

6 au 19 octobre

2025



# Semaines d'information sur la santé mentale 2025

“Pour notre santé mentale, réparons le lien social”

## Programme Savoie

# “Pour notre santé mentale, réparons le lien social”

*Deux semaines de rendez-vous ludiques, pédagogiques, informatifs, interactifs !*

Pour cette 36<sup>ème</sup> édition des **Semaines d'information sur la santé mentale** (SISM), de nombreux acteurs se réunissent en Savoie du **6 au 19 octobre 2025** pour parler, échanger, jouer, informer sans tabou sur les sujets de santé mentale. Ciné-débats, ateliers, villages, expositions, conférences, portes-ouvertes, des rendez-vous pour créer du lien avec tous les publics !

Reconnue **Grande Cause Nationale 2025**, la santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc tous concernés. Les actions sont portées par un réseau engagé d'associations, de professionnels de santé, de pairs-aidants, de salariés, de proches, de bénévoles, et de citoyens. Pour cette édition 2025, c'est le **lien social** qui est mis en avant. En effet, le lien social joue un rôle majeur pour notre équilibre psychologique et constitue un rempart puissant contre l'isolement, le mal-être et la souffrance psychique.

Rendez-vous national, l'organisation des SISM en Savoie est déclinée avec :

- un comité départemental, piloté par l'association Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes – Délégation Savoie
- et des groupes locaux : bassin chambérien, bassin d'Albertville, Aix-les-Bains, Avant-pays savoyard, Maurienne, Tarentaise. Ces comités locaux sont coordonnés par des structures associatives ou collectivités.

Ce sont ainsi une cinquantaine d'évènements qui sont proposés sur tout le département, avec par exemple :

- La venue du « **Psytruck** », camion itinérant qui se déplace vers le public pour échanger, discuter et informer des enjeux de santé mentale.
- Des **soirées ciné débat**, projections de films récents et grand public en lien avec la thématique.
- **Et aussi** : des ateliers, portes ouvertes, spectacles, témoignages, conférences et tables rondes, sensibilisations en milieu scolaire, micro-trottoirs, expositions, etc.

Contact presse : Emilie Progin / Promotion santé 73  
emilie.progin@promotion-sante-ara.org  
04 79 69 43 46

# SOMMAIRE



**Bassin d'Albertville** p.4

**Bassin chambérien** p.8

**Tarentaise** p.11

**Maurienne** p.13

**Aix-les-Bains** p.16

**En visio** p. 21

**Et aussi pendant les SISM** p.22

**Sigles et abréviations** p.23

**Plus de 80 partenaires en Savoie** p.24

## Table thématique sur la santé mentale

du 6 au 11 octobre

Des livres, des magazines, de la documentation sur la santé mentale seront mis en avant au sein de la bibliothèque.

-  Bibliothèque de l'Atrium, 168 rue de la Bévière, 73200 GILLY-SUR-ISERE
-  Organisé par Espoir 73 Le Chardon bleu et la bibliothèque de l'Atrium
-  Bibliothèque de l'Atrium : 04 79 38 01 53
-  Tout public



Gratuit en  
consultation  
sur place

## Atelier cuisine

Lundi 6 octobre  
17h

Sur inscription  
(8 places)

Confection d'un repas aux côtés du chef du restaurant, puis dégustation tous ensemble.

-  Restaurant Castello d'Enzo, 3 rue Paul Proust, 73400 UGINE
-  Organisé par ESPYLON PA et le Restaurant Castello D'Enzo
-  Esteban EMPEREUR : 06 41 34 27 95 / Christel CERRUTI : 06 03 68 63 40
-  Pour les personnes concernées par un trouble psychique et leurs proches



5 €

## Stands de sensibilisation à la santé mentale "Le village des petits trucs en plus"

Mardi 7 octobre  
11h30 à 14h30

Documentations, communication sur le point écoute jeunes, relaxation dynamique, jeu "Tabou'che", escape game.

-  Place du Commandant Bulle, 73200 ALBERTVILLE
-  Organisé par Espoir 73 Le Chardon bleu, en partenariat avec Epsilon PA, UNAFAM 73, Vie libre et Coachlife
-  Espoir 73, Chloé SIMUS : chloe.simus@espoir73.fr
-  Tout public



Gratuit

## Journée portes ouvertes du GEM Renaissance

Mardi 7 octobre  
toute la journée

Venez découvrir le Groupe d'Entraide Mutuelle Renaissance !

-  10 Rue Pargoud, 73200 ALBERTVILLE
-  Organisé par le GEM Renaissance
-  Romuald ROUSSEAU, GEM Renaissance : 06 51 74 05 93
-  Tout public



## Raconte-moi une histoire...

Mercredi 8 octobre  
16h à 18h

Racontines sur la thématique des émotions et de la santé mentale avec la complicité de l'association Elixir de clown.

