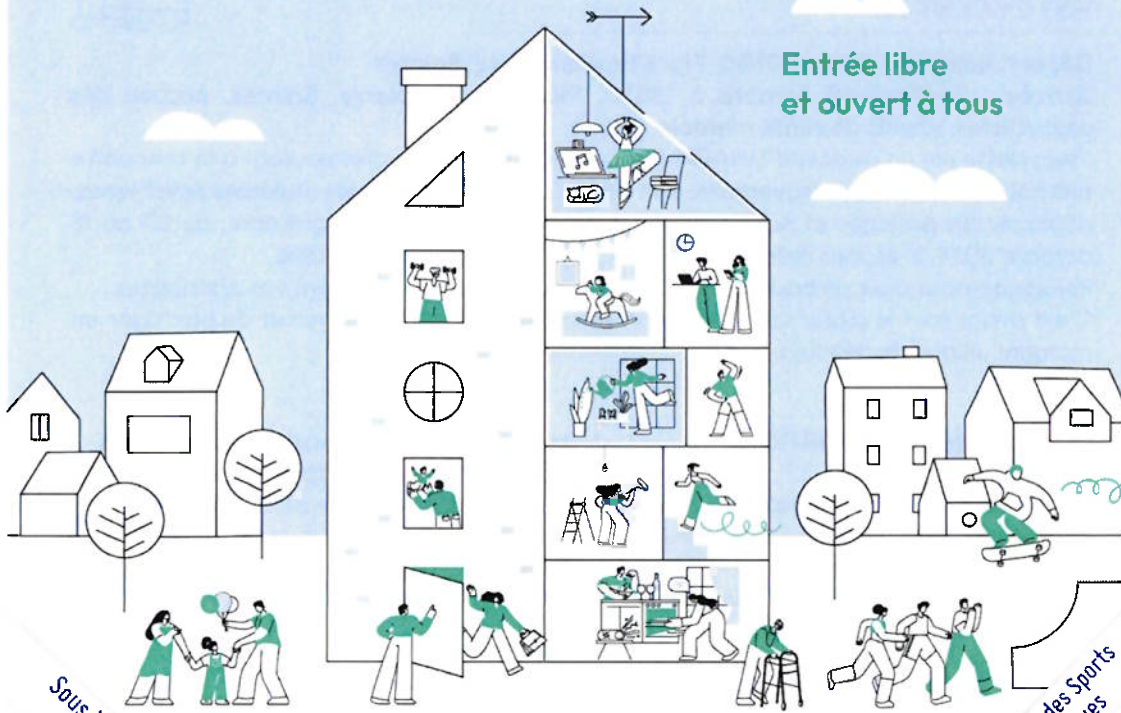


35<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale

*Sism*

Entrée libre  
et ouvert à tous



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

— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024

Sous le haut patronage du Ministère des Sports  
et Jeux Olympiques et Paralympiques



[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)





# PROGRAMME



## PSYCYCLETTE

**Départ : lundi 7 octobre à 10h30, Place Bassompierre, Saintes**

**Arrivée : vendredi 18 octobre à 15h30, Place Bassompierre, Saintes, accueil des psychyclistes, stands de santé mentale, goûter**

Psychyclette est un dispositif UNAFAM dans lequel des «psychyclistes» vont à la rencontre des habitants des villes traversées, afin de briser les tabous sur les maladies psychiques, dépasser les préjugés et échanger sur la santé mentale. Au programme, du 07 au 18 octobre 2024, 11 étapes relieront les CLS/CLSM de Charente-Maritime.

Rejoignez-nous pour un bout d'étape, une ou plusieurs étapes suivant vos possibilités !

C'est avant tout le plaisir de randonner ensemble, de se rencontrer et de partager un moment unique de découvertes.

### CONDITIONS D'INSCRIPTIONS

Etre majeur et fournir :

- La copie de votre carte d'identité
- L'attestation d'assurance au titre de la responsabilité civile
- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique du vélo

Indiquer l'étape ou les étapes auxquelles vous souhaitez participer. Vous pouvez vous inscrire pour une demi-étape en nous rejoignant à la pause méridienne. Contactez-nous pour savoir où elle se situe.

### INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

- Le port du casque est obligatoire
- La paire de gants est vivement conseillée, ainsi que des lunettes de soleil, de la crème solaire et une gourde
- Prévoir un pique-nique
- Tous types de vélos sont autorisés (VAE compris)

**Informations et demande d'inscription auprès de : Audrey OTT- Secrétaire du GCSM17**

**Mail : [secretariat-GCSM17@gh-saintesangely.fr](mailto:secretariat-GCSM17@gh-saintesangely.fr)**

**Tel : 05 46 95 16 67**

**Inscriptions avant le 20 septembre, places limitées**



## ●●●● TOUTES LES ÉTAPES

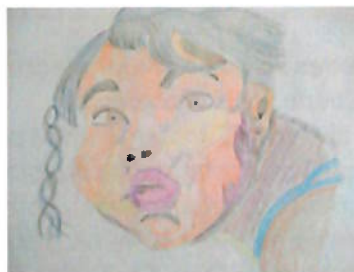
DATE	ÉTAPE	KM
08/10	St-Jean-d'Angély/Surgères	28,5
09/10	Surgères/Marans	32,5
10/10	Marans/La Rochelle	32,1
11/10	La Rochelle/Rochefort	35,6
14/10	Rochefort/Marennes	34,1
14/10	St-Pierre-Oléron/Marennes	26,2
15/10	Marennes/Royan	40
16/10	Montlieu-la-Garde/Jonzac	30,7
17/10	Royan/Pons	42,2
17/10	Jonzac/Pons	22
18/10	Pons	30,6

### EXPOSITION CLAUDE MICHEL

Du 1er octobre au 31 octobre 2024

Médiathèque de Gémozac, 18 rue de la Libération, Gémozac

Claude Michel est peintre et dessinateur. Il a exposé pour la première fois à la médiathèque de Pons en 2023. Pour lui, le dessin est une envie et une passion extraordinaire. Ces dessins ressemblent à sa réalité et il reproduit des photos ou des images dans des livres : rien d'imaginaire.



