

34<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur  
la santé mentale



Ma santé mentale  
à tous les âges de la vie.  
\*Inspiré de la thématique annuelle nationale.

9 - 19 Octobre 2023

# OUVERTURE

Lundi 9 octobre 2023  
de 14h à 17h

TOUT PUBLIC

**Bourg-en-Bresse**

📍 L'Atelier  
30 bis rue Saint Exupéry  
01100 Oyonnax

## Démêlons le vrai du faux pour notre bien-être

Evoquer les idées reçues qui circulent dans la société autour de la santé mentale à tous les âges de la vie, à travers des jeux de questions-réponses

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Conseil Local de Santé Mentale d'Oyonnax-Bellignat

**PARTENAIRES** Ville de Bellignat, Ville d'Oyonnax, Réseau du CLSM

**CONTACT** M<sup>me</sup> Marina PEUVERGNE  
marina.peuvernne@orsac-cpa01.fr  
06 14 60 51 00

Lundi 9 octobre 2023  
de 14h30 à 17h

TOUT PUBLIC

**Bourg-en-Bresse**

📍 Maison de la Culture et de la Citoyenneté  
4 allée des Brotteaux  
01000 Bourg-en-Bresse

## Spectacle CÉ KOI LE SENS DE LA VIE ?

Solo clownesque. Aller vers une autre vision de la vie. Un spectacle drôle, décalé et nécessaire !

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEURS** UNAFAM 01, APAJH  
Plateforme de répit des aidants

**PARTENAIRE** La Compagnie du Oui

**CONTACT** UNAFAM 01 ou APAJH Plateforme de répit des aidants  
01@unafam.org  
ou plateforme-repit01@apajh.asso.fr  
07 81 54 96 83 ou 04 74 22 99 99

Mardi 10 octobre 2023  
de 10h à 12h

TOUT PUBLIC

**Bourg-en-Bresse**

📍 GEM A'VENIR  
35 avenue de Marboz  
01000 Bourg-en-Bresse

## Restaurant éphémère au GEM A'Venir

Les jeunes de l'ITEP des Alaniers de Brou se joignent aux adhérents du GEM pour vous proposer un repas « fait maison ».

**TARIF** 12€ sous forme de don

**ORGANISATEUR** GEM A'Venir de Bourg-en-Bresse

**PARTENAIRE** ITEP des Alaniers de Brou

**CONTACT** M<sup>me</sup> Florie BESSONNARD  
gemdebourg@gmail.com  
06 41 17 08 61 ou 04 74 25 02 99

Mercredi 11 octobre 2023  
de 14h à 16h

**Bourg-en-Bresse**

📍 Accueil de jour femmes et enfants, ADSEA01  
12 place Carriat  
01000 Bourg-en-Bresse

## Le conte créatif dans les situations de violence

Découverte de la médiation de conte créatif pour les enfants victimes ou témoins de violences, et de la prise en charge groupale du psychotraumatisme pour les enfants de 6 à 12 ans.

**PUBLIC** Professionnels

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEUR** Accueil de jour femmes et enfants ADSEA01

**CONTACT** Secrétariat  
accueildejour.femmes@sauvegarde01.fr  
04 74 32 55 93

Mercredi 11 octobre 2023  
de 18h30 à 21h

TOUT PUBLIC

**Bourg-en-Bresse**

📍 Campus de Bourg-en-Bresse, Université Lyon 3  
2 rue du 23<sup>ème</sup> Régiment d'Infanterie  
01000 Bourg-en-Bresse

## Image corporelle, média et santé

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEURS** Université Lyon 3 - Campus Bourg-en-Bresse, Pèse-Plume 01

**PARTENAIRE** M<sup>me</sup> Aurélie HOU BRE, diététicienne et chargée en promotion de la santé

**CONTACT** M. Ludovic ORGE  
peseplume01@gmail.com  
06 87 19 12 17

## Mercredi 11 octobre 2023 de 18h30 à 21h

### Bourg-en-Bresse

📍 Médiathèque Aimé Césaire  
1 place Jean-Michel Bertrand  
01000 Bourg-en-Bresse

#### Les troubles du comportement alimentaire chez les enfants ou adolescents

Possibilité d'assister à cet événement en visioconférence.

Anorexie, boulimie : Qu'est-ce que cela recouvre vraiment ? Quels sont les signaux d'alerte ? Que faire ? À qui s'adresser ? Comment accompagner le jeune ? Les bouleversements dans la famille ? Venez rencontrer d'autres parents et des professionnels.

