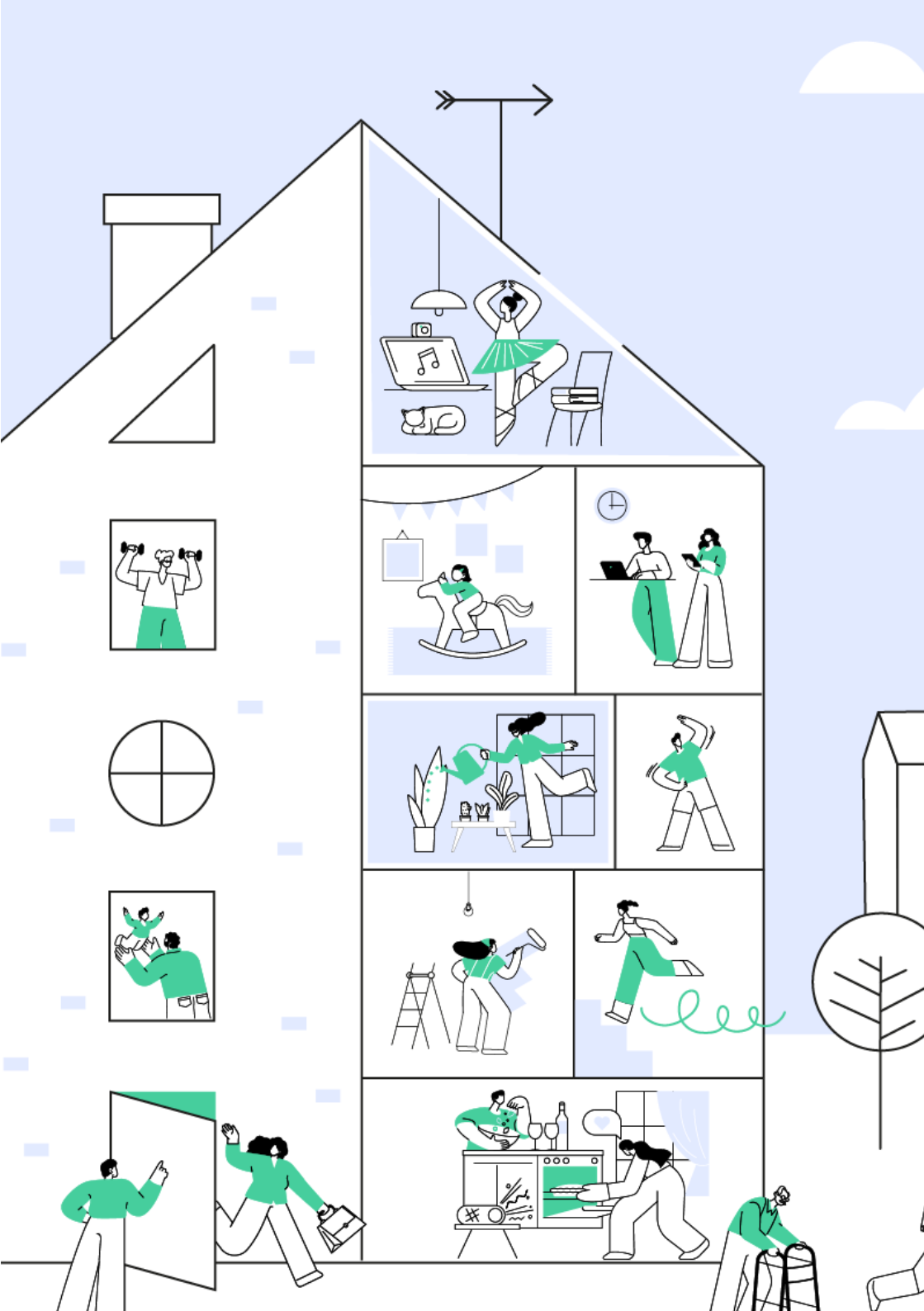
Vendredi 11 octobre de 10h00 à 12h00
Bar L'Effet mer - 2 Rue des Écoles

Trouvez des clés pour bouger au quotidien et découvrir tous les bienfaits du mouvement sur mon mental autour d'un café convivial.

Pour plus d'accessibilité, l'association SEVA vous propose de venir en triporteur.