-  Tiers Lieu Vita'Mine, 899 Chemin des trois poiriers, 73200 ALBERTVILLE
-  Organisé par AGIR'H et le Tiers Lieu Vita'Mine
-  Mireille LENGLET, Agir'h : 06 82 69 64 46
-  Tout public, en famille



## Conférence sur la santé mentale au travail "Le fil invisible, un lien à retrouver"

Mercredi 8 octobre  
19h à 20h30

Conférence à 2 voix qui explore l'importance du lien social en milieu professionnel. Un double regard, institutionnel et humain, permettra de mieux comprendre les mécanismes de l'isolement mais aussi les leviers pour renforcer la solidarité, l'écoute et le mieux-être au travail. Cette conférence se déroulera sous la forme d'une histoire.

-  Collège/Lycée Jeanne d'Arc, salle Europe, entrée 29c, rue du Président Coty, 73200 ALBERTVILLE
-  Organisé par Steve WEYN et Dominique MERCIER, en partenariat avec UnivPop
-  Dominique MERCIER au 06 29 37 82 25 et Steve WEYN au 06 63 03 41 07
-  Tout public



## A votre santé mentale !

Jeudi 9 octobre  
18h

Quizz et "blablas" avec la complicité de l'association Elixir de clown.

-  Bar La bicyclette, 12 Impasse Borrel, 73200 ALBERTVILLE
-  Organisé par l'Agence de l'inclusion d'Albertville, en partenariat avec le Bar La bicyclette
-  Fanny SERVE, Espoir73 : 06 58 81 21 31
-  Tout public



## Ciné-débat "Laurent dans le vent"

Jeudi 9 octobre  
20h30

Avant-première du film "Laurent dans le vent", en présence du réalisateur. Comédie dramatique de Anton Balekdjian, Léo Couture, Mattéo Eustachon, 2025.

À 29 ans, Laurent cherche un sens à sa vie. Sans travail ni logement, il atterrit dans une station de ski hors-saison et s'immerse dans la vie des rares habitant-es. Quand les touristes arrivent avec l'hiver, Laurent ne peut plus repartir.

-  Cinéma Chanteclerc, 45 place de Montmain, 73400 UGINE
-  Organisé par Les Amis du Cinéma et l'UNAFAM 73
-  Bénédicte FAUVEL : bvfaudel@wanadoo.fr / 06 87 27 90 03
-  Tout public



Entre 6,70 € et 8,50 €  
la place

## Conte musical

Vendredi 10 octobre  
15h

La genèse : 2ème édition basée sur le conte revisité du Magicien d'Oz. Les membres du GEM ont ré-écrit le conte de A à Z. Par le biais de personnages fictifs, ils abordent les différentes maladies psychiques.

-  L'Arpège, 2 avenue des Chasseurs Alpins, 73200 ALBERTVILLE
-  Organisé par le Groupe d'Entraide Mutuelle Renaissance
-  Romuald ROUSSEAU, GEM Renaissance : 06 51 74 05 93
-  Tout public



Gratuit

## Résultats du concours de nouvelles & Ciné-débat " Le livre des solutions"

Remise des prix dans le cadre du concours de nouvelles, puis projection du film et animation d'un débat. La soirée sera clôturée par un pot de l'amitié.

Comédie dramatique de Michel Gondry, 2023. *Marc s'enfuit avec toute son équipe dans un village des Cévennes pour finir son film chez sa tante. Sur place, sa créativité se manifeste par un million d'idées qui le plongent dans un drôle de chaos. Marc se lance alors dans l'écriture du Livre des Solutions, qui pourrait bien être la solution à tous ses problèmes...*

**Vendredi 10 octobre**  
**18h : jury du concours de nouvelles**  
**18h30 : ciné-débat**



Dôme cinéma, 135 place de l'Europe, 73200 ALBERTVILLE



Organisé par Epsilon PA, le CCAS d'Albertville, Espoir 73, les Amis du cinéma



Concours : [epsylonpa@hotmail.com](mailto:epsylonpa@hotmail.com) / Ciné-débat : Chloé SIMUS  
[chloe.simus@espoir73.fr](mailto:chloe.simus@espoir73.fr)



Tout public



**6.50€ la place,**  
**5€ en tarif réduit**

## Café-philo

**Samedi 11 octobre**  
**10h**

Petite philosophie du lien social pour renouer avec notre humanité ! Café philo au Fabulieu Tiers lieu.



68 route de la cure, 73460 NOTRE-DAME-DES-MILLIERES



Organisé par l'Association Le Fabulieu



Fanny SERVE : 06 74 50 53 37



Adolescents et adultes



**Gratuit**

## Animation mobilité à vélo

Mardi 7 et vendredi 10 octobre  
9h30-11h30 et 14h30-16h30

Faire bouger, faire progresser, partager une activité. Autour de parcours maniabilité et circulabilité simples, ludiques et pédagogiques.

