

34<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
SUR  
la santé mentale

À tous les âges de la vie,  
ma santé mentale est un droit.

9 - 22 octobre 2023

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

f @Sism\_Officiel

## Au programme en Savoie...

Suivez l'actualisation du programme en ligne : [www.chs-savoie.fr](http://www.chs-savoie.fr)

Ou sur la page Facebook : [Semaines d'Information sur la Santé Mentale - Territoire de la Savoie](#)

Pour plus d'informations : [contact73@ireps-ara.org](mailto:contact73@ireps-ara.org) ou [73@unafam.org](mailto:73@unafam.org)

# 34<sup>èmes</sup> Semaines d'Information sur la Santé Mentale

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) s'adressent au grand public. Chaque année, citoyens, associations et professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France. Les SISM ont pour objectifs de **SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale, **INFORMER**, à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale, **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale, **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale, **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

## Thématique 2023 :

« A TOUS LES AGES DE LA VIE, MA SANTE MENTALE EST UN DROIT »

### Extrait :

« S'engager en faveur de la santé mentale, c'est investir dans une vie et un avenir meilleurs pour tous (...). **La santé mentale est un droit.** Chacun de nous mérite de s'épanouir »(1). C'est ce qu'affirme **l'Organisation mondiale de la santé** dans son dernier rapport sur la santé mentale publié en juin 2022.

Nous avons toutes et tous une santé mentale, quels que soient notre âge et notre parcours de vie, que l'on ait un trouble psychique ou pas. En effet, tout comme nous avons une santé physique tout au long de la vie, nous avons également une santé mentale, c'est-à-dire « un **état psychologique ou émotionnel** (...), à un moment donné » (2).

**La santé mentale n'est** donc pas un état figé. **Elle évolue en permanence**, influencée par des **déterminants** qui se combinent pour la protéger, la favoriser ou la compromettre (3,4).

Même lorsque la santé mentale est altérée, il est possible d'aller mieux et de se rétablir d'un trouble psychique. Vivre avec une santé mentale satisfaisante permet de se sentir bien dans sa peau, vivre de nouvelles expériences, relever les défis du quotidien et contribuer à la vie de la société (5).

**La santé mentale est** donc aussi **importante que la santé physique**, notamment pour les enfants, les jeunes et les seniors.

Longtemps taboue, la santé mentale des enfants ne peut plus être passée sous silence. En 2021, La Défenseure des droits a appelé « à prendre la pleine mesure de **l'enjeu décisif que représente la bonne santé mentale des enfants** » (6). En 2022, l'Unicef France a placé la santé mentale des enfants comme l'un des défis majeurs pour le 3e millénaire (7). En effet, l'enfance constitue une période sensible du développement durant laquelle sont posées les bases de la santé mentale des individus : « C'est un ensemble de facteurs individuels, collectifs et sociétaux qui permet à chaque enfant de bien grandir. Veiller à ce que chaque enfant puisse s'épanouir dans les meilleures conditions, c'est (...) aussi le devoir d'une société » (8). C'est donc une période où une attention particulière doit être portée aux conditions de vie de l'enfant et aux manifestations de son éventuel mal-être, pour qu'il soit accompagné au mieux, dans son développement, ainsi que son entourage. (...)

La santé mentale et le bien-être sont aussi importants quand on vieillit qu'à tout autre moment.

« **Bien vieillir psychologiquement** », c'est pouvoir conserver le maximum de capacité d'adaptation et le meilleur équilibre psychologique jusqu'à la fin de sa vie (15). Au moment du vieillissement, des **enjeux d'accompagnements** et de **soutiens spécifiques** apparaissent. Tout d'abord parce que, même si la plupart des seniors (plus de 60 ans) sont en bonne santé mentale, un certain nombre est exposé au risque de développer des troubles mentaux, neurologiques, et/ou somatiques (16).

D'autre part, les personnes vivant avec des troubles psychiques depuis longtemps et qui vieillissent ont des besoins nouveaux de soins et d'accompagnements. Ainsi, les personnes âgées, y compris celles en situation de handicap ou de perte d'autonomie, doivent pouvoir jouir d'une santé mentale satisfaisante et des mêmes libertés que toute la population (17).

(...)

La santé mentale est « un droit fondamental de tout être humain » (1). Il importe donc de créer des environnements favorables pour permettre à toute personne de s'épanouir et de jouir d'une santé mentale satisfaisante à tous les moments de sa vie, quels que soient son âge, son état de santé, ses conditions de vie et les contextes sociaux, sociétaux et environnementaux dans lesquels elle évolue.

[Découvrir l'argumentaire en intégralité](https://www.semaines-sante-mentale.fr/?sdm_process_download=1&download_id=24440) : [https://www.semaines-sante-mentale.fr/?sdm\\_process\\_download=1&download\\_id=24440](https://www.semaines-sante-mentale.fr/?sdm_process_download=1&download_id=24440)

