

# On SISM met tous !

Bougeons pour notre santé mentale

DU 7 AU 20 OCTOBRE 2024

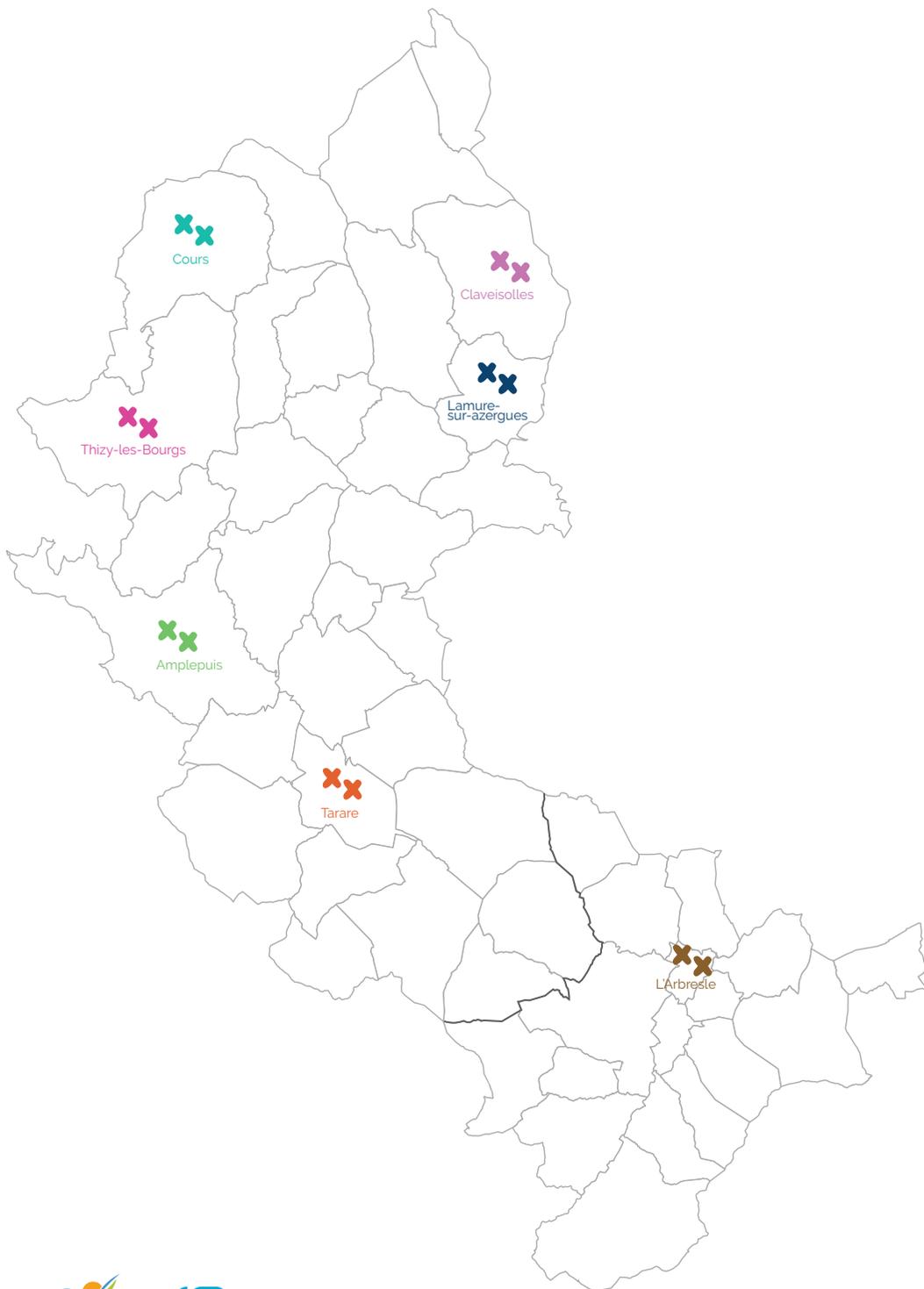
La 35<sup>e</sup> édition des Semaines d'information sur la santé mentale

Localement nous bougerons pour notre santé mentale grâce à des balades pour échanger avec des professionnels de la santé mentale, découvrir et déconstruire les idées reçues sur la santé mentale. Au cours des deux semaines, vivez des balades botaniques, historiques, ludiques, en duo pour découvrir la santé mentale, des ressources disponibles localement et des lieux du territoire où l'on peut en parler et être aidé.

**Découvrez également des temps forts avec du théâtre d'improvisation, des conférences et démonstration...**

Gratuit  
et pour tous !

Gôûter offert



## LUNDI 7 OCTOBRE

- ✘ **À 16H :**  
Mission bien-être, jeu de piste pour tous  
📍 Mairie de Lamure-sur-Azergues au BUSS des AJD



- ✘ **À 19H :**  
Conférence : « Activité physique et santé mentale »  
**Animé par Christophe PUTETE, cadre de santé en psychiatrie**  
📍 Quartier Métisseur , Lamure-sur-Azergues

## MERCREDI 9 OCTOBRE

- ✘ **À 9H30 :**  
Balade et quizz : la santé mentale et toi ?  
📍 Parc Thivel, Tarare

- ✘ **À 11H :**  
Conférence et démonstration de BMX  
**Animé par Joris BRETAGNOLLES**  
📍 Gymnase Jurlin, cité scolaire, Tarare



## SAMEDI 12 OCTOBRE

- ✘ **À 14H :**  
« Sentier de Romarin : entre plantes et idées reçues »,  
2,5km de découverte  
📍 Départ de la balade place de la République, Cours

- ✘ **À 16H :**  
Atelier « Du mouvement pour la santé », Réflexes archaïques  
et Brain Gym  
**Animé par Virginie VERMARE**  
📍 Centre social, Cours  
📞 plus d'informations au 06.87.26.10.30

- ✘ **À 14H :**  
« Jouons en duo, pour notre santé mentale »  
Ateliers ludiques en duo  
📍 Au Val des Chênevières, L'Arbresle

- ✘ **À 17H :**  
Théâtre d'improvisation avec le cri de la Fraise  
📍 Au Val des Chênevières, L'Arbresle  
📞 plus d'informations au 06.33.55.18.96



## LUNDI 14 OCTOBRE

- ✘ **À 14H :**  
« Histoire et santé mentale au Parc du Crêt »  
📍 Parc du crêt, Amplepuis

## MERCREDI 16 OCTOBRE

- ✘ **À 14H :**  
Balade autour des idées reçues : 2 parcours possibles  
📍 La MAS, Claveisolles

- ✘ **À 16H :**  
Évènement festif et culturel  
📍 La MAS, Claveisolles



## SAMEDI 19 OCTOBRE

- ✘ **À 14H :**  
« A la découverte des troubles et de la santé mentale »,  
environ 2h de balade (2km)  
📍 Départ de la balade Espace Socio-culturel :  
13 rue du Château - 69240 Thizy les Bourgs  
📞 plus d'informations au 04.74.64.03.51