-  CHS de la Savoie, 89 avenue de Bassens, 73000 BASSENS (Fléchage à partir de l'accueil du CHS)
-  Organisé par la Bikecyccool, en partenariat avec le CHS de la Savoie
-  Franck FERROUX : 07 78 80 14 93 / fferroux@gmail.com et Anne-Marie FERROUX : 07 50 45 10 14
-  Patients du CHS (adultes / ados) en compagnie du personnel, des familles et des aidants



## Ciné-débat "Le livre des solutions"

Mardi 7 octobre  
19h

Projection du film et animation d'un débat, avec la participation du Dr Nicolas RAINTEAU, psychiatre au CHS de la Savoie. Comédie dramatique de Michel Gondry, 2023. *Marc s'enfuit avec toute son équipe dans un village des Cévennes pour finir son film chez sa tante. Sur place, sa créativité se manifeste par un million d'idées qui le plongent dans un drôle de chaos. Marc se lance alors dans l'écriture du Livre des Solutions, qui pourrait bien être la solution à tous ses problèmes...*

-  CinéMalraux, 58 Pl. de la Brigade de Savoie, 73000 CHAMBERY
-  Organisé par le CHS de la Savoie, en partenariat avec CinéMalraux
-  CHS de la Savoie : communication@chs-savoie.fr
-  Ouvert à tous



## Forum prévention santé avec escale du Psytruck

Mercredi 8 octobre  
14h à 17h

Stands et animations autour de la santé. Le Psytruck, camion où l'on parle de santé mentale, sera présent pour aborder la santé mentale sans tabou et en convivialité : informations, échanges et animations ludiques.

-  343 avenue d'Annecy, place du marché, 73000 CHAMBERY
-  Organisé par le RéPsy, le Pôle Santé Chambéry et Promotion Santé 73, et présence de nombreuses associations et structures de soin et d'accompagnement, centres sociaux, associations d'usagers...
-  brigitte.mercat@polesantechambery.fr / emilie.progin@promotion-sante-ara.org
-  Tout public



## Conférence-débat "Parentalité et séparation, violences et isolement : et les enfants ?"

Mercredi 8 octobre  
19h45 à 21h30

L'association Les Saintexupériens invite Jessica STEPHAN, Référente Parcours Victimes de violences intrafamiliales, à présenter cette conférence.

 Salle des Mariages, 6 Place de la Mairie, 73230 BARBY ou visioconférence

 Organisé par l'association Les Saintexupériens et SICSAL, avec le soutien de la Ville de Barby et la Communauté de Communes de la Haute-Tarentaise

 Marie-Annick VERGUET : asso@saintexuperiens.fr

 Tout public



Inscription en ligne obligatoire



Gratuit

## Ateliers santé mentale

Vendredi 10 octobre  
9h à 17h30

Une journée d'ateliers pour mieux comprendre, prévenir et agir, avec 4 temps forts au cours de la journée : 1. Yoga santé mentale & sociale / 2. Régulation du stress / 3. Fresque de la santé mentale / 4. Votre cerveau sait s'adapter, vous aussi.

 Foyer Hubert Constantin, 14 Rue Centrale, 73000 BARBERAZ  
Organisé par l'Association Coachlife, avec le soutien de la mairie de Barberaz

 Roberto Van Nijnatten : contact@coachlife.fr / 04 56 29 52 16

 Tout public



Inscription en ligne obligatoire



Gratuit

## Stand de sensibilisation à la santé mentale par les pair-aidants de l'Heureux pair Savoyard

Mardi 14 octobre  
13h30 à 17h

Stands d'échanges, de jeux, d'expression collaborative et d'information avec des expositions artistiques (photos, poèmes, théâtre, dessins) et une bibliothèque vivante de témoignages sur la santé mentale.

 Médiathèque Jean-Jacques Rousseau (2e étage), Carré Curial, Place François Mitterrand, 73000 CHAMBERY

 Organisé par l'Heureux Pair Savoyard, le réseau de pair-aidants en santé mentale de la Savoie, en partenariat avec la Médiathèque Jean-Jacques Rousseau de Chambéry et le GEM Bleu73

 Aurélie PHILIP : 06 89 14 70 61

 Tout public



Gratuit

## Conférence-débat "Au delà de l'enfant rêvé, permettre à l'enfant réel de se développer"

Mardi 14 octobre  
19h45 à 21h30

Les Saintexupériens et Neurodiversité Savoie invitent Sonia PUJAZON, Psychologue Clinicienne, à présenter cette conférence.



Salle des Mariages, 6 Place de la Mairie, 73230 BARBY  
ou visioconférence



Organisé par l'association Les Saintexupériens et SICSAL,  
avec le soutien de la Ville de Barby et la Communauté de  
Communes de la Haute-Tarentaise



admin@neurodiversitesavoie.fr



Tout public



Inscription en  
ligne obligatoire



Gratuit

## Table ronde "Maladie psychique et isolement social des proches et des malades"

Judi 16 octobre  
18h30 à 20h30

Comment rompre l'isolement social lié à la maladie psychique : quels soutiens pour les proches et les malades ? Paroles d'aïdants, regards de soignants, avec les pairs aidants familiaux de l'UNAFAM Savoie et les professionnels de santé de la Clinique le Sermay.



