

34^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur
la santé mentale

esac
Centre
psychothérapique
DE L'AIN



Ma santé mentale
à tous les âges de la vie.*

9 - 19 Octobre 2023

*Inspiré de la thématique annuelle nationale.

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^{me} 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^{me} Florie BESSONNARD
gemdebourog@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^{ème} 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^{me} Aurélie HOUBRE, 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^{me} 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^{me} Marina PEUVERGNE
marina.peuvergne@orsac-cpa01.fr
06 14 60 51 00

Jeudi 12 octobre 2023
de 9h30 à 12h

TOUT PUBLIC

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^{me} 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^{me} Adeline PRAQUIN
gemtendrelamain@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^{me} 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^{me} 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^{me} 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^{me} 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^{ème} étage)
2 rue du 23^{ème} 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^{me} 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^{me} Nathalie BERNARD
bibliotheque@commune-loyettes.fr
04 72 05 82 79

Jeudi 19 octobre 2023 TOUT PUBLIC de 14h à 15h30

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 TOUT PUBLIC de 18h30 à 21h

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^{me} 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

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 et www.cpa01.fr