1. Organisation mondiale de la santé. Santé mentale : renforcer notre action [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Psycom – Santé Mentale Info – On a toutes et tous une santé mentale [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.psycom.org/comprendre/la-sante-mentale/on-a-toutes-et-tous-une-sante-mentale/>
3. MINDS. Les-déterminants-de-la-santé-mentale.pdf [Internet]. 2021 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2021/04/Les-d%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale.pdf>
4. MINDS. La santé mentale, c'est pas que dans la tête! [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: [https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2020/08/INFOGRAPHIE-Les-D%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale\\_v7\\_web\\_ok.pdf](https://minds-ge.ch/wp-content/uploads/2020/08/INFOGRAPHIE-Les-D%C3%A9terminants-de-la-sant%C3%A9-mentale_v7_web_ok.pdf)
5. Gouvernement du Québec. Maintenir une bonne santé mentale [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-mentale/favoriser-bonne-sante-mentale/maintenir-bonne-sante-mentale>
6. Défenseur des Droits. La santé mentale des enfants : un enjeu de société pour développer le bien-être des enfants [Internet]. 2021 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.defenseurdesdroits.fr/fr/communiqu%C3%A9-de-presse/2021/11/la-sante-mentale-des-enfants-un-enjeu-de-societe-pour-developper-le>
7. UNICEF France. Droits des enfants en France: quelles avancées et quels défis ? [Internet]. 2022 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.unicef.fr/article/situation-enfants-en-france-quelles-avancees-et-quels-defis/>
15. Psycom - Santé Mentale Info. Santé mentale et vieillissement [Brochure]. Paris; 2020 [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.psycom.org/wp-content/uploads/2020/11/Sante-mentale-et-vieillessement-2020.pdf>
16. Organisation mondiale de la santé. Santé mentale et vieillissement [Internet]. [cité 14 déc 2022]. Disponible sur: <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults>

## GLOSSAIRE

**AFT** : Accueil Familial Thérapeutique

**CCAS** : Centre Communal d'Action Sociale

**CIAS**: Centre Intercommunal d'Action Sociale

**CLSM** : Conseil Local de Santé Mentale

**CMP** : Centre Médico-Psychologique

**CHS** : Centre Hospitalier Spécialisé

**GEM** : Groupe d'Entraide Mutuelle

**IREPS** : Instance Régionale d'Éducation et de Promotion de la Santé

**MDA** : Maison Des Adolescents

**RéPsy** : Réseau en santé mentale

**SISM** : Semaines d'Information sur la Santé Mentale

**UNAFAM** : Union Nationale de Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques

# Avant-pays savoyard, Chartreuse et Cœur de Savoie

<p><b>PROJECTION</b></p> <p><b>Judi 12 octobre 19h30</b></p> <p>Cinéma salle Notre Dame, Le Pré du Comte</p> <p><a href="#">Saint-Pierre d'Entremont</a></p> <p>Payant, tarif cinéma</p>	<p> <b>Ciné-Débat " Sur l'Adamant "</b></p> <p>Film documentaire de Nicolas Philibert, 2023. L'Adamant est un Centre de Jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins qui les structure dans le temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien. Une discussion suivra la projection.</p> <p>Proposé par ESPOIR 73 en partenariat avec le cinéma Salle Notre Dame, l'AADEC, et CINEBUS.</p> <p>Contact : <a href="mailto:celine.paviol@espoir73.fr">celine.paviol@espoir73.fr</a>, <a href="mailto:charlotte.reboulin@espoir73.fr">charlotte.reboulin@espoir73.fr</a></p>
<p><b>EXPOSITION</b></p> <p><b>Du 13 au 20 octobre 9h00-18h00</b></p> <p>Hall d'entrée la Pyramide Alpes Espaces, 61 voie Champollion</p> <p><a href="#">Porte de Savoie</a></p> <p>Ouvert à tous, gratuit</p>	<p> <b>" Santé mentale, Tous concernés ! "</b></p> <p><b>Exposition : J'ai un trouble psychique, Et alors?</b></p> <p>Proposé par ESPOIR 73 en partenariat avec La Pyramide.</p> <p>Contact : 04 79 25 09 75, <a href="mailto:helene.geoffroy@espoir73.fr">helene.geoffroy@espoir73.fr</a></p>
<p><b>EXPOSITION</b></p> <p><b>Mercredi 18 octobre 15h30-17h30</b></p> <p>Bibliothèque, 41 Av. du 8 Mai 1945</p> <p><a href="#">Entre-Deux-Guiers</a></p> <p>Ouvert au public jeune et petite enfant, gratuit</p>	<p> <b>Santé mentale et Art brut : à tous les âges de la vie !</b></p> <p>Différents temps forts sont proposés :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Exposition du 9 au 22 octobre des ateliers de septembre "Mes couleurs à l'intérieur"</li><li>2) Temps fort « Jeunesse », le mercredi 18 octobre de 15h30 à 17h30 avec contes et exposition.</li></ol> <p>Proposé par Espoir 73 en partenariat avec la Bibliothèque d'Entre-Deux-Guiers.</p> <p>Contact : 04 76 66 03 86, <a href="mailto:bibliotheque@entredeuxguiers.fr">bibliotheque@entredeuxguiers.fr</a>, <a href="mailto:charlotte.reboulin@espoir73.fr">charlotte.reboulin@espoir73.fr</a></p>

# Avant-pays savoyard, Chartreuse et Cœur de Savoie

## PORTES OUVERTES

**Jeudi 19 octobre  
de 9h30 à 12h00**

RDV à 9h30 devant  
l'Auberge des  
Entremonts, le Bourg

[Entremont-le-Vieux](#)

Ouvert à tous, gratuit



## Portes ouvertes du HABERT !

Santé mentale : adultes jusqu'à la retraite : des structures existent pour le rétablissement ! Venez découvrir le Foyer d'Hébergement, la Ferme, la Fromagerie, les Prestations Agricoles Environnementales et l'Auberge au cœur de la Chartreuse!

Proposé par Espoir 73.

Contact : 04 79 26 20 50, [charlotte.reboulin@espoir73.fr](mailto:charlotte.reboulin@espoir73.fr)

## PROJECTION

**Vendredi 20  
octobre  
19h30**

Les Villages, 28 Pl.  
Pierre Descottes

[Saint-Genix-les-  
Villages](#)

Payant, tarif cinéma



## Ciné-Débat " Sur l'Adamant "

Film documentaire de Nicolas Philibert, 2023.

