

35<sup>e</sup>  
ÉDITION



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



# LE PROGRAMME EN LOZÈRE

Découvrez le détail des événements **GRATUITS**  
des Semaines d'Information sur la Santé Mentale  
(SISM) 2024 en Lozère



## SUR LES ONDES LOZÉRIENNES

**Diffusion radio et podcast** Du 7 au 20 octobre 2024 sur la radio TOTEM

Diffusions radio et podcasts du micro trottoir réalisé le 13 août à Mende, Florac et La Canourgue sur la question « Qu'est-ce que la normalité ? » et de textes rédigés par les Gemmeurs à l'occasion d'ateliers écriture sur le thème « Mise en lumière de personnes comme les autres ».

**Organisation :** GEM les 4 roches



## ÉVÉNEMENTS À FLORAC

**Ciné-causerie, repas partagé, atelier activité physique**

**Le 11 octobre 2024 de 9h30 à 16h30 au Château du parc national des Cévennes, Florac**

Projection d'un film sur la santé mentale, échange, repas partagé, atelier activité physique

**Organisation :** Unafam, CLS Gorges Causse Cévennes (région Florac), GEM, Association Siel Bleu...

**Renseignements :** Association Siel Bleu, 07 60 92 77 92

**Atelier ludique et expérientiel** Le 18 octobre 2024 de 10h à 12h à la Salle des associations, 5 place Paul Comte, Florac

Atelier expérientiel, ludique et pédagogique autour de la santé mentale, des représentations associées, ainsi que sur les ressources locales et nationales existantes.

**Réservé au public des dispositifs AHI.**

**Organisation :** La Boussole / SIAO et l'association Quoi de neuf



## ÉVÉNEMENTS À LANGOGNE

**Journée « Santé, bien-être »** Le 9 octobre 2024 à 14h à 19h à la Salle polyvalente, Langogne

### INFORMATIONS ET ANIMATIONS AUTOUR DE LA SANTÉ ET DU BIEN-ÊTRE

Santé mentale, Activité physique et sport, Addictions, Parentalité, Alimentation et Environnement, Perturbateurs Endocriniens, Santé sexuelle, Diabète, Accès aux droits, Culture, Lien Social

### ATELIERS

Ecriture, Sophrologie, Yoga, Self Défense, Animation forestière

### CONFÉRENCE THÉÂTRALISÉE

“Un bon bol d'air” à 18h

**Organisation :** Collectif BOTSS en association avec : Secours populaire, Hôpital Lozère, Département Lozère, Communauté de commune du Haut Allier Margeride, Ville de Langogne, Espace48Jeunes, CPIE-REEL, CCSS, ARS, GEM les 4 Roches, France Terre d'Asile, Centre hospitalier François Tosquelles, Addiction France, Croix rouge Française, Cité Cap, MSA, Bibliothèque haut Allier, Assurance Maladie service social, Carsat, Agence Lozérienne de la Mobilité, CPTS Lozer'EST, Cap emploi Lozère, Le planning Familial 48, Présence Rurale

**Atelier ludique et expérientiel** Le 10 octobre 2024 de 10h à 12h à l'Espace Kalipolys, Langogne

Atelier expérientiel, ludique et pédagogique autour de la santé mentale, des représentations associées, ainsi que sur les ressources locales et nationales existantes.

**Réservé au public des dispositifs AHI.**

**Organisation :** La Boussole / SIAO en association avec les structures du Secours populaire et Kalipolys

**Projection cinéma - Rencontre inter GEM** Le 11 octobre 2024 à 18h au Cinéma René Raynal, Langogne

Film sur le projet « GEM le canal » porté par le GEM microsillons qui consiste en un périple en péniche parcourant le canal du midi, au gré d'étapes festives, pour la sensibilisation à la santé mentale et aux problématiques psychiques.

Intervention des Gemmeurs microsillons/Echange

**Organisation :** GEM les 4 roches en partenariat avec le GEM Microsillon de Toulouse, cinéma Raynal de Langogne avec la participation financière de la mutualité Française

**Renseignements et réservation :** 04 66 46 80 75



## ÉVÉNEMENTS À MARVEJOLS

**Portes ouvertes au GEM** Le 5 octobre 2024 à l'Antenne de Marvejols, GEM les 4 roches, 28 boulevard Chambrun, Marvejols

**Organisation :** GEM les 4 roches

**Sélection d'ouvrages sur la santé mentale** Du 7 au 20 octobre 2024 à la Bibliothèque, Marvejols

Sélection d'ouvrages sur la santé Mentale et ressources en santé mentale : bien-être développement personnel.

**Organisation :** Bibliothèque Médiathèque du Gévaudan

**Projection cinéma** Le 10 octobre 2024 à 18h au Cinéma Le Trianon, Marvejols

Déstigmatisation de la souffrance psychique et santé mentale au travers de la question de la norme.

