

Semaines d'information  
SUR  
la santé mentale

33<sup>e</sup>  
ÉDITION

10 - 23 OCTOBRE 2022



POUR MA SANTÉ MENTALE,

AGISSONS POUR NOTRE

ENVIRONNEMENT

PROGRAMME

CLERMONT  
FERRAND

# PROGRAMME

## 07 VENDREDI

13h00-18h00

### FORUM ●

**POUR MA  
SANTÉ MENTALE,  
AGISSONS POUR NOTRE  
ENVIRONNEMENT**

📍 Place de Jaude -  
Clermont-F<sup>d</sup>

La 33<sup>ème</sup> édition des SISM aura lieu du 8 au 23 octobre 2022. À cette occasion, Clermont-F<sup>d</sup> s'empare du lien qui unit le bien-être à l'environnement. 2 semaines d'ateliers, conférences, expositions qui questionneront l'impact des environnements (écologique, social, familial, urbain) sur notre bien-être. Le forum place de Jaude marque le coup d'envoi de cette quinzaine, de 13h à 18h venez vous informer, vous sensibiliser à la question du bien-être et de l'environnement. Accès libre, pour tous, gratuit, au menu, ateliers, jeux, initiation sportive, exposition photo et artistique, espace enfants et jeunes, séance de découverte de la sophrologie animée par le service de santé universitaire à 14h et 15h.

## 08 SAMEDI

14h00

### SPECTACLE ●

**À BOUT DE BRAS**

📍 Opéra-théâtre, 22 b<sup>d</sup> Desaix -  
Clermont-F<sup>d</sup>

Théâtre participatif avec la Compagnie *Entrée de jeu* : en dédramatisant les situations du réel, la compagnie invitera le public à prendre la parole. Billets à retirer au *Lieu Information Senior*. Sur inscriptions et dans la limite des places disponibles.

+ d'infos au 04 73 98 07 81

15h00-17h00

### PROJECTION DEBAT ●

**JE M'AIME DONC JE SUIS  
L'ESTIME DE SOI... QU'EST CE  
QUE C'EST EN RÉALITÉ ?**

📍 Centre Neslon Mandela, 33  
rue Tourette - La Gauthière -  
Clermont-F<sup>d</sup>

Une projection débat proposée par *le collectif santé nord* pour les jeunes et leurs parents.

Invités : Omayma El Hajiri, créatrice et présidente de l'association «*Le cercle d'Omayma*», SOW AY artiste dessinateur, Equipe de promotion de la Santé ville de Clermont-F<sup>d</sup>, Mme Donier Cécilia, psychologue pédopsychiatrie au CHU Estaing.

Clôture conviviale avec un goûter offert par la Ville de Clermont-F<sup>d</sup>. Sur inscriptions dans la limite des places disponibles.

+ d'infos : 04 73 40 33 50

(accueil possible des enfants de 3 à 6 ans en salle famille par l'équipe du centre social sur réservation pour les parents participant à la projection débat)

15h00-17h00

### ATELIER ●

**LE BIEN ÊTRE  
DANS TES BASKETS**

📍 Centre Neslon Mandela, 33  
rue Tourette - La Gauthière -  
Clermont-F<sup>d</sup>

Accueil des enfants de 7 à 12 ans par l'ASM *sport santé* autour d'un atelier découverte du basket.

**Infos et inscriptions :**

04 73 40 33 50

(priorité aux enfants dont les parents sont inscrits à la projection-débat).

## 09 DIMANCHE

10h00 et 15h00

### ATELIER ●●

**FRESQUE DU CLIMAT**

📍 Polydôme, place du 1<sup>er</sup> Mai

Le plus grand évènement de sensibilisation au changement climatique en Auvergne : Un atelier apolitique, scientifique, collaboratif et créatif conçu pour sensibiliser élus et citoyens de façon ludique au changement climatique.

C'est une initiation en 3 heures, basée sur un jeu de 42 cartes illustrées et commentées, qui s'adresse aussi bien aux novices qu'aux connaisseurs. Avec rigueur et pédagogie, il permet en peu de temps de découvrir le fonctionnement du climat ainsi que les causes et conséquences de son dérèglement.