Clinique le Sermay, 400 Avenue des Massettes, 73160 CHALLES LES EAUX



Organisé par l'UNAFAM Savoie, en partenariat avec la Clinique le Sermay



Annie DOLE : 73@unafam.org



Tout public



Gratuit

## Café-débat "Santé Mentale : plus de solidarité pour être moins bancal !"

Vendredi 17 octobre  
16h à 20h (horaires libres)

La puissance trop peu connue des groupes de soutien sur le mal-être et la dépression. Etat des lieux, infos, perspectives, échanges d'idées, votre vision, vos envies, ce qui manque... On vous attend ! Accès PMR. Boissons et grignotage sur place.



Maison des Usagers / Espace Familles du CHS, 89 avenue de Bassens,  
73000 BASSENS (Parking gratuit du CHS ou des Dralis, puis suivre le fléchage)



Organisé par France Dépression Savoie, en partenariat avec le CHS de la Savoie



Fatima EDDAMEN et Sylvain JACQUES : 07.66.29.67.20 - savoie@francedepression.fr



Tout public - Mineurs accompagnés



Gratuit

## Conférence "Comment favoriser la résilience pour surmonter les épreuves de la vie ?"

Mardi 7 octobre  
18h à 20h

Conférence animée par Marion FINOT, Praticienne en promotion de la santé mentale et relationnelle.



Salle des fêtes, 73210 AIME-LA-PLAGNE



Organisé par le Contrat Local de Santé de Tarentaise



CLS Tarentaise Vanoise - Séverine Benoit : severine.benoit@arcoddev.fr



Adolescents et Adultes



Gratuit

## Goûter partagé au "Carré" pour mieux nous connaître dans une ambiance conviviale !

Mercredi 8 octobre  
16h à 18h

Seul, en famille ou avec des amis, venez passer un bon moment autour d'un goûter. Apportez ce que vous aimez (gâteau, fruits...) et nous apporterons les boissons (jus, thé...) ! En cas de mauvais temps, repli dans le hall de la Chaudanne.



"Le Carré" de la Chaudanne, 125 rue de l'acierie, 73600 MOUTIERS



Organisé par le Contrat Local de Santé de Tarentaise, en partenariat avec La Sauvegarde des 2 Savoie, Espoir 73, CCCT et CCVA



Jessica Jeantet (CLS Tarentaise Vanoise) : jessica@latraceduflocon.art



Tout public



Gratuit

## Escale du "Psytruck", le camion où l'on parle de santé mentale

Jeudi 9 octobre  
matin

Le Psytruck, camion où l'on parle de santé mentale sera présent pour aborder la santé mentale sans tabou et en convivialité : informations, échanges et animations ludiques.



Marché, Place du marché, 73210 AIME-LA-PLAGNE



Organisé par le RéPsy et le Contrat Local de Santé de Tarentaise, en partenariat avec le CHS de la Savoie et ATEO 73



Jessica JEANTET (CLS Tarentaise Vanoise) : jessica@latraceduflocon.art



Tout public



Gratuit

## Atelier de détente sonore à destination des aidants

Un atelier spécialement conçu pour les aidants : se ressourcer, relâcher les tensions, et prendre soin de soi, bercé par la musique et les sons. Un moment pour souffler... et partager avec d'autres personnes vivant une situation similaire. Prendre soin de soi pour mieux accompagner.



École de Musique de Haute Tarentaise,  
73700 BOURG SAINT MAURICE



Organisé par Bénédicte Fielding, Musicothérapeute



Réservation et informations : 06 84 22 65 80



Toute personne en situation d'accompagnement d'un proche

Samedi 11 octobre  
10h30 à 11h30

Sur inscription  
(8 places)



Gratuit

## Conférence "Comment favoriser la résilience, pour surmonter les épreuves de la vie ?"

Conférence animée par Marion FINOT, Praticienne en promotion de la santé mentale et relationnelle.



Communauté de Communes Val Vanoise, 47 rue Sainte-Barbe, 73350 BOZEL



Organisé par le Contrat Local de Santé de Tarentaise



CLS Tarentaise Vanoise - Séverine Benoit : severine.benoit@arcoddev.fr



Adolescents et Adultes

Mardi 14 octobre  
18h à 20h



Gratuit

## Ciné-débat " Le livre des solutions"

Projection du film et animation d'un débat.

Comédie dramatique de Michel Gondry, 2023.