L'Adamant est un Centre de Jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, en plein cœur de Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins qui les structure dans le temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde, à retrouver un peu d'élan. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement et à la déshumanisation de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.

Une discussion suivra la projection.

Proposé par ESPOIR 73 en partenariat avec le cinéma L'Atmosphère, et la FOL 73.

Contact : [celine.paviol@espoir73.fr](mailto:celine.paviol@espoir73.fr), [charlotte.reboulin@espoir73.fr](mailto:charlotte.reboulin@espoir73.fr)



## Aix-les-Bains

### PORTES OUVERTES

**Jeudi 12  
octobre**

219 Av. Marie de  
Solms

[Aix-les-Bains](#)

Ouvert à toutes  
et tous, gratuit



### Portes ouvertes du GEM Horizon 73

Venez découvrir le Groupe d'Entraide Mutuelle Horizon 73 !

Contact : 04 57 34 50 17, [gem.aixlesbains@yahoo.fr](mailto:gem.aixlesbains@yahoo.fr)

### SENSIBILISATION

**Mercredi 18  
octobre  
9h00-12h00**

Kiosque aux  
projets, place  
Clémenceau

[Aix-les-Bains](#)

Ouvert à toutes  
et tous, gratuit



### "Le kiosque aux projets" : Point informations sur la santé mentale

Dans le kiosque aux projets, diffusion de témoignages audio, échange autour de la santé mentale et diffusion de flyers.

Proposé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec l'UNAFAM 73.

Contact : [m.brauer@aixlesbains.fr](mailto:m.brauer@aixlesbains.fr)

### CONFERENCE

**Mercredi 18  
octobre  
14h00-16h00**

FJT Résidence  
Fontanet, 95  
boulevard Lepic

[Aix-les-Bains](#)

Ouvert à toutes  
et tous, gratuit

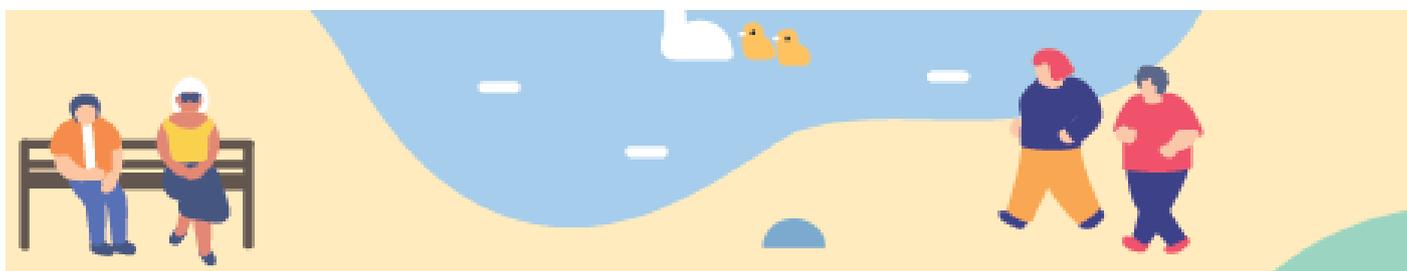


### Le rétablissement et la santé mentale

Le rétablissement peut être défini comme "un processus foncièrement personnel et unique qui vise à changer ses attitudes, ses valeurs, ses sentiments, ses objectifs, ses aptitudes et ses rôles. Ce serait un moyen de vivre une vie satisfaisante, remplie d'espoir et productive malgré les limites résultantes de la maladie". Bill Anthony (1993), d'après UNAFAM (2023).

Proposé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec le CHS de la Savoie.

Contact : [m.brauer@aixlesbains.fr](mailto:m.brauer@aixlesbains.fr)



## Aix-les-Bains

### ATELIER

**Mercredi 18  
octobre  
16h00-18h00**

FJT Résidence  
Fontanet, 95  
boulevard Lepic

[Aix-les-Bains](#)

Ouvert à toutes  
et tous (public  
adulte), gratuit



### **Santé mentale: se ressourcer en tant qu'aidant Atelier "La danse de la vie"**

En musique, en mouvement, avec le groupe outil biodanza pour prendre soin de sa santé mentale et celle des autres. Pas de prérequis en danse : juste la curiosité et l'envie de vivre l'expérience... Prévoir une tenue confortable !

Organisé par l'Association Danse et vie, en partenariat avec le FJT Résidence Fontanet, CCAS d'Aix-les-Bains, Espoir 73.

Contact : Matthieu Tournoud, 06 76 60 89 93, mtournoud@yahoo.fr et Charlotte Reboulin, 06 98 44 33 71

### PROJECTION

**Vendredi 20  
octobre  
à 19h30**

Cinéma Le Victoria,  
36 Avenue Victoria

[Aix-les-Bains](#)

Payant, Tarif réduit



### **Ciné-débat "The Father"**

Film de Florian Zeller, Drame, 2021.

Alors qu'il vieillit et devient de moins en moins autonome, un père refuse l'aide de sa fille. Anthony tente désespérément de comprendre ce qui se passe autour de lui.

Une discussion sur le "vieillessement et les troubles psychiques" suivra la projection, en présence de l'UNAFAM, d'un géronto-psychiatre coordonnateur de l'équipe mobile de gérontopsychiatrie du CHS de la Savoie.

Proposé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec l'UNAFAM 73 et le CHS de la Savoie.

Contact : UNAFAM 73, 73@unafam.org

### ANIMATION

**Samedi 21  
octobre  
10h00 - 17h00**

suivant la météo  
Rue du commerce

[Aix-les-Bains](#)

Ouvert à toutes  
et tous, gratuit



### **Animations sur la santé mentale**

Lecture BD et mangas, discussion autour de la santé mentale, Gaming jeux en ligne animés par 3 gamers dans la Rue du Commerce.

