

SISM 2022 - BASSIN ALESIEN
PROGRAMME

‘Santé mentale et environnement’



Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont l'occasion chaque année, d'organiser dans toute la France des actions, à destination de tous les publics (associations, professionnels, bénévoles, citoyens...), visant à rassembler, informer, sensibiliser, débattre autour de thématiques mises en lien avec la santé mentale, de faire connaître les ressources locales et favoriser la communication et le travail ensemble des acteurs de la santé mentale.

Cette année, les SISM ont pour thème « Santé Mentale et environnement ».

Cette thématique cible la dimension physique de notre environnement qui impacte notre équilibre psychique à au moins 3 niveaux : - L'environnement immédiat : logement (accès, maintien, qualité etc.) - L'environnement plus large : aménagements des communes (infrastructures, qualité du réseau de transport en commun, présence et accès à la nature et la biodiversité) - L'environnement plus lointain : la planète et la crise écologique actuelle. »

Dans ce cadre, le Réseau Santé Mentale et le collectif SISM du bassin alésien proposent comme chaque année des **Espaces de rencontres, d'échanges et d'information, gratuits et ouverts à tous, sur réservation dans la limite des places disponibles**, détaillés dans le programme ci-dessous que nous vous invitons à diffuser largement auprès de votre entourage, professionnel et personnel.

Renseignements et inscriptions auprès de l'Association Reseda :

Tel : 04 30 38 02 05 / email : secretariat@reseda-santecevennes.fr

en indiquant vos : noms, prénoms, e-mail

et téléphone (indispensable pour être prévenu en cas de changement de dernière minute)

En espérant vous accueillir nombreux sur ces espaces de rencontres et d'échanges.

Le Collectif des SISM 2022 du bassin alésien**

PORTES OUVERTES ET VISITES DE STRUCTURES
sur les thèmes 'Santé mentale et... habitat, jardin, énergies, animaux, voyage...'

➤ **Mardi 11 octobre, de 9h à 12h**

Pension de famille Les Papillons de La Clède

350 avenue du Dr Jean Goubert, 30100 Alès (ligne de bus 2, arrêt Verseau)

/!\ Nombre de places limité, sur inscription sur 1 des 3 créneaux suivants :

→ 9h - 10h ou 10h - 11h ou 11h - 12h

Visite et présentation par les hôtes et résidents de la pension de famille, logement adapté avec espaces individuels et collectifs, qui accueille et accompagne, sur orientation du SIAO*, des personnes isolées, autonomes et bénéficiant d'un revenu minimum.

<https://www.laclede.fr/index.php/nos-activites/logement/pensions-de-famille>

➤ **Jeudi 13 octobre, de 10h à 12h**

Ferme du Foyer de vie L'Oustalado et Pépinière de l'ESAT Les Gardons

1378 Route de Mazac - Le Valat d'Arias 30 340 Salindres

/!\ Être équipé de chaussures adaptées au jardin et aux parcs des animaux (baskets).

Evènement reporté en cas de pluie.

La ferme de l'Oustalado ouvre ses portes exceptionnellement pour la visite d'un lieu où "l'on prend soin de soi en prenant soin des animaux et du jardin" et la rencontre des personnes qui font vivre ce lieu.

<https://unapei30.fr/etablisements/foyer-loustalado/>

L'ESAT les Gardons vous accueille pour une présentation des activités de sa pépinière (espace de vente et de production) et de ses missions auprès des personnes en situation de handicap. Accueil possible par groupe de 6 personnes.

<https://unapei30.fr/etablisements/esat-les-gardons/>

➤ **Vendredi 14 octobre, de 10h à 12h**

Hôpital de jour du Mas Chalon

51 rue des Orangers, 30100 Alès - 06 77 73 60 07

/!\ Être équipé de chaussures adaptées au jardin

Rencontre des jardiniers et présentation des ateliers thérapeutiques au jardin.

<http://www.ch-ales.fr/psychiatrie-adulte/>

➤ **Lundi 17 octobre, de 13h30 à 17h**

GEM L'Emeraude

15 Bis Rue d'Avéjan, 30100 Alès

/!\ Nombre de places limité, sur inscription sur 1 des 2 créneaux suivants :

→ 13h30 - 15h ou 15h30 - 17h.

Présentation de 3 ateliers sur le thème du voyage :

Voyage-découverte (Tahiti) ; voyage intérieur (sophrologie) ; voyage par procuration (vélowtech).