À partir de 9 ans.

**Réservations obligatoires :**

<https://www.eventbrite.com/e/billets-fresque-du-climat-geante-auvergne-1000-participants-355055830547>

- Tout public
- S'adresse aux jeunes (-18 ans)
- A partir de 18 ans
- Réservé aux professionnels



# PROGRAMME

## 11 MARDI

09h00-11h00

### CAFE DEBAT ●

**ÊTRE PARENT,  
QUEL CASSE TÊTE...**

**COMMENT PRÉSERVER SON  
BIEN-ÊTRE ET SON ÉQUILIBRE**

📍 *Maison de quartier de Croix de Neyrat*, rue des Hauts de Chan-turgue - Clermont-F<sup>d</sup>

Des spécialistes de la psychologie de l'enfant et de la famille : Dr Dhénain, pédopsychiatre, et Mme Reliant, psychologue au CHSM, répondent à vos questions.

Entrée libre dans la limite des places disponibles.

18h00

### CAFE DEBAT ●

**INFLUENCES  
ET SANTÉ MENTALE :**

**L'ENVIRONNEMENT  
POUR UNE VIE SATISFAISANTE**

📍 *Lieu'Topie*, 21 rue Kessler - Clermont-F<sup>d</sup>

Débat organisé par le *Centre Hospitalier Sainte-Marie* avec le Dr Quellien - psychiatre, Mme Décot - ergothérapeute et Mme Radan - pair-aidante en santé mentale, en partenariat avec les *SAMSAH rétablissement : Espérance 63, La Croix Marine et ASPH*.

Accès libre.

## 12 MERCREDI

13h00-15h30

### DECOUVERTE ●

**DE LA GRAINE AU JUS**

📍 *Foyer Atelier du Ceyran*, 1 route du Puy de St Sandoux - Saint-Sandoux

Balade animée et dégustation de jus de pomme, à la découverte des vergers conservatoires de St Sandoux. Journée animée par le *SAJ Espérance 63, l'ESAT et le Foyer atelier de Ceyran - CAPPA*, et le *Conservatoire des Espaces Naturels*.

**Informations et inscriptions :**  
association@esperance63.fr  
04 73 91 57 25

## 12 MERCREDI

14h00

### ATELIER JEU ●

**CHOOSE YOUR CHOICE  
LE JEU POUR ÉVITER  
LES PIÈGES (DES ADDICTIONS)**

📍 *Médiathèque Jack Ralite*, rue du Solayer, *Croix de Neyrat*  
Quels seront vos choix ? Dans un monde où tout a des conséquences, il faut savoir choisir... Action menée par la *MGEN* pour les 11-14 ANS. Découverte du jeu Coop-addict : une séance à 14h et une à 15h30. Accès libre dans la limite des places disponibles.

14h00-16h00

### CONFERENCE ●

**POURQUOI LA NATURE  
EST-ELLE SI BONNE  
POUR NOTRE BIEN-ÊTRE  
MENTAL ?**

📍 *Parc de l'écluse, La Gauthière* - Clermont-F<sup>d</sup>

Conférence théâtralisée proposée par l'*Atelier Santé Ville* en collaboration avec l'*association Biloba* : Qu'est ce que le syndrome du manque de nature et quels sont ses effets sur la santé physique et psychologique ? Discussion éducative : temps d'échange pour donner à chacun l'occasion de se questionner sur sa situation personnelle et son lien à la nature. Entrée libre dans la limite des places disponibles.

17h00-19h00

### CONFERENCE ●

**LOGEMENT  
ET MALADIE PSYCHIQUE  
- REGARDS CROISÉS -**

📍 *Amphithéâtre de l'URPS Auvergne*, 24 allée Evariste Galois - *La Pardieu* - Aubière  
Conférence organisée par l'*UNAFAM 63* et *Espérance 63* avec la participation du *GEM des Dômes*.