Rue piétonne devant la boutique Numéro 9 : échange autour de conseil maquillage et animation sur le thème de la mode avec un défilé.

Proposé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec Numéro 9, Usine Jeaner, Boutique Chantal, By Vanessa, EMMAUS, Gamers Streamers Cody. Présence des professionnels de la Mission locale, de la Résidence Barnier et du CMP.

Contact : m.brauer@aixlesbains.fr

## Albertville

### TEMPS CONVIVIAL

**Lundi 9 octobre**  
**14h00 - 16h00**

GEM Renaissance,  
10 rue Pargoud

[Albertville](#)

Ouvert à toutes  
et tous, gratuit, sur  
inscription



### Décor itinérant et temps convivial au GEM Renaissance

Temps convivial autour de la création d'un décor itinérant sur la semaine dans différents lieux d'Albertville.

Proposé par le GEM Renaissance.

Contact et inscription : 04 56 10 30 05, 06 51 74 05 93,  
[gem.renaissance@gmail.com](mailto:gem.renaissance@gmail.com)

### TEMPS CONVIVIAL

**Mardi 10 octobre**  
**14h00 - 16h00**

Chardon bleu, 260  
chem. de la Charrette

[Albertville](#)

Ouvert à toutes et  
tous, gratuit, sur  
inscription



### Décor itinérant et temps convivial au Chardon Bleu

Temps convivial autour de la création d'un décor itinérant sur la semaine dans différents lieux d'Albertville.

Proposé par le GEM Renaissance, en partenariat avec Espoir 73 - Le Chardon Bleu.

Contact et inscription : 04 56 10 30 05, 06 51 74 05 93,  
[gem.renaissance@gmail.com](mailto:gem.renaissance@gmail.com)

### TABLE RONDE

**Mardi 10 octobre**  
**17h30 -19h30**

Maison Communale  
du Parc, 790 rue  
Commandant Dubois

[Albertville](#)

Ouvert à tous, gratuit



### « Troubles psychiques et emploi : des solutions existent »

Comment faire pour accéder à l'emploi, quel accompagnement, quel dispositif pour le maintien dans l'emploi, pour les personnes en situation de handicap psychique ? Quelles difficultés rencontrent les personnes en situation de handicap psychique dans l'emploi ?

Débat animé par l'UNAFAM, avec les acteurs de l'emploi et partenaires du département et territoire de la Tarentaise.

Intervenants : témoignages de jeunes et adultes, professionnels de Pôle Emploi, Cap Emploi, Mission locale, Espoir 73, Deltha Savoie, École de la 2<sup>ème</sup> chance, Repsy, Service de santé au travail, MDPH, Pôle Social du département d'Albertville, Agefiph, la fabrique à neurones.

Proposé et animé par l'UNAFAM 73 avec les intervenants partenaires.

Contact : [73@unafam.org](mailto:73@unafam.org)

## Albertville

### TEMPS CONVIVAL

**Mercredi 11 octobre**  
**14h00 - 16h00**

Tiers Lieu Vita'mine,  
899 chem. des Trois  
Poiriers

[Albertville](#)

Ouvert à toutes et tous,  
gratuit, sur inscription



### Décor itinérant et temps convivial au Tiers Lieu Vita'mine

Temps convivial autour de la création d'un décor itinérant sur la semaine dans différents lieux d'Albertville.

Proposé par le GEM Renaissance en partenariat avec la Fédération des Œuvres Laïques (FOL).

Contact et inscription : 04 56 10 30 05, 06 51 74 05 93,  
gem.renaissance@gmail.com

### SPECTACLE

**Mercredi 11 octobre**  
**à 19h45**

Théâtre de Maistre, 4  
route de Pallud

[Albertville](#)

Tout public,  
entrée libre



### Violences Sexuelles en mots et en scène

Représentation théâtrale "Intimité v(i)olée" de l'auteure Amandine DEBARBIEUX, Cie Ziane.

Représentation suivie d'une table ronde Santé / Psychologie / Parentalité / Droit / Justice.

Proposé par l'UDAF 73, en partenariat avec l'association Les Saintexupériens et le REAAP 73.

Contact : direction@udaf73.fr

### TEMPS CONVIVAL

**Jeudi 12 octobre**  
**à partir de 18h30**

Dôme Cinéma, 135  
Pl. de l'Europe

[Albertville](#)

Ouvert à toutes et  
tous, gratuit



### Décor itinérant et temps convivial au Dôme Cinéma

Temps convivial autour de la création d'un décor itinérant sur la semaine dans différents lieux d'Albertville.

Proposé par le GEM Renaissance, en partenariat avec l'UNAFAM 73, Espoir 73 - Le Chardon Bleu, Agir'h, Cap Emploi.

Contact : 04 56 10 30 05, 06 51 74 05 93, gem.renaissance@gmail.com

### PROJECTION

**Jeudi 12 octobre**  
**à 20h30**

Dôme cinéma, Pl. de  
l'Europe

[Albertville](#)

Ouvert à tous  
Tarif adulte: 6,50  
euros



### Ciné-débat "Sur l'Adamant"

Film documentaire de Nicolas Philibert, 2023.

L'Adamant est un Centre de Jour unique : c'est un bâtiment flottant. Édifié sur la Seine, à Paris, il accueille des adultes souffrant de troubles psychiques, leur offrant un cadre de soins qui les structure dans le temps et l'espace, les aide à renouer avec le monde. L'équipe qui l'anime est de celles qui tentent de résister autant qu'elles peuvent au délabrement de la psychiatrie. Ce film nous invite à monter à bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent le quotidien.

Une discussion suivra la projection.

Proposé par le CCAS d'Albertville en partenariat avec les Amis du Cinéma, le GEM Renaissance, Espoir 73, Agir'h, Cap Emploi, et l'UNAFAM 73.