### RÉUNION D'INFORMATION SUR LE THÈME «PCH MODE D'EMPLOI»

MERCREDI 9 OCTOBRE - 13H30 À 17H00

Maison des Associations, Salle Gérard Philippe, 31 rue du Cormier, 17100 Saintes

Le collectif Handi-Saintes et l'Union Régionale Autisme France Poitou-Charentes (URAFPC) vous invitent à une réunion d'information sur le thème «PCH : mode d'emploi»

Inscription gratuite et obligatoire par mail : [urafpc@autisme-poitoucharentes.fr](mailto:urafpc@autisme-poitoucharentes.fr)



## PORTES OUVERTES GROUPES D'ENTRAIDES MUTUELLES (GEM)

### ●●●● GEM «Cerfs-volants» APF France Handicap

JEUDI 10 OCTOBRE - 14H30 À 17H

3 passage de l'Ancienne Caserne, Saintes

LE GEM APF France Handicap accueille des personnes cérébrolésées (traumatismes crâniens, AVC...) vivant des situations similaires. Il permet de se retrouver, échanger, partager des bons moments pour se sentir moins seul et apprendre les uns des autres.

Événement proposé par APF France Handicap

Contact 06 71 30 25 46

### ●●●● GEM Cocon Papillon

MARDI 15 OCTOBRE - 14H À 17H

11 rue Jean XXIII, Saintes

Le GEM Cocon Papillon est une association de personnes avec Trouble du Spectre de l'Autisme. C'est un lieu d'accueil convivial où se déroulent des activités et des projets collectifs à l'initiative de ses adhérents. C'est aussi un espace de liberté, adaptable à la sensorialité et au rythme de chacun, qui aide à rompre l'isolement et favoriser l'autonomie par le biais de la pair-aidance.

Événement proposé par ADEI

Contact 06 70 59 54 76

## SPECTACLE « EN AVANT TOUTE »

**Textes écrits à l'atelier d'écriture de Irène Kohenoff - Mise en scène de Sophie Borgeaud.**

Lectures théâtralisées : Nos parcours, mêmes difficiles, sont des élans pour avancer, pour se mettre en mouvement. Chacun, chacune peut s'y retrouver, s'y reconnaître, peut en être l'auteur et l'acteur. La puissance des mots libère...

Par Michèle Diet, Françoise Morin, Olivier Chasson, Nadège

Landreau, Isabelle Hertzog, Vénysia Bonicel Petiteau

Proposé par l'UNAFAM.



### ●●●● DATES DE REPRÉSENTATION

Samedi 12 octobre à 18h30 - Salle des Camélias, Saintes

Dimanche 20 octobre à 16h - Salle des Camélias, Saintes

Durée : 1h + échange avec le public



## SPECTACLE «NOUS LES FEMMES»

**Interprétation et mise en scène par Sophie Borgeaud**  
Florilège de monologues et de personnages de femmes des comédies de Molière qui s'affirment, se questionnent, prennent conscience, évoluent.

Proposé par l'UNAFAM.



### ●●●● DATES DE REPRÉSENTATION

Samedi 12 octobre à 15h - Salle des Camélias, Saintes

Dimanche 13 octobre à 17h - Auditorium Saintonge, Saintes

Samedi 19 octobre à 16h - Auditorium Saintonge, Saintes

*Durée : 1h10 + échange avec le public*



## SPECTACLE «40 CM LE PLUS BEAU DES VOYAGES ?»

**Co-écrit par Xavier Barreau et Sophie Borgeaud.**

Tous les événements qui nous arrivent dans la vie sont des invitations à se mettre en mouvement afin de s'explorer et grandir. Ce témoignage singulier, intime et décalé est l'occasion de s'interroger sur notre propre cheminement.

Proposé par l'UNAFAM.



### ●●●● DATES DE REPRÉSENTATION

Dimanche 13 octobre à 15h - Auditorium Saintonge, Saintes

Samedi 19 octobre à 18h - Auditorium Saintonge, Saintes

*Durée : 40min + échange avec le public*





# SEMAINES D'INFORMATION EN SANTÉ MENTALE EN SAINTONGE ROMANE

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.

## ● Les objectifs des SISM

- **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.
- **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.)
- **DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.
- **FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population.
- **FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens.
- **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale.

Le collectif organisateur des SISM en Saintonge Romane regroupe le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) La Main Tendue, le GEM Cocon Papillon, le GEM APF France Handicap, l'Union Nationale des Amis et Familles de Malades atteints de troubles psychiques (UNAFAM), le Centre Hospitalier de Jonzac, le Groupe Hospitalier Saintes-Saint Jean d'Angély et le GCSM 17, la Maison des Adolescents et des Jeunes Adultes (MDAJA), la Mission Locale, le Conseil Consultatif des Jeunes, Saintes Grandes Rives l'Agglo, la Communauté de Communes Cœur de Saintonge, la Communauté de Communes de Gémozac et de la Saintonge Viticole.

Pour connaître l'ensemble des événements organisés dans le cadre des SISM, n'hésitez pas à consulter le site [www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr).