

PROGRAMME DES ÉVÈNEMENTS

proposés en Grand Autunois Morvan



le Grand Autunois Morvan



Le GAM et ses partenaires, acteurs du Conseil Local en Santé Mentale (CLSM) coordonnent des actions en direction des professionnels et du grand public dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).

À l'occasion des SISM 2025, le collectif se met en mouvement

et vous propose des évènements pour créer du lien et faire du bien!

Santé mentale et lien social

Parlons-en!! Informons-nous!

Le conseil local de santé mentale vous rencontre, sur ces 2 semaines.



À cette occasion, des supports d'informations sur les différents dispositifs existants seront mis à votre disposition lors des événements.



Des ressources gratuites sont également consultables en ligne.





Le conseil local de santé mentale vous propose de définir ensemble comment nous percevons le lien social, la santé mentale sur le Grand Autunois Morvan à l'aide d'un questionnaire. Vos réponses nous permettront d'identifier les facteurs qui influencent le bien-être psychologique et les dynamiques relationnelles dans notre société. Vos retours sont précieux : ils contribueront à enrichir nos connaissances et à orienter des actions concrètes pour favoriser un environnement social plus sain et solidaire.

PROGRAMME

L'usage des drogues L'ATELIER SANTÉ VILLE et ses conséquences sur la santé mentale Témoignages de Camel Guelloul, association APICA

Jeudi 2 oct.

CONDUITES À R<u>isques</u>





Sensibilisation

En matinée

Classes de 3e

Collège du Vallon - Autun

7 De 14h à 16h30

Lycéens - EPIDE - CAF - CILEF Hexagone - Autun d'échanges pour prévenir et sensibiliser sur les risques liés à l'usage des drogues. Camel Guelloul, ancien toxicomane, témoigne du rôle du lien social dans son parcours de vie et de guérison.

L'Atelier Santé Ville propose des temps

Vend. 3 oct.

9h30 Point presse / Présentation du programme de la SISM

Café-discussion





🕥 De 10h à 12h

Espace Simone Veil
Autun

Informations, pratiques, documentation... L'Atelier Santé Ville propose un moment de dialogue et de discussions avec la présence de Camel Guelloul. © Service COM' GAM 2025 - Eléments graphiques : Freepik.com

PROJET ORGANISÉ PAR (=) Echanges intergénérationnels de courriers

Depuis 2022, le CPIE organise La toile des mots intergénérationnelle, un projet d'échanges de courriers entre retraités et élèves. Un projet riche pour les personnes retraitées : développement de liens d'intimité avec les enfants - occasion de revenir sur sa vie, introspection - occasion de se sentir utile pour les élèves... et pour les élèves : - favoriser la découverte de l'autre par l'écriture - découvrir l'évolution des modes de vie...

p'tit café de la toile des mots

ÉCHANGES INTERGÉNÉRATIONNELS







De 14h30 à 16h30 Maison de santé d'Epinac

En parallèle, il est proposé aux correspondants des «P'tits cafés» trimestriels : un temps de parole convivial et participatif animé par Caroline Camiolo, psychopraticienne, autour d'une problématique suggérée par les aînés afin de libérer la parole et apporter des réponses à leurs questionnements et inquiétudes. La thématique de cette rencontre sera : « Recettes pratiques et concrètes pour un avenir radieux!»

Merc. 8 oct.

CONVIVIALITÉ



Gratuit

Fête de la pomme

E Le Centre Intercommunal d'Action Sociale du Grand Autunois Morvan propose une journée pressage de pommes en partenariat avec le Parc naturel régional du Morvan.



De 9h à 12h et 13h30-17h



Espace Saint-Jean 22 rue Naudin - Autun

Découverte de l'atelier semi-mobile de transformation des pommes en jus de fruit pasteurisé : moments de partage, de convivialité pour maintenir le lien social. Ateliers cuisine autour de la pommes et animations parents/enfants l'après-midi.

ACTIONS PROPOSÉES PAR LE CIAS. LE CENTRE DE PÉRI MATERNITÉ ET LÉ CENTRE HOSPITALIER D'AUTUN



Vend. 10 oct.





Accès libre

 Le Centre Intercommunal d'Action Sociale du Grand Autunois Morvan, le centre de péri maternité et le centre hospitalier d'Autun

Conférence et atelier «bien-être»



De 9h30 à 11h30



Espace Simone Veil 21 Rue du 11 nov.1918 Autun

Place de l'entretien prénatal précoce et post-natal précoce, impact sur les interactions précoces et le développement de l'enfant avec le Docteur Ducarme, pédiatre, et Martial Syvery, infirmier puériculteur du Centre de Péri Maternité d'Autun.

Animation d'un atelier : sensibilisation à la cohérence cardiaque, initiation à l'automassage anti-stress et à la pause cognitive par Audrey Nectoux-Chatelain, auxiliaire de puériculture et praticienne « Massage bienêtre non thérapeutique »





La santé mentale des ados, TKT?

Vend. 10 oct.

SANTÉ MENTALE **DES JEUNES**

Gratuit



Ciné débat



20h

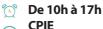
Cinéma Arletty **Autun**

L'Atelier Santé Ville vous invite à la projection du film « TKT (t'inquiète) », événement suivi d'un débat animé par Roselyne Guilloux, psychologue et Annette Perrault, coordonnatrice de l'ASV.

Sam. 11 oct.



Ramène ta pomme



Collonge-la -Madeleine

Pressoir, balade en âne, jeux en bois, escape game, atelier peinture végétale, crêpes - bar associatif Spectacle musical avec Old Men of Burgnundy Contes avec Martine Forrer

> Tartiflette le midi 10€ sur réservation



(=)La ronde des femmes

Sam. 11 oct. Cercle de parole au fémir

EXPRESSION LIBRE



8 places pour chaque horaire, sur inscription: caroline.camiolo@gmail.com 07 81 32 89 47



De 14h à 17h30 De 19h à 22h30 Maison Médicale 15 rue Grillot Épinac

Des femmes se regroupent pour partager aussi bien les difficultés que les grands bonheurs de leur vie dans un espace libre, confidentiel et intime, d'échange, de transmission, de soutien, et de bienveillance. L'occasion unique et précieuse pour chaque participante, de bénéficier d'un moment d'abandon et de lâcher-prise.

Avec Caroline Camiolo, psychopraticienne

ACTION PROPOSÉE PAR LE COMITÉ D'ACTION SOCIALE AGIRC-ARRCO **BOURGOGNE FRANCHE COMTÉ**



La douleur et les techniques non médicamenteuses

La douleur est une compagne envahissante qui peut nous déshumaniser. Nous avons des médicaments pour la gérer, mais ils ne sont pas toujours suffisants. Des techniques non médicamenteuses permettent de les découvrir et les mobiliser pour compléter l'efficacité des traitements médicamenteux.

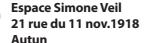
onférence Lun. 13 oct.

BIEN VIEILLIR



TOUT PUBLIC ET PROFESSIONNELS Accès libre 100 places - Gratuit

À 14h



Conférence animée par le docteur Viviane Belleoud, Médecin algologue et rééducateur.



Maintien de l'autonomie et bien être

Mar. 14 oct. **BIEN VIEILLIR**





Gratuit

De 10h à 12h

Hexagone

Bd. Frédéric Latouche **Autun**

Ateliers thématiques Les activités physiques

Moments de convivialité organisé par le CIAS autour d'associations sportives : Danse passion avec Anne Guenot, La retraite sportive avec Sylvia Hernandez, Pas APA avec Barich Kocak, Judo Club Epinac avec Emmanuel Goutorbe, La Vaillante avec Brigitte Clochet, Sprinter club avec Philippe Gautier

Table ronde



avec le CMP permettra de s'interroger sur la place du lien social pour le bien être

Menu type dans le cadre du service de portage de repas à domicile proposé par le CIAS via l'ADMR et confectionné par la MIAM (Marmite Intercommunale de l'Autunois-Morvan)

ACTION PROPOSÉE PAR **LE CIAS AVEC L'ADMR EN PARTENARIAT AVEC RADIANCE**



Thème de l'aide à domicile sous un angle humouristique

Mar. 14 oct.





SÉNIORS **PROFESSIONNELS FAMILLES**

Gratuit

Spectacle « Ne rentre pas trop tard »



Hexagone Bd. Frédéric Latouche Autun

Sur inscription au CIAS 03 85 86 98 50 ou sur radiance fr



14h30

Cette pièce raconte le quotidien de deux auxiliaires de vie : Gabrielle en exercice depuis quelques années, et Hélène en formation. Elles sont confrontées à Maurice, un bénéficiaire à la fois rêche et attachant. Le tout, avec beaucoup d'humour. C'est également un hommage aux auxiliaires de vie.

Pot de convivialité à la fin du spectacle

partager et retranscrire



Dites-nous comment le lien social vous fait du bien

Recueil de témoignages

Sous forme de verbatim par différents partenaires, ces recueils serviront une campagne de déstigmatisation/promotion du lien social à venir (ca bouge chez les seniors 1er trimestre 2026).



Aller, on se RENCONTRE!?

Action artistique participative «Arts et culottés»

Magali Dupin, Artiste, Psychopraticienne et Julie De Mori Plasticienne Art-thérapeute, deux explor'artistes locales en quête de rencontres, démarrent leur voyage immersif de manière inopinée sur des actions des SISM! Elles se laisseront surprendre par la tournure des rencontres, les échanges, les silences, les mouvements, les dessins... Tout ce qui émerge d'une rencontre!

Participation libre à cette action qui filera toute l'année et jusqu'aux SISM 2026 avec présentation d'une ou des œuvres collectives au grand public et partenaires professionnels et une documentation de nos pérégrinations, sous réserve de tout changement en cours de route...









































