

# LES ACTEURS DE LA VILLE DE NÎMES ORGANISENT UNE SEMAINE DE MOUVEMENT POUR LA SANTÉ MENTALE DE TOUS SES HABITANTS

35<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale  
*psm*



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)



PLUS D'INFOS : 07 81 74 88 86 6 - [coordo.ptsm30@gmail.com](mailto:coordo.ptsm30@gmail.com)

## Lundi 7 octobre à 18h30 - Cinéma le Sémaphore

### Ciné-Débat

- 18h30 Projection du documentaire « Les optimistes » de Gunhild Westhagen Magnor, un documentaire norvégien tout en joie dans le mouvement
- 19h30 Intervention-débat avec le public

## Mercredi 16 octobre - Bosquet des Jardins de la fontaine

### La journée des GEM "Venez muscler votre sourire"

Autour des GEM Alter Egaux et ArteGEM, avec la participation des DAIS, CODES 30, MDA, ADRH, CHU de Nîmes autour des équipes Psytruck, Villa Orygen, et Hype :

- 10h00 à 12h00 Stand infos + Buvette 12h00 Pique-nique en musique  
10h30 : Atelier Gym 14h00 Balade guidée  
11h30 : Flash Mob 15h30 Arrivée à la Tour Magne

## Sur toute la quinzaine, la médiathèque Léon Bernard et le Centre social les Mille couleurs parlent de la santé mentale à l'Espace Léon Vergnole

- **Tout le mois d'octobre** un présentoir dédié à la santé mentale pour découvrir livres (romans, témoignages, etc.), films et musiques sur le sujet.
- Le **7 octobre**, vernissage de l'exposition Visuallys, proposée par le Centre social les Mille Couleurs, et portant sur l'Intelligence Artificielle dans l'expression des émotions, en partenariat avec le CODES 30 et la Maison des Adolescents du Gard.
- Le **29 octobre**, un "instant critique" qui propose un espace d'échanges et de débats sur ce thème.

## Jeudi 17 octobre, avec la journée "Santé des étudiants",

l'Université de Nîmes booste en mouvement le moral des étudiants

- Visite du laboratoire de la nouvelle Maison Sport Santé Universitaire (MSSU).
- Ateliers ludiques pour les étudiants par l'enseignant d'Activité Physique Adapté de la MSS.
- Stand d'information et d'orientation tenu par la MSSU et le service de santé étudiante (SSE) dans la cour centrale de l'université du site Vauban.

## Du 17 septembre au 17 octobre

Le « Défi marche » du Dispositif d'Appui à l'Inclusion Sportive (DAIS)

Le Défi marche est organisé sur l'ensemble du département. Il consiste à faire le plus de pas pendant un mois. Chaque participant s'inscrit, et note le nombre de pas chaque jour. Les résultats à Nîmes seront présentés le **16 octobre**, au cours de la journée des GEM aux Jardins de la Fontaine.