Contact : Amis du Cinéma, 04 79 37 58 77

## Tarentaise

### SPECTACLE

**Vendredi 13  
octobre  
à 19h45**

La Scène Espace  
Savoy, avenue  
Général Leclerc

[Bourg-Saint-Maurice](#)

Tout public,  
participation libre



### Violences Sexuelles en mots et en scène

Représentation théâtrale "Intimité v(i)olée" de l'auteure Amandine DEARBIEUX, Cie Ziane.

Représentation suivie d'une table ronde Santé / Psychologie / Parentalité / Droit / Justice.

Proposée par l'association les Saintexupériens en partenariat avec le REAAP 73, la Communauté de Communes de Haute Tarentaise, la Ville de Bourg-Saint-Maurice.

Contact : 06 03 94 44 67, [saintexuperiens73@gmail.com](mailto:saintexuperiens73@gmail.com)

### CINE DEBAT

**Mardi 17 octobre  
à 18h30**

Cinéma Le Rex, Av.  
de Belleville

[Mouliers](#)

Tarif cinéma coup de  
cœur : 5 euros et  
4,50 euros pour les -  
de 14 ans.



### Ciné-débat "La forêt de mon père"

Film réalisé par Vero Cratzborn, Drame, 2020.

Gina, 15 ans, grandit dans une famille aimante en lisière de forêt. Elle admire son père Jimmy, imprévisible et fantasque, dont elle est prête à pardonner tous les excès. Jusqu'au jour où la situation devient intenable : Jimmy bascule et le fragile équilibre familial est rompu. Dans l'incompréhension et la révolte, Gina s'allie avec un adolescent de son quartier pour sauver son père. Projection suivie d'un débat.

Proposé par le cabinet d'art-thérapie La Trace du Flocon, en partenariat avec le Contrat Local de Santé de Tarentaise, Les Amis du Cinéma, et l'UNAFAM 73.

Contact : 04 79 24 69 20

### STAND

**Samedi 21  
octobre  
de 13h30 à 16h30**

Gymnase Tartarat  
(complexe sportif de  
Salins-Fontaine)  
Avenue des thermes

[Moutiers](#)

Ouvert à tous, gratuit



### "Parlons santé mentale en famille"

Stand autour de la "Santé mentale" au sein du festival Festi'familles (Semaine de la Parentalité).

Proposé par la Communauté de Communes Cœur de Tarentaise et la Communauté de communes des Vallées d'Aigueblanche en partenariat avec le cabinet d'art-thérapie La Trace du Flocon et l'IREPS ARA.

Contact : [irene.abondance@coeurdetarentaise.fr](mailto:irene.abondance@coeurdetarentaise.fr), 04 79 24 77 65, [merry.blanc@ireps-ara.org](mailto:merry.blanc@ireps-ara.org)

## Bassin Chambérien

### SPECTACLE

**Mardi 10  
octobre  
à 15h00**

Auditorium du CHS  
de la Savoie, 89  
avenue de Bassens

[Bassens](#)

Gratuit, sur  
inscription



### La petite chronique de Anna Magdalena Bach

Spectacle par Les Amis de Sainte Chapelle. Une programmation dans le cadre du dispositif Culture et Santé du CHS de la Savoie, soutenu par le Ministère de la Culture et de la Communication – DRAC Auvergne Rhône-Alpes, l'Agence Régionale de Santé Auvergne Rhône-Alpes et la Région Auvergne Rhône-Alpes, et coordonné par l'association InterSTICES ainsi que par le Conseil Départemental de la Savoie.

Contact et inscription : [culture@chs-savoie.fr](mailto:culture@chs-savoie.fr)

### SENSIBILISATION

**Mercredi 11  
octobre  
de 11h00 à 17h00**

Université Savoie  
Mont Blanc, site de  
Jacob-Bellecombette,  
sur l'esplanade au  
-dessus de la  
bibliothèque

[Jacob-  
Bellecombette](#)

Ouvert à toutes  
et tous, Gratuit



### « Psytruck » : Escale du camion où l'on parle de santé mentale !

Le Psytruck vient vous parler de santé mentale, de handicap psychique et de rétablissement. Venez discuter avec des personnes concernées, des professionnels et des proches pour mieux connaître les troubles psychiques. Par le Réseau en santé mentale (RéPsy) : Mieux (re) connaître les troubles, se soigner, se rétablir. En partenariat avec l'USMB, Espoir 73, le CHS de la savoie, Bipol'air 73, Kollao, le Centre Hospitalier Alpes Isère (C3R), l'UNAFAM 73...

Contact : [contact73@repsy.fr](mailto:contact73@repsy.fr), 04 56 58 84 29

### PORTES OUVERTES

**Mardi 17 octobre  
de 14h00 à  
17h00**

GEM l'OASIS, 266  
chemin des moulins,

[Chambéry](#)

Ouvert à toutes et  
tous, gratuit



### Portes ouvertes au GEM l'OASIS

Venez découvrir le Groupe d'Entraide Mutuelle L'Oasis, est un espace collectif d'accueil et d'activités permettant aux personnes en situation de fragilité psychique de rompre l'isolement et de recréer du lien social.

Proposé par le GEM l'Oasis.

Contact : 04 79 75 69 97, [gem.oasissavoie@orange.fr](mailto:gem.oasissavoie@orange.fr)

### CONFERENCE

**Date et lieu à  
confirmer**



### Conférence sur la santé mentale

Accueil de la Chargée de Plaidoyer Santé mentale de l'UNICEF France, représentante de la présidente de l'UNICEF, accompagnée de la présidente du Comité UNICEF Dauphiné Savoie. Proposé par l'Université Savoie Mont-Blanc.