**Organisation :** GEM les 4 roches en partenariat avec le GEM Microsillon de Toulouse, cinéma Le Trianon de Marvejols avec la participation financière de la mutualité Française

**Renseignements et réservation :** 04 66 32 01 14

**Atelier sportif / jeu (cartes)** Le 16 octobre 2024 au Jardin public de la bibliothèque, Marvejols

Sensibilisation aux bienfaits de l'activité physique sur la santé mentale ½ journée sur Marvejols.

**Organisation :** CDOS, Maison Sport Santé de Montrodat et Viapsy

**Ateliers ludiques et expérientiel** Le 17 octobre 2024 de 10 à 12h à l'Accueil de jour La Perm, Marvejols

Atelier expérientiel, ludique et pédagogique autour de la santé mentale, des représentations associées, ainsi que sur les ressources locales et nationales existantes.

*Réservé au public des dispositifs AHI.*

**Organisation :** La Boussole / SIAO et l'association Aurore



## ÉVÉNEMENTS À MENDE

**Exposition à la villa Malzac** Du 22 septembre au 22 octobre 2024 à la Villa Malzac, Mende

Exposition d'ouvrages réalisés par les adhérents des GEM les 4 roches.

**Organisation :** GEM les 4 roches

**Renseignements et inscription :** 06 42 32 27 34

**Atelier participatif** Le 8 octobre 2024 de 14h à 16h au lieu d'accueil de l'Association AURORE, Mende

Atelier expérientiel, ludique et pédagogique autour de la santé mentale, des représentations associées, ainsi que sur les ressources locales et nationales existantes.

*Réservé au public des dispositifs AHI.*

**Organisation :** La Boussole / SIAO avec l'association Aurore – CEJ-JR / déplacés d'Ukraine / réinstallés

**La Traverse : Réservé au public des dispositifs AHI**

**Le 15 octobre de 10 à 12h au bureau de l'Accueil de Jour, Mende**

*Pour le public de l'Accueil de jour (ADJ) et du Centre d'Hébergement et Réinsertion Sociale (CHRS).*

**Le 16 octobre 2024 de 14h à 16h à l'accueil de jour de la Traverse, Mende**

*Pour le public de l'Hébergement d'Urgence Demandeurs d'Asile (HUDA).*

**Le 18 octobre de 10 à 12h à la Maison Relai, Mende**

*Pour le public du Pôle Logement.*

Atelier expérientiel, ludique et pédagogique autour de la santé mentale, des représentations associées, ainsi que sur les ressources locales et nationales existantes.

**Organisation :** La Boussole / SIAO en association avec l'association La Traverse



## ÉVÉNEMENT SAINT-ALBAN

**Journée découverte activités physiques et sportives** Le 10 octobre 2024 de 10h à 16h au gymnase et au boulodrome, Saint-Alban

Découvrir ou redécouvrir des activités physiques et sportives avec les différents acteurs du sport ; sensibiliser et informer le public en situation de handicap psychique (hôpital psy de Saint-Alban et ses antennes, foyer de vie de St Alban).

**Public :** patients et usagers du CHFT

**Organisation :** Centre Hospitalier François Tosquelles CHFT, Comité départemental du sport adapté Lozère CDSA, Comité départemental Olympique et Sportif CDOS, Cite ap



## ÉVÈNEMENT À SAINT-CHÉLY

Stand sur la santé mentale Le 11 octobre 2024 de 10h à 12h à La Perm, Saint-Chély

Animation d'un stand sur la santé mentale, les représentations associées, ainsi que sur les ressources locales et nationales existantes.  
**Réservé au public des dispositifs AHI.**

**Organisation :** La Boussole / SIAO et l'association Aurore



## ÉVÈNEMENT À SAINTE-CROIX-VALLÉE-FRANÇAISE

Ciné-causerie Le 4 octobre 2024 à 19h30 à la Salle Polyvalente Le Pibulio, Sainte-Croix-Vallée-Française

Projection du film « le grand bain » de Gilles Lellouche qui évoque le lien entre santé mentale et l'activité physique en l'occurrence la natation. A l'issue de la projection l'échange sera nourri par l'association GymJvais, Johanne (IDE Asalée) et le Dr. Jean-Marc Marechal.

**Organisation :** Maison de Santé Pluriprofessionnelles MSP Cévennes Lozère  
**Renseignements :** MSP Cévennes Lozère : 06 07 11 78 37



## AUTRE ÉVÈNEMENT SISM EN LOZÈRE

Diffusion d'un livret de recueil d'écrits Du 7 au 20 octobre 2024 aux 4 antennes GEM Lozère à Mende, Florac, Marvejols, Langogne

Mise à disposition d'un livret de recueil d'écrits rédigés par les adhérents, disponible sur les 4 antennes, présenté à la journée santé bien-être de Langogne et sur le marché de Florac le 17 octobre

**Organisation :** GEM les 4 roches

**Dépliant réalisé par Promotion Santé Occitanie.**

Pour plus d'informations concernant les Semaines d'Information sur la Santé Mentale en Occitanie, rendez-vous sur le site de Promotion Santé Occitanie grâce au Qr Code ci-contre ou à l'adresse :

[promotion-sante-occitanie.org/nos-actions/sism-2024](https://promotion-sante-occitanie.org/nos-actions/sism-2024)