*Marc s'enfuit avec toute son équipe dans un village des Cévennes pour finir son film chez sa tante. Sur place, sa créativité se manifeste par un million d'idées qui le plongent dans un drôle de chaos. Marc se lance alors dans l'écriture du Livre des Solutions, qui pourrait bien être la solution à tous ses problèmes...*



Cinéma Le Rex, Av. de Belleville, 73600 MOUTIERS



Organisé par le Contrat Local de Santé de Tarentaise, Les amis du Cinéma, AACM, Espoir 73 et l'UNAFAM 73



Jessica Jeantet (CLS Tarentaise Vanoise) : jessica@latraceduflocon.art



Ouvert à tous

Jeudi 16 octobre  
18h30



Payant, tarif réduit  
sur justificatifs

## Exposition "J'ai un trouble psychique et alors ?"

6 au 19 octobre

Exposition "Et Alors ?" accompagnée de témoignages écrits d'adhérents du GEM sur leur parcours de vie et leurs liens aux autres. Exposition photos des jeunes des 3 p'tits cailloux et de La Cas'Animal.

-  Résidence autonomie Pré Soleil, 335 Rue Pré Soleil, 73500 MODANE
-  Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec la Résidence Pré Soleil
-  Bérangère AMEAUME, GEM Rebond 73 : 07 68 89 58 27
-  Tout public



Gratuit

## Exposition "J'ai un trouble psychique et alors ?"

6 au 19 octobre

Exposition "Et Alors ?" accompagnées de témoignages écrits d'adhérents du GEM sur leur parcours de vie et leurs liens aux autres. Exposition photos des jeunes des 3 p'tits cailloux et de La Cas'Animal.

-  Exposition visible : aux 3 p'tits cailloux à Val d'Arc, à la Médiathèque de Val d'Arc et chez certains commerçants de Val d'Arc, 73220 VAL D'ARC
-  Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec Les 3 p'tits cailloux, Médiathèque de Val d'Arc, et les commerçants de Val d'Arc
-  Bérangère AMEAUME, GEM Rebond 73 : 07 68 89 58 27
-  Tout public



Gratuit

## Grande Exposition Santé Mentale

6 au 19 octobre

Exposition des affiches « 7 astuces pour se recharger » accompagnées de témoignages écrits d'adhérents du GEM sur leur parcours de vie et leurs liens aux autres.

-  Médiathèque Louise de Savoie - Rue des écoles, 73300 ST JEAN DE MAURIENNE
-  Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec la Médiathèque Louise de Savoie
-  Corine VANDEZANDE : 04 79 05 20 20
-  Tout public



Gratuit

## Ciné-débat autour du film "Différente" de Lola Doillon

Mardi 7 octobre  
20h30

Projection du film "Différente" de Lola Doillon qui aborde la santé mentale, le lien social et l'autisme. Comédie, romance, 2025.

*Katia est une brillante documentaliste de 35 ans qui fait preuve de singularité dans sa manière de vivre ses relations, toutes plus ou moins chaotiques. Sa participation à un nouveau reportage l'amène enfin à mettre un mot sur sa différence. Cette révélation va chambouler une vie déjà bien compliquée.*

 Cinéma de l'Espace Culturel Le Savoie, 16 Avenue de la République, 73140 SAINT-MICHEL-DE-MAURIENNE

 Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec le cinéma de l'Espace Culturel Le Savoie

 Equipe du Cinéma Espace Culturel Le Savoie : 04 79 59 24 48 et 06 76 17 66 25

 Ouvert à tous



5€ la place

## Atelier Fresque collective et vernissage

Mercredi 8 octobre  
14h à 17h

Atelier fresque collective à 14h puis vernissage de l'exposition à 16h.

Inscription conseillée  
auprès de la médiathèque  
(30 places)

 Médiathèque Louise de Savoie - Rue des écoles, 73300 ST-JEAN-DE-MAURIENNE

 Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec la Médiathèque Louise de Savoie

 Médiathèque - Corine VANDEZANDE : 04 79 05 20 20

 Tout public



Gratuit

## Village Ressources en Santé Mentale, Lien social et Psytruck

Samedi 11 octobre  
9h à 12h

Le Psytruck, camion où l'on parle de santé mentale sera présent pour aborder la santé mentale sans tabou et en convivialité : informations, échanges et animations ludiques. Stands d'informations, sensibilisation, jeux et participation du public.

-  Sur le marché de St-Jean de Maurienne : dans la cour extérieure de l'Ancien Evêché (Place de la cathédrale) et Place de la Mairie, 73300 SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
-  Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec ATEO73, CHS, UNAFAM 73, CH St Jean, Mission Locale, Vie Libre, Communauté 360
-  Bélinda BLAISE : belinda.blaise73@repsy.fr
-  Tout public



Gratuit

## Projection-débat "La folie, et après ?"

Mardi 14 octobre  
18h

Documentaire de 50 min de Sylvie Perrin (2023), puis temps d'échange.