<https://gem-emmaude.fr/>

➤ **Mardi 18 octobre, de 13h30 à 17h**

Eco Loge Toit - SEP La Grand Combe

5 rue Pasteur, 30110 La Grand Combe

/!\ Nombre de places limité, sur inscription sur 1 des 2 créneaux suivants :

→ 13h30 - 15h ou 15h30 - 17h

Visite du lieu ressource et activités ludiques : sur les questions relatives au logement ou aux énergies...

<https://www.sep-asso.fr/environnement-habitat-cadre-de-vie/eco-loge-toit/>

➤ **Vendredi 21 octobre, de 10h à 12h et de 13h30 à 15h30**

Les Jardins des Terrasses du Bosquet (Centre de Pomologie)

Rue d'Hombres Firmas, parc du Bosquet, Alès

/!\ Nombre de places limité, sur inscription sur 1 des 2 créneaux suivants :

→ 10h - 12h ou 13h30 - 15h30

Visite du jardin pédagogique ethnobotanique et d'acclimatation.

<https://pomologie.ville-ales.fr/jardin-ethnobotanique-et-dacclimatation-les-terrasses-du-bosquet/>

JOURNEE PARCOURS SANTE, ATELIERS ET FORUM D'ASSOCIATIONS

➤ Jeudi 20 octobre, de 10h à 16h, repas tiré du sac

Parcours santé du Centre Hospitalier Alès Cévennes (en face de l'IFSI)

811 avenue du Dr Jean Goubert, Alès

/!\ Être équipé pour le sport et l'extérieur

Les bienfaits de l'activité physique ne se limitent pas au corps ! Avoir une activité physique régulière, c'est aussi prendre soin de sa santé mentale.

Ateliers de sport adapté avec le CDSA, le DAIS et l'Université de Nîmes : Orientation-chasse à l'image, Savoir rouler à vélo, Equilibre, Coopération (footgolf/hand), Adresse (carabine laser/pétanque/tir à l'arc), Evaluation de la condition physique...

Et stands et animations autour de l'alimentation, les énergies, l'air, le climat, avec le SAM du CABA, Eco'Loge Toit du SEP La Grand Combe, La Ligue contre le cancer, l'UNAFAM, l'UNAPEI 30, Association Bâti Poucet...

L'Association Voyages Culturels proposera un lâcher de livres.

CINE - DISCUSSION

➤ Vendredi 21 octobre de 18h à 20h environ

Salle du Capitole

Place de la mairie, 30100 Alès

Projection du film de Lola Gans *Qu'est-ce qu'on va faire de Jacques ?*

Synopsis : À la mort de leur père, Louise, Fabien et Estelle se retrouvent démunis face à leur frère, Jacques, atteint de troubles schizophréniques qu'ils doivent désormais prendre à leur charge. Pour Louise, l'expérience va se révéler décisive.

Suivie d'une discussion animée par l'UNAFAM

****Ont pris part au collectif SISM2022 :**

GEM* L'Emeraude, délégation du Gard de l'UNAFAM* ; services de psychiatrie du Centre Hospitalier Alès Cévennes (HDJ* Mas Chalon) ; SAM* et SAMSAH* du CABA* ; SAVS* et Foyer de vie L'Oustalado ; ESAT* Les Gardons (UNAPEI*30) ; Vivadom Egide, ATG* ; PCAET* Alès Agglomération ; CPIE* ; Centre National de Pomologie ; Association La Clède ; Le SEP* et Eco'Loge Toit ; CDSA30* et DAIS* ; La Ligue Contre le Cancer ; association Bâti Poucet ...

ATG : Association Tutélaire du Gard

CPIE : Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement

CABA : Collectif Associatif du Bassin Alésien

CDSA : Comité Départemental du Sport Adapté

DAIS : Dispositif d'Appui à l'Inclusion Sportive

ESAT : Etablissement et Service d'Aide par le Travail

GEM : Groupe d'Entraide Mutuelle

HDJ : Hôpital de Jour

PCAET : Plan Climat Air Energie Territorial

SAM : Service d'Activités et de Médiation

SAMSAH : Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés

SAVS : Service d'Accompagnement à la Vie Sociale

SEP : Service d'Entraide Protestant

SIAO : Service Intégré d'Accueil et d'Orientation

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

UNAPEI : Union Nationale des Associations de Parents d'Enfants Inadaptés