Conférence animée par Patrick WOLFF, vice-président de l'APAB, et des soignants de l'Établissement de santé MGEN de Chanay

**PUBLIC** Adultes

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEUR** UNAFAM 01

**PARTENAIRES** Association des Parents d'Anorexiques et Boulimiques, Établissement de Santé pour adolescents de Chanay

**CONTACT** UNAFAM 01  
01@unafam.org  
07 81 54 96 83

## Mercredi 11 octobre 2023 TOUT PUBLIC à 20h

### Oyonnax

📍 Centre culturel Aragon  
88 cours de Verdun  
01100 Oyonnax

#### Séance de ciné-débat « Le soleil de trop près ».

Projection d'un film sur les troubles psychiques. Pour plus de renseignements, prendre contact avec la coordinatrice.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Conseil Local de Santé de Mentale d'Oyonnax-Bellignat

**PARTENAIRES** Ville de Bellignat, Ville d'Oyonnax, Réseau du CLSM, Centre culturel Aragon d'Oyonnax

**CONTACT** M<sup>me</sup> Marina PEUVERGNE  
marina.peuvergne@orsac-cpa01.fr  
06 14 60 51 00

## Jeudi 12 octobre 2023 de 9h à 17h

### Bellignat

📍 Maison associative Fernand Sambardy  
1 rue du bac  
01100 Bellignat

#### La (dé)stigmatisation des troubles psychiques

Journée pour aborder les troubles psychiques sous l'angle de la déstigmatisation.

Conférences ouvertes à tout professionnel suivies d'ateliers réservés en priorité aux partenaires du territoire.

**PUBLIC** Professionnels

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEUR** Conseil Local de Santé Mentale d'Oyonnax-Bellignat

**PARTENAIRES** Ville de Bellignat, Ville d'Oyonnax, Réseau du CLSM

**CONTACT** M<sup>me</sup> Marina PEUVERGNE  
marina.peuvergne@orsac-cpa01.fr  
06 14 60 51 00

## Jeudi 12 octobre 2023 TOUT PUBLIC de 9h30 à 12h

### Bourg-en-Bresse

📍 ADEA  
rue du Peloux  
01000 Bourg-en-Bresse

#### Projection « Agir pour ne plus subir »

Projection d'une vidéo « Agir pour ne plus subir », suivie d'un temps d'échange avec les acteurs de la vidéo.

Cette réalisation a été pensée, construite et tournée par le groupe thématique de l'accueil de jour des PEP71 de Mâcon.

Elle témoigne du parcours de vie de six personnes concernées par la maladie psychique, et du travail effectué ensemble au sein du groupe dans une approche orientée vers leur rétablissement.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEURS** ADEA formations, Pèse Plume 01

**PARTENAIRE** Groupe thématique de l'accueil de jour des PEP71 de Mâcon

**CONTACT** M. Ludovic ORGE  
peseplume01@gmail.com  
06 87 19 12 17

**Jeudi 12 octobre 2023**  
de 18h30 à 21h

TOUT PUBLIC

## Bourg-en-Bresse

ADEA  
rue du Peloux  
01000 Bourg-en-Bresse

### L'anxiété sociale chez les jeunes et la phobie scolaire

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription  
**ORGANISATEURS** ADEA formations, Pèse Plume 01

**PARTENAIRES** Association de phobie scolaire 01, Etablissement de Santé pour adolescents de Chanay, M<sup>me</sup> Sonia GROBON, psycho-thérapeute

**CONTACT** M. Ludovic ORGE  
peseplume01@gmail.com  
06 87 19 12 17

**Jeudi 12 octobre 2023**  
de 14h30 à 15h30

TOUT PUBLIC

## Montrevel-en-Bresse

Salle des fêtes  
Place de la Résistance  
01340 Montrevel-en-Bresse

### Moments de vie et de partage à l'EHPAD

Rendu des ateliers faits en partenariat avec l'EHPAD de Montrevel-en-Bresse sous forme d'un vidéomontage.

Lors des séances, les adhérents du GEM avec les résidents de l'EHPAD, miment la chanson de Florent PAGNY : « Savoir aimer ».