*Il y a la maladie et puis il y a l'après. Ce temps de retour à la "normale" dans une société où les troubles psychiques sont méconnus et font peur. A Lyon, l'association Clubhouse, accueille les malades en recherche d'emploi. Ce film invite à rencontrer ceux et celles qui font vivre ce lieu.*

Inscription conseillée  
auprès de la médiathèque  
(30 places)

-  Médiathèque Louise de Savoie - Rue des écoles, 73300 ST-JEAN-DE-MAURIENNE
-  Organisé par le GEM Rebond 73, en partenariat avec la Médiathèque Louise de Savoie
-  Médiathèque - Corine VANDEZANDE : 04 79 05 20 20
-  Public adulte



Gratuit

## Atelier de modelage d'argile « La terre créée du lien »

Mercredi 15 octobre  
9h30 à 11h30

Dans le cadre des SISM, Fabienne Bozzini vous accompagne pour construire une œuvre collective. Au menu : lâcher-prise, apaisement, motricité, partage et plaisir.

Inscription conseillée  
auprès de la Fourmière  
(20 places)

-  La fourmière, 11 Rue du Parc de la Vanoise 73300 SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
-  Organisé par la Fourmière, en partenariat avec Fabienne Bozzini, art-thérapeute
-  La Fourmière - Mélina DIOT, Coordinatrice Séniors et Jardin : 04 79 59 90 56 - coordoseniors@fourmiere-73.fr
-  Tout public



Gratuit

## Atelier méditation

7, 9, 14 et 16 octobre  
10h-11h30

Inscription obligatoire  
auprès du CCAS  
Limité à 8 places

Cycle de 4 ateliers de méditation animés par René FAURE.  
Participation aux 4 dates requise.



MDPF, 6 rue des Prés Riants, 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec René FAURE



CCAS d'Aix-les Bains : [ccas@aixlesbains.fr](mailto:ccas@aixlesbains.fr)



Public adulte



Gratuit

## Journée portes ouvertes du GEM Horizon 73

Mardi 7 octobre  
13h à 17h

Venez découvrir le GEM Horizon 73 !



219 Avenue Marie de Solms, 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par le GEM Horizon 73



GEM Horizon 73 : [gem.aixlesbains@yahoo.fr](mailto:gem.aixlesbains@yahoo.fr)



Public adulte



Gratuit

## Escale du "Psytruck", le camion où l'on parle de santé mentale

Mercredi 8 octobre  
9h à 12h

Le Psytruck, camion où l'on parle de santé mentale sera présent  
pour aborder la santé mentale sans tabou et en convivialité :  
informations, échanges et animations ludiques.



Marché - Place Clemenceau 73100 Aix-les-Bains



Organisé par le RéPsy et Espoir 73, en partenariat avec le CHS  
de la Savoie et de nombreux autres partenaires du territoire



Bélinda BLAISE (RéPsy) : [belinda.blaise73@repsy.fr](mailto:belinda.blaise73@repsy.fr)



Tout public



Gratuit

## Portes ouvertes du Service d'Accueil et d'Activités de Jour et atelier Zumba

Mercredi 8 octobre  
14h à 17h

Venez découvrir le SAAJ et participez à un atelier ZUMBA !  
Atelier ZUMBA limité à 20 personnes.

-  630 Bd du Dr Jean Jules Herbert, 73100 AIX-LES-BAINS
-  Organisé par l'APEI Les papillons d'aix
-  Jonas BOYER : J.Boyer@apei73aix.org
-  Public adulte



## Atelier sophrologie

Mercredi 8 octobre  
14h

Inscription obligatoire  
auprès du CCAS

Atelier de sophrologie sur "La respiration contrôlée et la visualisation positive",  
animé par Béatrice ADONIS, sophrologue.

-  Bibliothèque municipale Lamartine, 2 rue Lamartine, 73100 AIX-LES-BAINS
-  Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec Béatrice ADONIS
-  CCAS d'Aix-les Bains : ccas@aixlesbains.fr
-  Public adulte



## Médiation autour de livres sur la santé mentale

Mercredi 8 octobre  
Toute la journée

Les équipes de la bibliothèque Lamartine proposent une médiation autour de livres  
sélectionnés autour de la thématique de la santé mentale.

-  Bibliothèque municipale Lamartine, 2 rue Lamartine,  
73100 AIX-LES-BAINS
-  Organisé par la bibliothèque Lamartine et le CCAS d'Aix-les-  
Bains
-  Bibliothèque Lamartine : 04 79 61 29 40
-  Tout public



## Atelier de présentation de la pair-aidance

Mercredi 8 octobre  
15h30

Elodie PETITPAS vous propose une animation autour de la pair-aidance.



Bibliothèque municipale Lamartine, 2 rue Lamartine,  
73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec Elodie PETITPAS et la bibliothèque Lamartine



CCAS d'Aix-les Bains : [ccas@aixlesbains.fr](mailto:ccas@aixlesbains.fr)



Tout public



Gratuit

## Portes ouvertes du Service d'Accompagnement à la Vie Sociale

Vendredi 10 octobre  
14h à 17h

Venez découvrir le SAVS !