## Bassin Chambérien

### PROJECTION

**Mardi 17  
octobre  
à 19h30**

Malraux Scène  
Nationale Chambéry  
Savoie, 67 Place  
François Mitterrand

[Chambéry](#)

Entrée : 6,50 euros  
Tarif spécial  
adhérent UNAFAM :  
5 euros.



### Ciné discussion "Etat limite"

Film documentaire réalisé par Nicolas Peduzzi, 2023.

Hôpital Beaujon, Clichy. Nicolas Peduzzi montre le lien sensible tissé par un psychiatre avec de jeunes malades atteints de troubles mentaux, tout en dénonçant l'état préoccupant de la médecine psychiatrique. Le seul psychiatre de l'hôpital, navigue entre les services, des urgences à la réanimation. Le jeune médecin analyse avec éloquence le rapport au soin et à la psychiatrie de notre société. Une discussion suivra la projection, en présence de l'UNAFAM 73 et des professionnels de santé du CHS de la Savoie

Proposé par l'UNAFAM 73 et le CHS de la Savoie en partenariat avec Ciné Malraux.

Contact : [73@unafam.org](mailto:73@unafam.org)

### TABLE RONDE

**Mercredi 18  
octobre  
à 18h00**

CHS de la Savoie,  
89 avenue de  
Bassens

[Bassens](#)

Ouvert à toutes  
et tous, Gratuit



### "Vieillesse et troubles psychiques"

Le vieillissement des personnes souffrant de troubles psychiques est devenu une problématique relativement récente qui a pris de plus en plus d'ampleur ces dernières années. Quel type d'accompagnement spécifique pour répondre aux besoins ? Quel est l'éventail des prises en charge actuelles dans ce domaine ?

Témoignages de professionnels qui décrivent leurs pratiques d'accompagnement dans des établissements divers. Débat animé par l'UNAFAM en présence du CHS de la Savoie, d'un représentant PA/PH de la Maison Sociale du département et d'une agence de services d'aide à domicile.

Proposé par l'UNAFAM 73 en partenariat avec le CHS de la Savoie.

Contact : [73@unafam.org](mailto:73@unafam.org)

### CONFERENCE

**Jeudi 19  
octobre, à 19h00**

Amphithéâtre de  
l'IFSI

[Chambéry](#)

Tout public, gratuit



### « La Santé mentale positive, le fitness du corps mais aussi de l'esprit »

En psychologie, on porte bien trop souvent notre attention sur ce qui ne va pas, sur les symptômes dépressifs, les traumatismes, sur les manques de compétences mais cela résume-t-il la personne ? Ne pourrions-nous pas considérer qu'une santé mentale puisse être un état d'épanouissement, de bonheur ? La gestion de nos émotions, de nos pensées ou de nos motivations, en plus des leviers thérapeutiques, sont aussi des leviers d'épanouissement. Proposé par France Dépression Savoie.

Contact : [savoie@francedepression.fr](mailto:savoie@francedepression.fr) - 07 66 29 67 20

## Maurienne

### EXPOSITION

**Du 3 au 27  
octobre  
aux horaires  
d'ouverture de  
l'espace culturel**

Vernissage de  
l'exposition

**Mercredi 11  
octobre à 15h00**

Espace Culturel,  
Médiathèque  
municipale, rue des  
Ecoles,

Saint-Jean-de  
Maurienne



### "Santé mentale : tous concernés !"

Exposition en 3 parties :

- 1) J'ai un trouble psychique, Et Alors ?
- 2) 7 astuces pour se retrouver
- 3) Mythes et Réalités

En partenariat avec GEM Rebond 73, l'Espace Culturel de St Jean de Maurienne, CIAS de la Communauté de Communes Cœurs de Maurienne Arvan.

Contact : 07 69 67 80 04, [gem.rebond73@gmail.com](mailto:gem.rebond73@gmail.com)

### ANIMATION

**Mardi 17  
octobre de  
19h00 à 20h30**

Foyer Rural de Val  
d'Arc, Pré de Foire

Val-d'Arc

Ouvert à toutes et  
tous, Gratuit



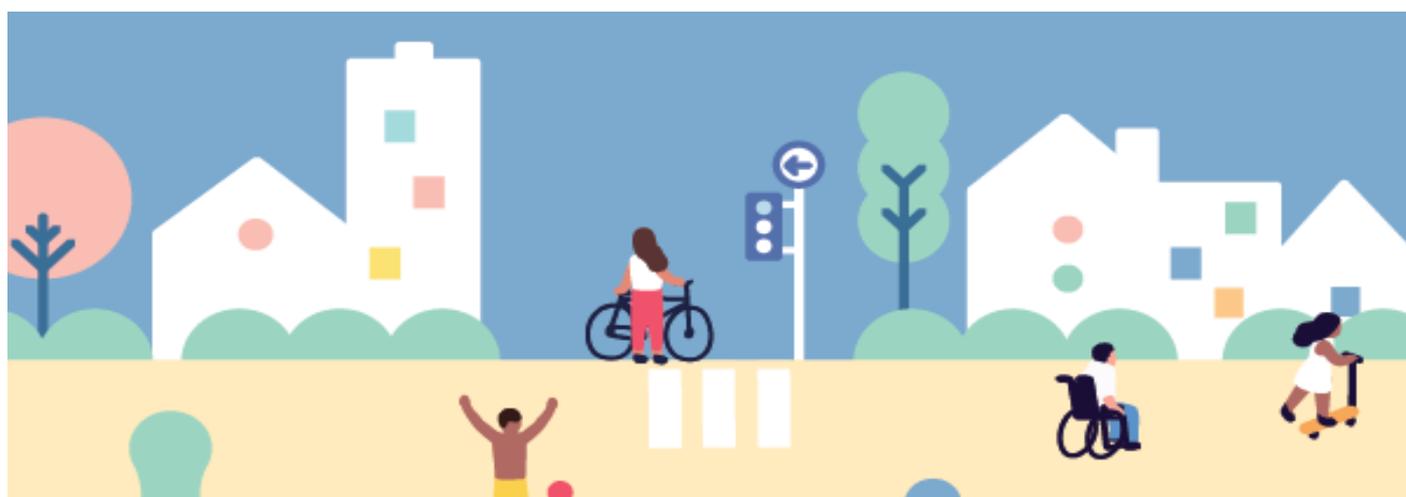
### Point d'orgue sur Ma Santé Mentale

Temps fort sur la santé mentale avec témoignages, chants, théâtre des adhérents du GEM et participation du public de façon ludique.