Ces séances ont pour but de sortir les résidents de leur solitude, amener de l'inter-action et retrouver la joie de vivre.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** GEM Tendre la Main de Montrevel-en-Bresse

**PARTENAIRES** EHPAD de Montrevel-en-Bresse, Socio-esthéticienne de Chrysalide

**CONTACT** M<sup>me</sup> Adeline PRAQUIN  
gem.tendrelamain@orange.fr  
04 74 30 89 61

**Vendredi 13 octobre 2023**  
de 13h30 à 17h

TOUT PUBLIC

## Ambérieu-en-Bugey

GEM'Ambé  
4 rue Marius Berliet  
01500 Ambérieu-en-Bugey

### Porte-ouverte du GEM'Ambé

Venez découvrir ce qu'est un Groupe d'Entraide Mutuelle. Des échanges de parcours autour d'une collation/goûter sont prévus.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre

**ORGANISATEUR** GEM'Ambé

**CONTACT** Charlotte du GEM'Ambé  
gemambe01@hotmail.com  
07 83 50 49 66

**Vendredi 13 octobre 2023**  
de 14h30 à 16h30

TOUT PUBLIC

## Bourg-en-Bresse

Maison de la Culture et de la Citoyenneté  
4 allée des Brotteaux  
01000 Bourg-en-Bresse

### Vieillessement et santé mentale

Au cours de la vie, nous faisons face à plusieurs "crises de vie". Ces crises peuvent entraîner une souffrance psychique qui pourrait n'être que temporaire.

Comment y faire face et avec l'aide de qui ?

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEURS** Cellule de prévention des situations de détresse de la personne âgée de l'Association Ain/Appui, Dispositif Personnes Âgées du CPA

**CONTACT** M<sup>me</sup> Stéphanie FLORIN  
stephanie.florin@orsac-cpa01.fr  
04 74 52 29 54

**Samedi 14 octobre 2023**  
de 9h15 à 17h30

TOUT PUBLIC

## Bourg-en-Bresse

Maison de la Culture et de la Citoyenneté  
4 allée des Brotteaux  
01000 Bourg-en-Bresse

### Journée d'information « Troubles du comportement de l'enfant et de l'adolescent »

Vous voulez savoir ce qui doit vous alerter ? À quels professionnels s'adresser et comment le faire ?

Venez assister à cette sensibilisation co-animée par un-e psychologue, spécialiste des enfants et adolescents, et des bénévoles de l'UNAFAM 01.

**PUBLIC** Parents concernés

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEUR** UNAFAM 01

**CONTACT** UNAFAM 01  
01@unafam.org  
07 81 54 96 83

**Lundi 16 octobre 2023**  
de 18h30 à 20h30

TOUT PUBLIC

### Visioconférence : Le Tabou de l'inceste

Comment accompagner les enfants, les adolescents, les adultes sur le chemin de sortie du chaos...

A partir de l'ouvrage de Katouchka Collomb Van Ditzhuyen, *la face cachée de l'inceste*, Editions l'Hamattan.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)**

**ORGANISATEUR** Association des psychologues de l'Ain

**CONTACT** Mme Rachel BERNARD  
psychologuesdelain@gmail.com  
06 18 60 25 46

**Mardi 17 octobre 2023**  
de 12h à 14h

TOUT PUBLIC

## Bourg-en-Bresse

📍 ITEP des Alaniers  
5 chemin de la Providence  
01000 Bourg-en-Bresse

### Restaurant éphémère à l'ITEP des Alaniers

Découverte et partage de savoir-faire autour de la restauration. Collaboration de deux univers, jeunes et adultes bénéficiant d'un accompagnement.

**TARIF** 12€ sous forme de don

**ORGANISATEUR** ITEP des Alaniers de Brou

**PARTENAIRE** GEM A'Venir de Bourg-en-Bresse

**CONTACT** ITEP les Alaniers de Brou  
secretariat.itep@orsac-alaniers.fr  
04 74 22 14 12

**Mardi 17 octobre 2023**  
de 14h à 17h

TOUT PUBLIC

## Virignin

📍 Actipôle  
87 rue de la Picardière  
01300 Virignin

### Assemblée plénière du Conseil Local de Santé Mentale de Bugey Sud

Présentation du diagnostic local de santé mentale et lancement de la feuille de route du Conseil Local de Santé Mentale.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEUR** Conseil Local de Santé Mentale de Bugey-Sud