Sur inscription au 02 97 33 52 66
effetmer@mairie-riantec.bzh





Territoire de santé n°4



OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Saint-Avé

► Exposition « L'image en tête »

Du 17 septembre au 12 octobre
Médiathèque Germaine Tillion - 1, rue des
droits de l'Homme

*Présentation de créations des ateliers de bustes en
argile
Vernissage le vendredi 4 octobre de 16h00 à 18h00*

Renseignements : 02 97 54 48 23

► Initiation et échange d'expérience sur la pratique de la marche nordique

Vendredi 11 octobre de 13h15 à 15h15
Terrain de sport de Lesvellec

*Rencontre usagers et public autour du médiateur
« marche nordique ».*

Renseignements : 07 82 38 29 56

Séné

► Concert : Chorale «Polyphonia»

Dimanche 20 octobre à 16h00
Eglise Saint-Patern

*Concert de chants sacrés, accompagnés par San-
drine Joulet, pianiste du conservatoire de musique
de Vannes et informations sur ce que propose
l'Unafam.*

Renseignements : 06 47 47 47 67

Monterblanc

► Table ronde : « Bien dans mes baskets »

Jeu 17 octobre de 10h45 à 17h00
Salle communale - Rue des vénètes

*Table ronde et atelier sur les bienfaits du sport sur la
santé mentale en établissement ou à domicile.*

Renseignements : 02 97 69 58 90

► Campagne de sensibilisation des SISM : ligne de bus n°7 «St-Avé-Séné» du réseau Kicéo du 7 au 20 octobre





EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES,
PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Saint-Avé

► « Bouger ensemble » : olympiades inter-établissements

Vendredi 11 octobre de 10h00 à 17h00
Salle Jean Le Gac - Rue des Alizés

Promouvoir le sport et l'activité physique adaptée aux structures des EHPAD

Action réservée aux établissements du réseau ANI-MASAVAT et SAD

► « Bouge sans ta blouse ! »

Mardi 15 octobre et mercredi 16 octobre après-midi.

Salle polyvalente Résidence Arc En Ciel
EPSM Morbihan

Temps d'information et de sensibilisation, suivi d'une animation autour du bien-être psychique et physique.

Deux ateliers proposés de 20 places maximum : clôture des inscriptions le 10 octobre

Renseignements : MarineClaire.AUGER@epsm-morbihan.fr -
valerie.LIZANO@epsm-morbihan.fr

► Ciné-débat: diffusion du documentaire « L'envol des miraculés » de Régis Blanchard

Mardi 8 octobre à 14h30
Auditorium Le Dôme - 1 Rue des Droits de l'Homme

Pendant une année, le réalisateur a suivi le rythme de la vie du GEM, en toute confiance et bienveillance.

Echanges avec des professionnels de l'EPSM et des membres de l'association ayant participé au film. Présence du réalisateur.

Sur inscription : 40 places

Renseignements : [02 97 54 48 15](tel:0297544815)

Plescop

► Tournoi de foot en salle

Mercredi 16 octobre de 10h00 à 12h00
Breizh soccer - Rue Simone de Beauvoir

Tournoi dédié aux enfants de l'hôpital de jour du pôle de pédopsychiatrie de Ménimur

Renseignements : [02 97 63 47 00](tel:0297634700)

Territoire de santé n°4



OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Vannes

► Exposition de créations artistiques sur le thème du mouvement

Du lundi 7 au vendredi 25 octobre
Centre socio-culturel Henri Matisse
13 Rue Emile Jourdan

L'objectif est d'amener à une réflexion et un changement de regard sur la difficulté de mise en mouvement chez les personnes ayant des troubles psychiques.

Participants : GEM de Vannes, Association Hovia Vannes, SAMSAH Vannes, CPIA Vannes Est, Centre social Henri Matisse.