Pot convivial à la fin !

Proposé par le GEM Rebond 73.

Contact : [gem.rebond73@gmail.com](mailto:gem.rebond73@gmail.com), 07 69 67 80 04



## Maurienne

### TABLE RONDE



### « Troubles psychiques et emploi des solutions existent »

**Jeudi 19  
octobre  
17h30-19h30**

Salle Jean Louis  
Barrault, Théâtre  
Gerard Philippe  
entrée rue Brun  
Rollet

**Saint-Jean-de-  
Maurienne**

Ouvert à toutes et  
tous, gratuit

Comment faire pour accéder à l'emploi, quel accompagnement, quel dispositif pour le maintien dans l'emploi, pour les personnes en situation de handicap psychique ? Quelles difficultés rencontrent les personnes en situation de handicap psychique dans l'emploi ? Quels aides et accompagnements possibles ? Comment faire pour accéder à l'emploi, quel Intervenants ?

Débat animé par l'UNAFAM, avec les acteurs de l'emploi et partenaires du département et territoire de la Maurienne témoignages de jeunes et adultes, professionnels de Pôle Emploi, Cap Emploi, Mission locale, Espoir73, Deltha Savoie, École de la 2<sup>ème</sup> Chance, Repsy, Service de santé au travail, MDPH Pôle social du département de Maurienne, Agefiph.

Proposé et animé par l'UNAFAM 73, en lien avec les intervenants partenaires.

Contact : 73@unafam.org

### ANIMATION

**Jeudi 19  
octobre  
de 19h00 à  
20h30**

Cinéma L'embellie  
**Fourneaux**

Ouvert à toutes et  
tous, Gratuit



### Point d'orgue sur Ma Santé Mentale

Temps fort sur la santé mentale avec témoignages, chants, théâtre des adhérents du GEM et participation du public de façon ludique. Pot convivial à la fin !

Proposé par le GEM Rebond 73.

Contact : gem.rebond73@gmail.com, 07 69 67 80 04

## Semaine de la parentalité

**Une Semaine de la Parentalité, du 16 au 22 octobre 2023,  
sur toute la Savoie et pour toutes les familles.**

### AU PROGRAMME

Ateliers parents-enfants, conférences,  
portes ouvertes...pour petits et grands !

Retrouvez toute la programmation sur [www.reaap73.org](http://www.reaap73.org) ou



Réseau  
**Parentalité**





## Interventions / sensibilisations auprès de publics spécifiques

### Violences Sexuelles en mots et en scène :

**Représentation théâtrale-Séance scolaire "Intimité v(i)olée"** de l'auteure Amandine DEBARBIEUX-Cie Ziane

**Suivie d'une table ronde** Santé / Psychologie / Parentalité / Droit / Justice.

Proposé par l'association les Saintexupériens en partenariat avec la **Cité Scolaire Saint Exupéry**.

### Point d'orgue sur Ma Santé Mentale :

**Temps fort sur la santé mentale** avec témoignages, chants, théâtre des adhérents du GEM et participation des lycéens de façon ludique.

Proposé par le GEM Rebond 73 au **lycée professionnel des métiers de la montagne** et proposé par le CIAS de la 3CMA, et le GEM Rebond 73 au **Foyer des Jeunes Travailleurs de Saint-Jean-de-Maurienne**.

### Ma santé mentale en musique :

**Chants, théâtre et échange ludique sur la santé mentale, auprès des résidents des EHPAD - goûter convivial.**

Proposé par le GEM Rebond 73 en partenariat avec le CIAS de la 3CMA à l'**EHPAD La Provalière** de Saint-Michel-de-Maurienne, au **Foyer Bonne nouvelle** de Saint-Jean-de-Maurienne, et à l'**EHPAD Les Belles Saisons** de Val-d'Arc et à la **Résidence Pré Soleil** à Modane.

### Journée de sensibilisation avec l'intervention de M. Yannick DESCHARMES psychologue, auteur et conférencier :

**Intervention** auprès de différentes classes, notamment auprès des élèves du **lycée hôtelier de Challes-les-Eaux : conférence, échanges et quizz**, destinés aux lycées et étudiants

Proposé par France Dépression Savoie en partenariat avec la Mairie de Challes-les-Eaux, l'Institut de Formation en Soins Infirmiers et la Direction des Services Départementaux de l'Education Nationale.



## Interventions pour les professionnels et bénévoles d'association

### Présentation d'outils "Santé mentale et enfance" :

**Lundi 9 octobre, de 9h30 à 12h30, à Aime-La-Plagne**

Présentation de plusieurs outils pédagogiques pour aborder les questions de santé mentale avec les enfants.

Proposé par l'IREPS 73.

Gratuit, sur inscription auprès de l'IREPS 73. Contact : merry.blanc@ireps-ara.org

### Conférence "Pourquoi et comment prendre soin de soi en tant que soignant ?" :

**Mardi 10 octobre, de 20h00 à 21h30, La Base, Espace Malraux à Chambéry**

Pourquoi prendre soin de soi ? par Nathalie Ayet, psychologue du travail.