**PARTENAIRES** Ville de Belley, CPTS Bugey-Sud, CCBS, ARS

**CONTACT** M<sup>me</sup> Marina PEUVERGNE  
marina.peuvernne@orsac-cpa01.fr

**Mardi 17 octobre 2023**  
de 18h30 à 21h

TOUT PUBLIC

## Saint-Denis-lès-Bourg

📍 Centre social Pôle Pyramide  
120 Rue des Écoles  
01000 Saint-Denis-lès-Bourg

## Comment réconcilier librement son corps, son âme et son esprit ?

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEURS** Centre social Pôle Pyramide, Pèse-Plume 01

**PARTENAIRES** M. Eric FOURNIER, kinésologue

**CONTACT** M. Ludovic ORGE  
peseplume01@gmail.com  
06 87 19 12 17

**Mercredi 18 octobre 2023**  
de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h

## Bourg-en-Bresse

📍 Espace des Usagers  
Centre Psychothérapique de l'Ain  
Avenue de Marboz  
01000 Bourg-en-Bresse

### Repensons l'information à l'espace des usagers du CPA

Au-delà d'un lieu d'accueil et d'animation, l'Espace des usagers est également un lieu d'information.

Nous proposons de repenser et mettre en valeur l'espace d'information à disposition des usagers avec une approche expérience patient.

**PUBLIC** Usagers de services de soins du CPA

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Espace des Usagers et le service Qualité et Relation avec les Usagers

**CONTACT** Service Qualité et Relations avec les Usagers  
M<sup>me</sup> Adeline DUBOIS-RIGOLLET  
qualite@orsac-cpa01.fr  
04 74 52 24 85

**Mercredi 18 octobre 2023**  
de 14h à 17h

## Bourg-en-Bresse

📍 Maison des Adolescents  
12 Boulevard Victor Hugo  
01000 Bourg-en-Bresse

### « T'es à bout, c'est pas Tabou... »

La Maison des Ados ? Pour qui ? Pour quoi ?

Viens découvrir la Maison des Adolescents et levons les tabous !

**PUBLIC** Adolescents entre 12 et 20 ans

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre

**ORGANISATEUR** Maison des Adolescents

**CONTACT** Secrétariat de la MDA 01  
contact@maisondesados01.fr  
04 37 62 15 60

Mercredi 18 octobre 2023 **TOUT PUBLIC**

de 17h30 à 19h30

## Bourg-en-Bresse

📍 Médiathèque Aimé Césaire  
1 place Jean-Michel Bertrand  
01000 Bourg-en-Bresse

### Série "Dans ma tête" : projection et rencontre

Assistez à la projection de 5 épisodes de cette série documentaire. Océane LEROUGE nous plonge dans le vécu et le ressenti de jeunes souffrants de troubles psychiques. Une belle série qui fait tomber beaucoup de tabous.

Projection suivie d'un échange en présence de la réalisatrice.

**PUBLIC** Dès 14 ans

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Réseau de lecture publique de Bourg-en-Bresse

**CONTACT** M<sup>me</sup> Coralie DONDE  
dondeco@bourgennesse.fr  
04 74 42 47 22

Mercredi 18 octobre 2023 **TOUT PUBLIC**

de 18h à 20h

## Bourg-en-Bresse

📍 Campus de Bourg-en-Bresse, Université Lyon 3  
Salle 318 (3<sup>ème</sup> étage)  
2 rue du 23<sup>ème</sup> Régiment d'Infanterie  
01000 Bourg-en-Bresse

### A tout âge, un court !

A l'issue de 3 court-métrages diffusés en partenariat avec le Zoom, vous serez invités à échanger avec des professionnels et des personnes concernées autour de la santé mentale.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Vivre en Ville 01

**PARTENAIRES** Le Zoom, L'université Lyon 3 - Campus de Bourg-en-Bresse, Le Club des Argonautes

**CONTACT** M<sup>me</sup> Nelly BERTHONNEAU  
nellybroise@gmail.com  
06 12 35 96 88

Mercredi 18 octobre 2023

de 18h à 20h

## Loyettes

📍 Salle mariages  
Mairie de Loyettes  
101 rue de la mairie  
01360 Loyettes

## TSA Késako ?

Vous voulez des repères concernant les Troubles du Spectre de l'Autisme ? Amélie RABUEL, éducatrice spécialisée en autisme et personne avec autisme, vous fera une présentation sur le spectre très large de l'autisme.