154 Av. de Saint-Simond, 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par l'APEI Les papillons d'aix



APEI Les papillons d'aix - Aurélie LEFERME : [a.leferme@apei73aix.org](mailto:a.leferme@apei73aix.org)



Tout public



Gratuit

## Portes ouvertes du Foyer du Patio

Vendredi 10 octobre  
14h à 17h

Venez découvrir le Foyer du Patio !



4 rue Henri Rochefort, 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par l'APEI Les papillons d'aix



APEI Les papillons d'aix - Le Foyer du Patio : Caroline PIARD -  
[c.piard@apei73aix.org](mailto:c.piard@apei73aix.org)



Tout public



Gratuit

## Portes ouvertes & visite ESAT Aix'Alto

Mardi 14 octobre  
14h à 16h

Sur inscription  
auprès de l'ESAT

Venez découvrir l'Etablissement et Service d'Accompagnement par le Travail Aix'Alto !



630 Bd Jean-Jules Herbert 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par l'APEI Les papillons d'aix



ESAT : [accueil.tp@apei73aix.org](mailto:accueil.tp@apei73aix.org)



Tout public



Gratuit

## Portes ouvertes Maison de la Parentalité et des Familles

Mercredi 15 octobre  
9h à 12h

Venez découvrir la Maison de la Parentalité et des Familles !

-  Immeuble le Zénith, 6 rue des prés riants, 73100 AIX-LES-BAINS
-  Organisé par la Maison de la Parentalité et des Familles
-  Céline MATHIEU : [contact@mdpf-aixlesbains.fr](mailto:contact@mdpf-aixlesbains.fr)
-  Tout public



## Portes ouvertes Maison des Jeunes et de la Culture d'Aix-les-Bains

Mercredi 15 octobre  
14h à 17h

Venez découvrir la MJC d'Aix-les-Bains !

-  4 Rue Vaugelas, 73100 AIX-LES-BAINS
-  Organisé par la MJC
-  Océane RINEAU : [animation@mjcaix.fr](mailto:animation@mjcaix.fr)
-  Tout public



## Portes ouvertes Mission Locale Jeunes Savoie Grand Lac

Jeuudi 16 octobre  
13h30 à 16h30

Venez découvrir la Mission Locale Jeunes Savoie Grand Lac !

-  17 rue Davat, 73100 AIX-LES-BAINS
-  Organisé par la Mission Locale Jeunes Savoie Grand Lac
-  Audrey DELVAL : [a.delval@mlj73.fr](mailto:a.delval@mlj73.fr)
-  Tout public



## Ciné-débat "Le livre des solutions"

Projection du film et animation d'un débat.  
Comédie dramatique de Michel Gondry, 2023.

Jeudi 16 octobre  
19h

*Marc s'enfuit avec toute son équipe dans un village des Cévennes pour finir son film chez sa tante. Sur place, sa créativité se manifeste par un million d'idées qui le plongent dans un drôle de chaos. Marc se lance alors dans l'écriture du Livre des Solutions, qui pourrait bien être la solution à tous ses problèmes...*



Cinéma Victoria, 36 Avenue Victoria 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains,  
en partenariat avec le Cinéma Victoria et Espoir 73



CCAS d'Aix-les Bains : [ccas@aixlesbains.fr](mailto:ccas@aixlesbains.fr)



Ouvert à tous



5 € la place,  
sans inscription

## Conférence "L'impact de la santé mentale sur la vie amoureuse"

Conférence animée par le Dr MONOT-VAVASSEUR, médecin généraliste et sexologue et le Dr BIAVAT SILVERE du CHMS.

Vendredi 17 octobre  
17h

Inscription conseillée  
auprès du CCAS



Salle Polyvalente du Centre des Congrès,  
Rue Jean Monard, 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains,  
en partenariat avec Dr MONOT-VAVASSEUR et le CHMS



CCAS d'Aix-les Bains : [ccas@aixlesbains.fr](mailto:ccas@aixlesbains.fr)



Tout public



Gratuit

## Conférence "Mieux comprendre et prévenir le burn-out"

Conférence animée par Aurélie GAUCHET, professeure en psychologie de la santé.

Vendredi 17 octobre  
19h

Inscription conseillée  
auprès du CCAS



Salle Polyvalente, Centre des Congrès,  
Rue Jean Monard, 73100 AIX-LES-BAINS



Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains, en partenariat avec la  
Fondation USMB, La Chaire BEST et Aurélie GAUCHET



CCAS d'Aix-les Bains : [ccas@aixlesbains.fr](mailto:ccas@aixlesbains.fr)



Tout public



Gratuit

2025

En visio

## Conférence-débat "Parentalité et séparation, violences et isolement : et les enfants ?"

L'association Les Saintexupériens invite pour cette conférence Jessica STEPHAN, Référente Parcours Victimes de violences intrafamiliales.