Comment prendre soin de soi ? par Véronique Ducrettet, psychologue clinicienne.

Proposé par l'association Parenthèse Savoie et la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé de Chambéry Agglo en partenariat avec la MACSF.

Contact : parenthese.savoie@gmail.com

## Les évènements, date par date !

Date	Horaires	Lieu	Evènement
<b>Du 3 au 27 octobre</b>	Horaires d'ouverture de l'espace culturel	Saint-Jean-de-Maurienne	<b>Exposition "Santé mentale : tous concernés !"</b>
<b>Lundi 9 octobre</b>	14h00 - 16h00	Albertville	<b>Décor itinérant et temps convivial au GEM Renaissance</b>
<b>Mardi 10 octobre</b>	14h00 - 16h00	Albertville	<b>Décor itinérant et temps convivial au Chardon Bleu</b>
<b>Mardi 10 octobre</b>	15h00	Bassens	<b>La petite chronique de Anna Magdalena Bach</b>
<b>Mardi 10 octobre</b>	17h30-19h30	Albertville	<b>« Troubles psychiques et emploi : des solutions existent »</b>
<b>Mercredi 11 octobre</b>	11h00 - 17h00	Jacob-Bellecombette	<b>« Psytruck » : Escale du camion où l'on parle de santé mentale !</b>
<b>Mercredi 11 octobre</b>	14h00 - 16h00	Albertville	<b>Décor itinérant et temps convivial au Tiers Lieu Vita'mine</b>
<b>Mercredi 11 octobre</b>	19h45	Albertville	<b>Représentation théâtrale « Intimité V(i)olée »</b>
<b>Jeudi 12 octobre</b>	Journée	Aix-les-Bains	<b>Portes ouvertes du GEM Horizon 73</b>
<b>Jeudi 12 octobre</b>	18h30	Albertville	<b>Décor itinérant et temps convivial au Dôme Cinéma</b>
<b>Jeudi 12 octobre</b>	20h30	Albertville	<b>Ciné-Débat " Sur l'Adamant "</b>
<b>Jeudi 12 octobre</b>	19h30	Saint-Pierre d'Entremont	<b>Ciné-Débat " Sur l'Adamant "</b>
<b>Du 13 au 20 octobre</b>	9h00-18h00	Porte de Savoie	<b>" Exposition Santé mentale, Tous concernés ! "</b>
<b>Vendredi 13 octobre</b>	19h45	Bourg-Saint-Maurice	<b>Représentation théâtrale « Intimité V(i)olée »</b>
<b>Mardi 17 octobre</b>	14h00 à- 17h00	Chambéry	<b>Portes ouvertes au GEM l'OASIS</b>

## Les évènements, date par date !

Date	Horaires	Lieu	Evènement
<b>Mardi 17 octobre</b>	18h30	Moûtiers	<b>Ciné-débat "La forêt de mon père"</b>
<b>Mardi 17 octobre</b>	19h00 à- 20h30	Val-d'Arc	<b>Point d'orgue sur Ma Santé Mentale</b>
<b>Mardi 17 octobre</b>	19h30	Chambéry	<b>Ciné discussion "Etat limite"</b>
<b>Mercredi 18 octobre</b>	9h00-12h00	Aix-les-Bains	<b>"Le kiosque aux projets"</b>
<b>Mercredi 18 octobre</b>	14h00-16h00	Aix-les-Bains	<b>Le rétablissement et la santé mentale</b>
<b>Mercredi 18 octobre</b>	15h30-17h30	Entre-Deux-Guiers	<b>Exposition Santé mentale et Art brut : à tous les âges de la vie !</b>
<b>Mercredi 18 octobre</b>	16h00-18h00	Aix-les-Bains	<b>Santé mentale : se ressourcer en tant qu'aidant</b>
<b>Mercredi 18 octobre</b>	18h00	Bassens	<b>"Vieillesse et trouble psychique"</b>
<b>Jeudi 19 octobre</b>	9h30 -12h00	Entremont-le-Vieux	<b>Portes ouvertes du HABERT !</b>
<b>Jeudi 19 octobre</b>	17h30	Saint-Jean-de-Maurienne	<b>« Troubles psychiques et emploi des solutions existent »</b>
<b>Jeudi 19 octobre</b>	19h00 -20h30	Fourneaux	<b>Point d'orgue sur Ma Santé Mentale</b>
<b>Jeudi 19 octobre</b>	19h00	Chambéry	<b>Conférence « la Santé mentale positive, le fitness du corps mais aussi de l'esprit »</b>
<b>Vendredi 20 octobre</b>	19h30	Saint-Genix-les-Villages	<b>Ciné-Débat " Sur l'Adamant "</b>
<b>Vendredi 20 octobre</b>	19h30	Aix-les-Bains	<b>Ciné-débat « The Father »</b>
<b>Samedi 21 octobre</b>	10h00 - 17h00	Aix-les-Bains	<b>Animations sur la santé mentale</b>
<b>Samedi 21 octobre</b>	13h30- 16h30	Moutiers	<b>"Parlons santé mentale en famille"</b>





# Semaines d'information sur la santé mentale

En Savoie, la coordination départementale des SISM est assurée par la délégation 73 de l'IREPS ARA ainsi que la délégation UNAFAM 73, avec le soutien du CHS de la Savoie (comme prévu par la fiche n°24 du Projet territorial de santé mentale de la Savoie, validé par l'ARS ARA). Les actions sont portées en territoire par l'ensemble des partenaires cités ci-dessous ainsi que les Conseil locaux de santé mentale des villes d'Aix les Bains, Chambéry, Saint Jean de Maurienne et Albertville.