Renseignements : 02 97 54 37 79

► Exposition « Terre de Jeux »

Du lundi 7 au dimanche 20 octobre sur trois sites géographiques à Vannes

- Au Centre social Henri Matisse - 13, Rue Emile Jourdan
- A l'EHPAD - 2, Rue Auguste Renoir
- Au Multi-accueil de Ménimur - 9, Avenue Paul Cézanne

Venez découvrir cette exposition des photos réalisées par Vannes Horizons dans le cadre des Jeux Olympiques

Renseignements : 02 97 54 03 33

► «La Vannetaise» : stand d'informations et de prévention

Samedi 12 octobre de 14h00 à 17h00 sur le port de Vannes, terrasse du café «Le Bref»

Un groupe de patientes et professionnels participent à la marche de 15h00

Participants : CPIA An Avel, CMP et CATTP de Vannes, Café associatif Le Bref.

► Parcours de santé : «Le marathon des SISM»

Mardi 15 octobre de 9h00 à 18h00
Galerie du Carrefour - 101, avenue de la Marne

Mise en place de divers stands (ateliers physiques, bien-être, détente shiatsu, sensibilisation sur la santé mentale).

Objectif : réaliser un marathon des SISM de 42,195 km en relais patients, professionnels, publics.

Evènement porté et organisé par le CMP de Vannes et les deux CPIA vannetais

Renseignements : 02 97 62 21 00



EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES,
PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Vannes

► Parcours sportif ludique

Mercredis 9 et 16 octobre de 14h00 à
17h00 - Centre Henri Matisse

Aborder les bienfaits du sport

Renseignements : [02 97 01 33 21](tel:0297013321)

► Rencontre et échanges d'expériences sur la pratique du padel

Le jeudi 10 octobre de 9h30 à 11h30

*Permettre aux patients ayant pratiqué ce sport
de rencontrer et d'échanger sur le terrain avec les
adhérents volontaires du club de padel, valoriser
les connaissances et compétences apprises par les
usagers, créer du lien social avec la cité, favoriser la
destigmatisation.*

*Ouvert aux patients EPSM Morbihan et aux adhé-
rents du club de tennis*

Renseignements : [02 97 63 70 03](tel:0297637003)

► La Vannetaise : marche de 5 km

Samedi 12 octobre de 14h00 à 18h00
Départ : Port de Vannes

*Information et sensibilisation auprès du grand
public. Stand de prévention et d'information sur la
terrasse du B.R.E.F*

Renseignements : [02 97 54 37 79](tel:0297543779)

Elven

► « Moment de partage autour du sport »

Du mardi 8 au jeudi 10 octobre, journée
complète ou demi-journée sur trois sites
géographiques

*Événement réservé aux patients d'An Tremen et
stagiaires BPIEPS activités physiques pour toute
option sport santé.*

Renseignements : [02 97 47 38 73](tel:0297473873)



Territoire de santé n°4



Semaines d'information
sur la santé mentale

OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Bignan

► Fest Deiz

Dimanche 13 octobre de 14h00 à 19h00
Salle Polyvalente Jean Cristophe Quef

Animations musicales, stand d'informations santé mentale, restauration, exposition

Renseignements : 02 97 61 02 22

Locminé

► «La santé mentale en marche»

Mardi 8 octobre de 9h00 à 12h00
Butte de Quistinic

Circuit de randonnée avec association de marche de Locminé, présentation des SISM et CMPS de Locminé, collation sur la santé mentale.

Départ de la rando au CMPS de Locminé

Renseignements : 02 97 61 02 22

► Jeu de piste familial

Mercredi 9 octobre à partir de 14h00
Départ : le GEM - 25 B, Rue Tristan Corbière

Parcours d'environ 3 km dans les rues de Locminé, avec énigmes et orientations.

Renseignements : 02 97 61 02 22

► Marche solidaire

Mercredi 16 octobre à 14h00
Départ : le GEM - 25 B, Rue Tristan Corbière

Un parcours de 3 km et 6 km au choix

Renseignements : 02 97 61 02 22

► «Défi un champion »

Du 7 octobre au 19 octobre de 9h00 à 16h30

Le GEM - 25 B, Rue Tristan Corbière

Venez réaliser le «Tour de Bretagne», sur un vélo connecté placé dans les locaux du GEM. Deux championnes de cyclisme viendront défier les participants.

Venez également découvrir l'exposition sur les jeux olympiques.