# PROGRAMME

## 13 JEUDI

09h00-11h30

### RANDONNEE URBAIN

LE BIEN ÊTRE  
DANS MA VILLE

📍 Chateau des Vergnes - Clermont-F<sup>d</sup>

La mission sport de la DDSU de la Ville de Clermont-F<sup>d</sup>, le centre social des Vergnes, le comité départemental de sport adapté, l'équipe de sport adapté du Centre Hospitalier Sainte-Marie proposent une balade dans la ville pour identifier et partager des lieux propices au bien-être. Durée 2h avec un ravitaillement par les adhérents du GEM des Dômes à mi-parcours, possibilité de rallier la balade à ce moment là.

Accès libre dans la limite des places disponibles.

**Informations complémentaires :**  
04 73 42 69 79

17h00

### CONFERENCE

EFFETS DE  
L'ENVIRONNEMENT  
SUR LES PATHOLOGIES  
ADDICTIVES

📍 Librairie Les Volcans,  
80 bd François Mitterrand -  
Clermont-F<sup>d</sup>

Conférence organisée par le  
CHU et animée par le Pr Brousse.  
Entrée libre.

18h00-21h30

### CINE DEBAT

LES INTRANQUILLES

📍 Maison des Associations 3<sup>ème</sup>  
étage, rue du Nord - Riom

Diffusion du film « Les Intran-  
quilles », avec Leïla Bekhti et  
Damien Bonnard, suivi d'un  
débat organisé par le CCAS de  
Riom, Riom Limagne et Volcans  
et l'UNAFAM. Débat animé par  
Virginie Perrot, de la société Ex-  
ponen'ciel et le Dr Quellien du  
Centre Hospitalier Sainte Marie.

**Inscriptions** auprès du CCAS de  
Riom au 04 73 33 49 00

## 14 VENDREDI

09h00-10h30

### CAFE DEBAT

ESTIME DE SOI  
ET APPRENTISSAGE

📍 Collège Albert Camus,  
1 rue du Sous-Marin Casabianca  
- Clermont-F<sup>d</sup>

L'entrée dans les apprentissages  
scolaires participe à la construc-  
tion d'une image positive de soi.  
Les difficultés scolaires rencon-  
trées peuvent alimenter un sen-  
timent d'inefficacité, d'incom-  
pétence, accompagner celles-ci  
est donc primordial.

Venez échanger sur cette ques-  
tion avec une enseignante spé-  
cialisée et une infirmière de col-  
lège.

Entrée libre dans la limite des  
places disponibles.

10h00-16h00

### BRADERIE SOLIDAIRE ET CONSEIL EN IMAGE

UN AUTRE REGARD  
SUR SOI

📍 Centre Hospitalier Sainte-Ma-  
rie, accès rue Torrilhon -  
Clermont-F<sup>d</sup>

La Petite Laine de Madeleine, des  
Ateliers thérapeutiques Made-  
leine Gaillard, vous invite à sa  
braderie solidaire : un troc et  
une collecte de vêtements !

Plusieurs ateliers vous seront égale-  
ment proposés - **sur inscription** :

- **Conseil en image** : organisé par La  
Cravate Solidaire (environ 30min)

- **Conseil en beauté** : animé par le CHSM  
(séance individuelle de 20 min environ)

- **Etude colorimétrique** : 2 séances pro-  
posées par La cravate solidaire (10h et  
14h, durée 45 min)

**+ d'infos** : 06 40 72 12 61  
communication.cfd@ahsm.fr



# PROGRAMME

## 14 VENDREDI

14h30

### CONFERENCE ●

**LA CONSTRUCTION  
HISTORIQUE DE MYTHES  
AUTOUR DES BOISSONS  
ALCOOLISÉES**

📍 *Faculté de médecine (amphithéâtre Volcan) 28 pl. Henri Dunant - Clermont-F<sup>d</sup>*  
Conférence sur la santé mentale et l'alcool. Entrée libre suivi d'un pot convivial sur inscription : [aura@addictions-france.org](mailto:aura@addictions-france.org)

17h30

### INAUGURATION ●

**REFLET DE NOS ÂMES**

📍 *La coloc' 58 av. de la Libération - Cournon-d'Auvergne*  
Inauguration de l'exposition. Entrée libre et gratuite.

