



Ville de
La Garde



Semaines d'information
sur la santé mentale

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien social

DU 6 AU 19 OCTOBRE



Manifestation ouverte à tous - Infos : Centre Communal d'Action Sociale au 04 94 08 98 79

DU 6 AU 17 OCTOBRE

EXPOSITION

"Derrière chaque trait, une émotion ; derrière chaque couleur, une rencontre."

Là où les mots se taisent, les couleurs prennent la parole.

Cette exposition est le fruit d'un travail artistique mené avec des enfants polyhandicapés dans le cadre scolaire, par l'EEAP Les Myosotis du Groupe UMANE.

Vernissage le mardi 07 octobre à 18h30 - Entrée libre

La Rue - Hall d'entrée Complexe Gérard Philipe – 70 rue du vieux puits

MERCREDI 8 OCTOBRE DE 14H À 16H30

ATELIER PARENTS/ADOS

"On se lâche !" Une réflexion artistique autour des émotions et des relations parents/ados animée par Alex Z, l'association AVRE et le CSAPA Equinoxe.

Inscription obligatoire auprès de la Maison des Parents au 04 98 01 15 67.

VENDREDI 10 OCTOBRE

MÉDIATHÈQUE

De 10h à 12h, vous pourrez découvrir une "bibliothèque vivante", en accès libre.

De 14h à 18h nous vous invitons au "Voyage vers le mieux-être", l'opportunité de se détendre autour d'un moment convivial. Vous pourrez découvrir la relaxation, l'aromathérapie, la phytothérapie, la musicothérapie ou encore la cohérence cardiaque et la rêverie guidée. Bénéficiez d'un massage KOBIDO de 15 minutes.

Inscription obligatoire auprès du CCAS au 04 94 08 98 79.

MARDI 14 OCTOBRE DE 8H30 À 16H30

JOURNÉE "POUR NOTRE SANTÉ MENTALE, RÉPARONS LE LIEN SOCIAL"

Vous trouverez au sein de cette journée des tables rondes, du théâtre interactif et un Forum associatif. Inscription via le QR code ci-contre ou directement auprès du Centre Hospitalier Henri Guérin.

Salle Mussou. Organisée par le Département de réhabilitation psychosociale du Centre Hospitalier Henri Guérin.



MARDI 14 OCTOBRE DE 18H30 À 20H

SOIRÉE PARENTS "BABY CLASH"

Comment trouver sa place à l'arrivée de bébé, gestion des conflits dans le couple et réussir à s'écouter. Avec Cécilia Negron, thérapeute Familiale à la Maison des Parents.

Inscription obligatoire auprès de la Maison des Parents au 04 98 01 15 67.

JEUDI 16 OCTOBRE À 20H

CINÉMA

Au cinéma LE ROCHER, à l'initiative du Groupe UMANE, une projection-débat du film "Les Esprits Libres", en présence du réalisateur Bertrand Hagenmüller. Un film inspirant qui montre comment l'art crée du lien, ouvre le dialogue et devient un outil pédagogique du "Prendre Soin".

Entrée 4€ sur place. Info et préservation en scannant le QR CODE ci-contre.

Contact : culturepourtous@groupe-umane.fr