Renseignements : 02 97 61 02 22

Moréac

► Porte ouverte : « Ça bouge à l'ATA »

Mercredi 16 octobre de 13h30 à 17h00
CMP - Le Goeh Er Vran

Venez découvrir le parcours sensoriel et l'exposition photo sur le mouvement dans la serre à tomates

Renseignements : 02 97 61 02 22



Augan

► Ciné rencontre : diffusion du documentaire « L'envol des miraculés » de Régis Blanchard

Vendredi 18 octobre à 18h00

Au café associatif Le Champ Commun

Pendant une année, le réalisateur a suivi le rythme de la vie du GEM, en toute confiance et bienveillance.

Renseignements : gemplavie.ploermel@gmail.com

EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES, PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Locminé

► Animation/débat : « Le mouvement à ton service »

Samedi 12 octobre de 10h00 à 12h00

Tennis-club - Rue Jean Moulin

Sujets abordés : bienfaits du mouvement, santé mentale, moyen pour se ressourcer et de bien grandir, écrans, etc.

Atelier parents/ enfants avec médiation tennis

Sur inscription : limitée à 10

Renseignements : 02 97 54 48 15

Grand-Champ

► Animation/débat : « Le mouvement à ton service »

Samedi 19 octobre de 10h00 à 12h00

Tennis-club du Loch - Bd du Stade

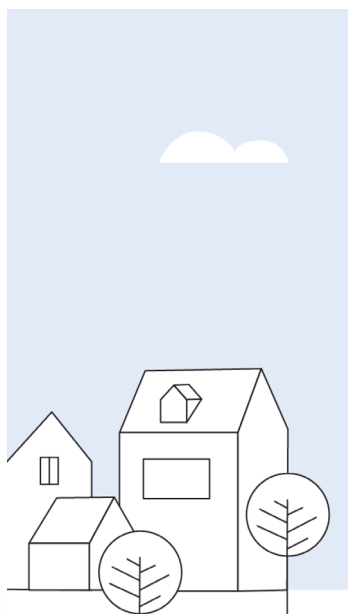
Sujets abordés : bienfaits du mouvement, santé mentale, moyen pour se ressourcer et de bien grandir, écrans, etc.

Atelier parents/ enfants avec médiation tennis.

Sur inscription : limitée à 10

Renseignements : 02 97 54 48 15

17



Territoire de santé n°4



OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Malansac

► Soirée multi-sports avec temps d'échange

Lundi 7 octobre de 18h00 à 21h00
Salle omnisport - 5, Rue Beau Soleil

Plusieurs disciplines sportives vous seront proposées au choix : football, basket-ball, handball, tennis de table, kimball.

Renseignements : 06 18 47 82 95

► Théâtre : « 5000 mètres en or »

Mardi 15 octobre à 19h30
Salle Le Palis Bleu - Rue du Stade

5000 m en or raconte l'histoire vraie de Nicolas Ramon, un jeune athlète orléanais, et de sa sœur Juliette. Après un grave accident, Nicolas surmonte une hémiplégie et un syndrome cérébelleux, transformant chaque obstacle en victoire, jusqu'à devenir Champion de France handisport sur 5000 m !

Renseignements : 06 18 47 82 95

Auray

► Exposition de créations

Du mardi 8 octobre au vendredi 18 octobre
les après-midis uniquement
Hall du cinéma «Ty hanok» - Porte Océane
III, 3 Pl. de l'Europe

Oeuvres réalisées sur le temps de l'atelier « activités manuelles », soit en 3D soit sur format papier sur le thème de la SISM.

Vernissage le mardi 8 octobre à 17h00

Renseignements : 02 97 89 87 84

► Podcasts sur la santé mentale

Du 7 octobre au 20 octobre

Branchez-vous sur la Radio Timbre FM sur 106.6 pour écouter 3 podcasts réalisés par le CMP d'Auray dédiés à la santé mentale

Renseignements : 02 97 24 22 43



Billiers

► «Me bouger pour ma santé»

Samedi 19 octobre de 9h00 à 12h00
CPRB - Domaine de Prières

Marche de sensibilisation de 2 à 3 km et flashmob dans le but d'aborder le «mouvement pour la santé mentale» sous une forme ludique et fédératrice.

Renseignements : 02 97 41 58 60



EVÈNEMENTS SUR INVITATION

RÉSERVÉS AUX PROFESSIONNELS, PARTENAIRES,
PERSONNES ACCOMPAGNÉES ...