En visioconférence (présentiel possible à Barby)



Organisé par l'association Les Saintexupériens et SICSAL, avec le soutien de la Ville de Barby et la Communauté de Communes de la Haute Tarentaise



Marie-Annick VERGUET : asso@saintexuperiens.fr



Parents, professionnels, tout public

Mercredi 8 octobre  
19h45 à 21h30



Inscription en  
ligne obligatoire



Gratuit

## Conférence-débat "Au delà de l'enfant rêvé, permettre à l'enfant réel de se développer"

Les Saintexupériens et Neurodiversité Savoie invitent pour cette conférence Sonia PUJAZON, Psychologue Clinicienne.



En visioconférence (présentiel possible à Barby)



Organisé par l'association Les Saintexupériens et SICSAL, avec le soutien de la Ville de Barby et la Communauté de Communes de la Haute Tarentaise



admin@neurodiversitesavoie.fr



Jeunes et parents, tout public

Mardi 14 octobre  
19h45 à 21h30



Inscription en  
ligne obligatoire



Gratuit

# ET AUSSI PENDANT LES SISM !

De nombreuses autres actions sont organisées auprès de publics spécifiques en Savoie :

## Des animations pour les élèves de certains établissements scolaires et structures jeunesse

**Sensibilisation "La santé mentale : cassons les tabous !"** auprès de deux classes du lycée Jean Moulin à Albertville : témoignages et échanges avec des personnes concernées et professionnels accompagnants, avec la complicité de l'association Elixir de clown. *Un partenariat entre le Lycée Jean Moulin, l'association Elixir de clown, Deltha Savoie, AGIR'H et Espoir73.*

**Stands de sensibilisation sur la santé mentale** dans les collèges de l'Avant-pays savoyard : animations autour de la santé mentale, échanges avec les structures présentes, information sur les ressources. *Un partenariat entre les établissements scolaires concernés, Espoir 73, les collectivités et structures jeunesse du territoire.*

**Atelier "Défoulement"**, suivi d'un goûter partagé crêpes et d'échange participatif, ludique et intergénérationnel sur le lien social, réunissant les adhérents du GEM Rebond 73 et les jeunes de l'espace jeunes de la 3CMA à St Jean de Maurienne. *Un partenariat entre l'Espace Jeunes et le GEM Rebond 73.*

## Des animations auprès des étudiants

**Parcours poétique de sensibilisation sur les campus universitaires** du Bourget du Lac, de Jacob-Bellecombette et d'Annecy le 14 octobre. Communications sur ballons, murs, escaliers, poteaux, bancs du campus, boîte à mots, arbres à liens... Pour les étudiant(e)s, professeur(e)s et personnel de l'USMB. *Organisé par le Service de Santé Etudiante de l'USMB.*

## Des animations auprès des aînés

**Sensibilisation à la santé mentale** à la résidence autonomie "Les Gentianes" à Ugine. *Un partenariat entre la résidence Les Gentianes, Espoir 73, Epsilon PA, l'UNAFAM 73 et Vie libre.*

## Des animations intergénérationnelles

**Goûter intergénérationnel et échange sur le lien social et la santé mentale**, avec les résidents du Foyer Jeunes Travailleurs et ceux de la Résidence Bonne Nouvelle. *Un partenariat entre le FJT Résidence Jean Baghe et la Résidence Bonne Nouvelle à St Jean de Maurienne.*

## Des sensibilisations pour les professionnels

**Sensibilisation sur la santé mentale** auprès des services de secours du bassin chambérien. *Un partenariat entre les services de secours et Accueil Savoie Handicap.*

# SIGLES ET ABRÉVIATIONS

- AACM** : Association Animation au Centre des Montagnes  
**ATEO 73** : Accueil Téléphonique Ecoute et Orientation  
**CCAS** : Centre Communal d'Action Sociale  
**CCT** : Communauté de Communes Coeur de Tarentaise  
**CHMS** : Centre Hospitalier Métropole Savoie  
**CHS** : Centre Hospitalier Spécialisé de la Savoie  
**CIAS** : Centre Intercommunal d'Action Sociale  
**CLS** : Contrat Local de Santé  
**CLSM** : Conseil Local de Santé Mentale  
**CCVA** : Communauté de Communes des Vallées d'Aigueblanche  
**ESAT** : Etablissement et Service d'Accompagnement par le Travail  
**FJT** : Foyer Jeunes Travailleurs  
**GEM** : Groupe d'Entraide Mutuelle  
**MDPF** : Maison De la Parentalité et des Familles  
**MJC** : Maison des Jeunes et de la Culture  
**RéPsy** : Réseau en santé mentale  
**SAAJ** : Service d'Accueil et d'Activités de Jour  
**SAJ** : Service Accueil de Jour  
**SICSAL** : Syndicat Intercommunal du canton de St Alban Leysse  
**SISM** : Semaines d'Information sur la Santé Mentale  
**UNAFAM** : Union Nationale de Familles et Amis de personnes Malades et/ou handicapées psychiques  
**USMB** : Université Savoie Mont-Blanc



Retrouvez en ligne les événements SISM 2025  
de la région Auvergne-Rhône-Alpes



[promotion-sante-ara.org](https://promotion-sante-ara.org)