19h30

### CINE DEBAT ●

**À LA FOLIE**

📍 *Maison des jeunes, chem. du Bout du Monde - Issoire*  
Coanimation par l'association UNAFAM et le Dr Pontonnier, psychiatre au CHSM.

## 17 LUNDI

13h00-17h00

### DECOUVERTE ●●

**DÉCOUVREZ  
LE COMPOSTAGE**

📍 *Saint-Sandoux*  
Venez découvrir la plateforme de gestion des bio-déchets du Site de Ceyran – **Association CAPPA**, au cours d'un après-midi où usagers et professionnels vous expliqueront le circuit, les techniques employées et surtout la valorisation de la production. Evènement gratuit.  
**Sur inscriptions :** 04 73 39 04 77 [contact.ceyran@cappa-association.fr](mailto:contact.ceyran@cappa-association.fr)

## RALLYE ●

**CIRCUIT  
PORTES OUVERTES**

📍 *Issoire*  
Découvrez les structures de proximité, développer votre réseau et faites connaissance avec des acteurs du territoire.  
Réservé aux professionnels.  
**Infos et réservations :** [melanie.morra@capissoire.fr](mailto:melanie.morra@capissoire.fr)

## 18 MARDI

9h00-15h30

### PORTES OUVERTES ●

**ASSOCIATION  
ESPÉRANCE 63**

📍 *19<sup>bis</sup> boulevard Winston Churchill - Clermont-F<sup>d</sup>*  
« Pour la réhabilitation et l'inclusion des personnes en situation de handicap psychique ».  
**Sur inscriptions :** 04 73 91 57 25 [association@esperance63.fr](mailto:association@esperance63.fr)

## 19 MERCREDI

9h00-12h00 / 13h00-16h00

### DECOUVERTE ●●

📍 *Saint-Amand Tallende*  
Venez découvrir la vie des abeilles du Rucher du Marand, participez à un atelier pédagogique animé par APISTIL, et terminez par une visite du lieu. Usagers et professionnels vous présenteront leur projet, de la construction de la plateforme, en passant par la production des ruchettes jusqu'à l'extraction du miel, un projet collectif à dimension pédagogique et environnementale.  
Durée de l'atelier + visite : 2h.  
Evènement gratuit.  
**Inscriptions :** 04 73 39 40 40 [contact.esat@cappa-association.fr](mailto:contact.esat@cappa-association.fr)

## RALLYE ●

**CIRCUIT  
PORTES OUVERTES**

📍 *Issoire*  
Réservé aux professionnels.  
**Infos et réservations :** [melanie.morra@capissoire.fr](mailto:melanie.morra@capissoire.fr)



# PROGRAMME

## 19 MERCREDI

14h30

### ATELIERS ●● SANTÉ ET ENVIRONNEMENT DE MON QUARTIER À MA PLANÈTE

📍 *Maison de quartier*, 18<sup>ter</sup> rue Fontaine du Bac - Clermont-F<sup>d</sup>  
- **Escape game** : proposé par l'*Atelier Santé Ville*, en partenariat avec *Clermont Auvergne Métropole*. À partir de 12 ans.

- **Balance des émotions** : proposé par les médecins du *centre de santé de la Fontaine du Bac*

- **Exposition** : d'une oeuvre collective réalisée par l'*A-Te-Lier* d'art-thérapie du CHSM : « Ma Bulle à Toi ».

- **Atelier sur les émotions** : proposé par l'*équipe de promotion de la santé de la ville de Clermont-Ferrand*. À partir de 6 ans.

**Infos et inscriptions :**  
04 73 40 86 30

15h00-18h00

### JEUX ●● MA SANTÉ EN JEU(X)

📍 *Maison des Associations*  
3<sup>ème</sup> étage, rue du Nord - Riom

Jouer pour lever les tabous sur les troubles psychiques. À partir de 6 ans.