Billiers

► « Le sport au CRP de Billiers : un atout pour le rétablissement »

Judi 10 octobre de 9h00 à 17h00
CPRB - Domaine des prières

Toute la journée : exposition de photos sur les activités de sport et des séjours organisés au CPR de Billiers depuis 20 ans.

9h00 à 12h00 : témoignages de sportifs en situation de handicap pratiquant du sport de haut niveau pour expliquer l'importance d'une pratique sportive. 13h30- 16h30 : initiation au sport par le biais de différents ateliers sportifs (arts martiaux, tennis de table, tir à l'arc, jeu de boules, yoga, sophrologie, badminton, boxe, danse africaine).

Renseignements : 02 97 41 58 60

Ploërmel

► Animation gym douce

Résidence seniors Les Girandières et EHPAD
Le Clos des Tilleuls

Animation d'ateliers, mise en place d'informations sur l'offre de soins de l'EPSM Morbihan et le lien entre sport et santé mentale.

Renseignements : 02 97 73 22 70

Malestroit

► Conférence sur la prise en charge des personnes en situation de handicap mental vieillissantes

Vendredi 4 octobre de 12h30 à 13h30
Salle « Saint Augustin » - Clinique des Augustines, 4 Faubourg Saint-Michel

Réunion informative à destination des médecins du territoire

Renseignements :
coordo.cptspaysdeploermel@gmail.com
et/ou m.legoff@aesem.bzh

► Marche caritative « La Malestroyenne »

Le dimanche 27 octobre matin

Mise en place d'un stand d'informations sur l'offre de soins de l'EPSM et le lien entre sport et santé mentale.

Réservé aux patients et soignants

Renseignements : 02 97 73 22 70

Territoire de santé n°8



OUVERT AU PUBLIC - GRATUIT

Pontivy

► Ciné-débat sur le dépassement de soi après un burn-out

Jeudi 10 octobre 2024 à 19h
Cinéma Rex de Pontivy
Zone Saint-Niel

Le documentaire « Les Cimes de l'Âme » raconte l'histoire de Benjamin qui va réaliser une randonnée de 800 km en haute montagne suite à un burn-out. Sa détermination à guérir le pousse à relever un défi audacieux, alliant ses passions pour la randonnée et la cuisine.

Le film explore les thèmes de la résilience, de la découverte de soi et de la guérison

D'autres événements auront lieu sur Pontivy en mars 2025.



**RÉALISATEUR PONTIVYEN!
CINÉ-DÉBAT
EN PRÉSENCE DU RÉALISATEUR**

UN DOCUMENTAIRE ÉCRIT ET RÉALISÉ PAR BENJAMIN LE BOTLAND

Les Cimes de l'Âme

SUR LES SENTIERS
DE LA
GUÉRISON

PEUT-ON RÉUSSIR SON BURNOUT ?

**LE JEUDI 10 OCTOBRE 2024 À 19H30
AU CINÉMA REX DE PONTIVY**

Film ~ 1h * Débat ~ 30min * Cocktail dinatoire
Intervenants: Baptiste Fiche * Pierre Hombron * Benjamin Le Botland

Dans le Cadre des semaines d'information sur la santé mentale.
En collaboration avec le collectif SISM Pontivyen

PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY PONTIVY

MIND PRODUCTIONS

INFORMATIONS



Notes

A series of horizontal dotted lines for writing notes.



Retrouvez l'ensemble des évènements nationaux
en flashant ce QR code
ou sur [https://www.semaines-sante-mentale.fr/
les-sism/](https://www.semaines-sante-mentale.fr/les-sism/)



Semaines d'information
sur la santé mentale

SiSM



EPSM Morbihan - 22 rue de l'hôpital - BP 10 - 56896 Saint-Avé Cédex
02 97 54 49 49 - www.epsm-morbihan.fr

EPSM Sud-Bretagne - CH Charcot - Le Trescoët - BP 47 - 56854 Caudan Cédex
02 97 02 38 81 - www.ch-charcot56.fr

Association Hospitalière de Bretagne (AHB) - 1-3 Rue Joséphine, 56300 Pontivy
02 97 27 37 70 - www.ahbretagne.com