**PUBLIC** Adultes

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Bibliothèque départementale de l'Ain

**PARTENAIRE** Bibliothèque municipale de Loyettes

**CONTACT** M<sup>me</sup> Nathalie BERNARD  
bibliotheque@commune-loyettes.fr  
04 72 05 82 79

Jeudi 19 octobre 2023

de 14h à 15h30

**TOUT PUBLIC**

## Montluel

📍 GEM de la Côtière  
51 Grande Rue  
01120 Montluel

### Musique pour tous

Animé par une musicothérapeute, cet atelier se propose de faire découvrir le musicien qui est en chacun de nous, quel que soit notre âge, notre condition sociale, notre santé ou nos particularités.

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEUR** GEM de la Côtière

**PARTENAIRE** Music' A Corps

**CONTACT** Karine ou Isabelle  
gem.delacotiere@orange.fr  
06 35 66 31 44

Jeudi 19 octobre 2023

de 18h30 à 21h

**TOUT PUBLIC**

## Bourg-en-Bresse

📍 ADAPA  
18 rue Tony Ferret  
01000 Bourg-en-Bresse

### Booster sa confiance en soi et son estime de soi

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Sur inscription

**ORGANISATEURS** ADAPA, Pèse-Plume 01

**PARTENAIRE** M<sup>me</sup> Laurence BILLARD, coach de vie

**CONTACT** M. Ludovic ORGE  
peseplume01@gmail.com  
06 87 19 12 17

# CLÔTURE

**Jeudi 19 octobre 2023**  
**de 14h à 17h**

**Bourg-en-Bresse**

**Centre Psychothérapique de l'Ain**  
**Salle L, bâtiment L'Atelier**  
**Avenue de Marboz**  
**01000 Bourg-en-Bresse**

## **Variance de genre : accompagnement et soutien à l'autodétermination des personnes**

Les SISM se concluent par cet événement, une collation sera proposée.

Pour information, les participants sont susceptibles d'être filmés.

Il est aujourd'hui bien établi que la transidentité, ou incongruence de genre, ne relève plus d'une pathologie et à fortiori d'une pathologie mentale. L'évolution nosographique permet aujourd'hui de repenser l'accompagnement proposé aux personnes trans, dans le respect de leur vécu et le soutien à l'autodétermination. La population trans reste dans toute sa diversité néanmoins une population plus sensible que la population générale en termes de santé mentale.

En appui des données scientifiques, éthiques et cliniques actuelles, cette conférence présentera les évolutions inhérentes à la place et la fonction des professionnels de santé mentale vis-à-vis des questions de l'accompagnement des personnes trans aujourd'hui.

**PUBLIC** Professionnels

**GRATUIT (PRIS EN CHARGE)** Entrée libre dans la limite des places disponibles

**ORGANISATEUR** Espace Formation Lab'O du CPA

**PARTENAIRE** Dr Ludovic SOUILLER, médecin psychiatre de l'adulte

**CONTACT** Espace Formation Lab'O du CPA  
[formation-labo@orsac-cpa01.fr](mailto:formation-labo@orsac-cpa01.fr)

ADAPA : Association Départementale d'Aide aux Personnes de l'Ain

ADEA : Association pour le Développement de la promotion sociale et de l'Enseignement professionnel agricole et rural de l'Ain et autres départements

ADSEA : Association Départementale pour la Sauvegarde de l'Enfant à l'Adulte

APAJH : Association Pour Adultes et Jeunes Handicapés

ARS : Agence Régionale de Santé

CATTP : Centre d'Accueil Thérapeutique à Temps Partiel

CMP : Centre Médico-Psychologique

CLSM : Conseil Local de Santé Mentale

CPA : Centre Psychothérapique de l'Ain

ITEP : Instituts Thérapeutiques, Éducatifs, et Pédagogiques

EHPAD : Établissement d'Hébergement pour Personnes Âgées Dépendantes

GEM : Groupe d'Entraide Mutuelle

PEP : Pupilles de l'Enseignement Public

SISM : Semaines d'Information sur la Santé Mentale

TSA : Trouble du Spectre Autistique

UNAFAM : Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques



+ d'infos

Coordination SISM 2023 - 04 74 52 24 42

Programme téléchargeable sur [www.sante-mentale-ain.fr](http://www.sante-mentale-ain.fr) et [www.cpa01.fr](http://www.cpa01.fr)