**Inscriptions** auprès du CCAS de Riom au 04 73 33 49 00

## 20 JEUDI

9h00-11h30

### RANDONNÉE URBAINE ●●

#### LE BIEN ÊTRE DANS MA VILLE

📍 *Centre social* 17 rue Baudelaire - *Quartier St-Jacques* - Clermont-F<sup>d</sup>

*La mission sport de la DDSU de la Ville de Clermont-F<sup>d</sup>, le centre social St-Jacques, le comité départemental de sport adapté, l'équipe de sport adapté du Centre Hospitalier Sainte-Marie* proposent une balade dans la ville pour identifier et partager des lieux propices au bien-être. Durée 2h avec un ravitaillement par les adhérents du *GEM des Dômes* à mi-parcours, possibilité de rallier la balade à ce moment là.

**Informations complémentaires et inscriptions :** 04 73 42 69 79

## 21 VENDREDI

17h00-19h00

### TABLE RONDE ● DE LA CULTURE AU BIEN-ÊTRE

#### QUAND L'ART DÉLIVRE DES MAUX ET RENFORCE LE BIEN-ÊTRE

📍 *Librairie Les Volcans*,  
80 bd François Mitterrand -  
Clermont-F<sup>d</sup>

Invités : Mme Aoun - arthérapeute au Centre Hospitalier Sainte-Marie, SOW AY - artiste dessinateur, Ervé - écrivain, Gemma - chanteuse, Mme Aurélie Vaisier - assistante coordinatrice Service Animation Prévention et Vie Sociale CCAS de Clermont-Fd.

Entrée libre dans la limite des places disponibles.

### RALLYE ●

#### CIRCUIT PORTES OUVERTES

📍 *Issoire*

Suivi d'un pot convivial à partir de 17h. Réservé aux professionnels. **Infos et réservations :**  
melanie.morra@capissoire.fr

## 22 SAMEDI

14h00-16h30

### CONFERENCE DE CLOTURE ●

#### MÉDIAS ET BIEN-ÊTRE : S'INFORMER OUI ! MAIS SE PRÉSERVER AUSSI

📍 *Médiathèque Jack Ralite*,  
Rue du Solayer, *Croix de Neyrat*  
Être informé est essentiel, encore faut-il être bien informé ! À l'heure où les outils de communication bouleversent nos habitudes de vie comment rester informé tout en préservant son bien-être...

À partir de 13 ans.

**Intervenants :** des professionnels du champ de la santé mentale dont le Dr Fénéon Landou, psychiatre de l'Enfant et l'Adolescent au *CHU* et Mr Pierre - Journaliste, formateur en Éducation aux médias.



# EXPOSITIONS

Du 3 au 14 octobre

## SOW AY

 Centre Nelson Mandela, 33 rue Tourrette, La Gauthière - Clermont-Fd

Entre sa série des "Tiny" (un petit dinosaure très attachant), sa série des Nobodies à l'aspect très fantasmagorique et phosphorescent, ou encore ses travaux autour de la santé mentale, la dépression mais aussi les questions de transidentité, Sow Ay dévoile ses nombreuses facettes avec son style d'illustration très reconnaissable et une émotion toujours palpable.

Du 10 au 23 octobre

## REFLET DE NOS AMES

 La coloc' 58 av. de la Libération - Cournon-d'Auvergne

Découverte des portraits des adhérents du GEM de Cournon qui mettent en lumière ce qui dans leur environnement leur permet d'aller bien.



Du 19 au 26 octobre

## MA BULLE A TOI

 Maison de quartier, 18<sup>ter</sup> rue Fontaine du Bac - Clermont-Fd

Oeuvre collective réalisée par l'A-Te-Lier d'art-thérapie du Centre Hospitalier Sainte-Marie.

Du 17 au 22 octobre

## HOP ART

 Institut des Métiers, 14 rue du Château des Vergnes - Clermont-Fd

Hop'Art est le résultat d'un partenariat inventif entre le monde universitaire et l'univers hospitalier. Il est un espace de rencontre inédit entre de jeunes patients (16-25 ans) hospitalisés en psychiatrie, une équipe soignante, des étudiants et un artiste qui partagent l'idée «folle» de créer ensemble Sur réservation auprès de contact@institut-metiers.fr

«Harcèlement scolaire et Bien-être», séances d'éducation à la santé dans les classes, des écoles publiques clermontoises par l'Equipe de promotion de la santé de la ville de Clermont-Fd. Sur réservation.

## MERCI



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

