

27<sup>es</sup> Semaines d'Information sur la Santé Mentale  
**SANTÉ PHYSIQUE ET SANTÉ MENTALE**  
**UN LIEN VITAL**

**sism**  


**DU 14 AU  
 27 MARS  
 2016  
 DANS LE  
 TARN**



Organisateurs



Lieux d'accueil



## Une manifestation grand public...

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale s'adressent au grand public.

Chaque année, associations, citoyens et professionnels organisent des manifestations d'information et de réflexion dans toute la France. Cet événement national est décliné dans le département du Tarn.

Ces manifestations visent à participer à la prévention des souffrances psychiques, à changer le regard sur la maladie mentale, à réduire les inégalités d'accès au soin et donc, plus généralement à améliorer le lien social.

Si les problèmes de santé mentale prennent de plus en plus d'importance dans notre société (au travail, à l'école, lors des accidents de la vie), les professionnels de la psychiatrie ne sont pas les seuls à apporter des réponses. Professionnels de santé, de l'éducation, du social, usagers, proches et élus jouent tous un rôle important.

Venez participer à la 27<sup>e</sup> édition de la SISM dont le thème en 2016 est :

**"Santé physique et santé mentale, un lien vital".**

# Programme

du 14 au 27 mars 2016

## ● Lundi 14 mars

### Soirée ciné-débat

19h : Chai des Clauzades

Proposée par l'association Les Psy-causent et l'Unafam délégation 81.  
Le lien humain qui soigne : le soin du côté des patients, un documentaire « De l'écoute pas (que) des gouttes ! » réalisé par Philippe LETTY.  
Débat animé par des membres de l'association HUMAPSY.  
Entrée gratuite, buffet partagé.

Chai des Clauzades, 81500 Lavaur

## ● Mardi 15 mars

### Rencontre Forum et Partage

10h à 17h : Maison de la Jeunesse et de la Culture

Journée animée par les adhérents des GEM d'Albi, de Castres et de Gaillac et les partenaires associatifs et institutionnels de la Ville de Gaillac.

10h : Accueil autour d'un petit déjeuner convivial

10h30 à 12h30 : Forum : « Relation Corps et Esprit »

10h30 à 14h : Auberge Espagnole

14h à 16h : Exposition arts plastiques, lectures de textes, spectacle de chants.

16 h à 17h : Visite du GEM "Le Trédunion"

Journée animée par les adhérents des GEM d'Albi, de Castres et de Gaillac et les partenaires associatifs et institutionnels de la Ville de Gaillac.

Accès libre, inscription par mail : [gemgaillac@gmail.com](mailto:gemgaillac@gmail.com)

MJC de Gaillac, 10 avenue Aspirant Buffet, 81600 Gaillac

## ● Mardi 15 mars

### Conférence-débat

19h : Maison des associations

"Le sommeil, parlons en. L'insomnie... Quelles solutions ?", Conférence-débat animée par Séverine Brune, psychologue spécialisée dans le traitement des insomnies, rattachée à l'équipe du Docteur Mullens, expert du sommeil.

Maison des associations, Place du 1er mai, 81100 Castres

## ● Jeudi 17 mars

### Après-midi portes-ouvertes

14h à 18h : Résidence Accueil du Lude

Après-midi portes-ouvertes avec animations.

Résidence Accueil du Lude, 10 bd du Lude, 81000 Albi

## ● Vendredi 18 mars

### Conférence

14h à 17h : Groupe d'Entraide Mutuelle à Castres

Intervention de l'association Al Terre Egauz (atelier jardin) avec Mme Billac, diététicienne, sur le thème "Une bonne culture / un bon repas", entrée libre.

GEM "Les ailes", 28 impasse du Sicardens, 81100 Castres

## ● Vendredi 18 mars

### Lancement officiel de la SISM 2016

16h : Centre universitaire d'Albi, maison du multimédia

16h à 19h : Forum des associations et structures sanitaires et médico-sociales et sociales albigeoises. Présentation de stands des organismes partenaires des SISM, dont celui du **Sport Adapté**. Plusieurs tables-rondes thématiques sont prévues entre 16h et 19h.

19h : **Lancement officiel** des Semaines d'Information sur la Santé Mentale d'Albi en présence de Mme Stéphanie Guiraud-Chaumeil, maire d'Albi et de M. Gilbert Hangard, directeur de la Fondation Bon Sauveur d'Alby.

20h30 : Conférence organisée par l'APAJH sur le thème "Handicap psychique et citoyenneté". Elle est animée par Laurent El Ghozi, président de l'association "Elus, santé publique et territoires", élu de Nanterre, médecin et ancien chef de service hospitalier. Entrée libre, inscription sur [www.apajh81.org/18mars](http://www.apajh81.org/18mars), traduction en langue des signes française.

Centre universitaire d'Albi, place de Verdun, 81000 Albi

## ● Samedi 19 mars

### **Bibliothèque vivante**

14h30 : Médiathèque d'Albi Pierre Amalric

Proposé par l'association "Entr'Autres", partage d'expériences et de points de vue entre professionnels et non professionnels autour du thème "mise en mouvement et santé mentale". Accès libre.

Médiathèque d'Albi Pierre Amalric, bd Gal de Gaulle - 81000 Albi

## ● Samedi 19 mars

### **Théâtre, exposition**

20h30 : Le Frigo

Pièce de théâtre intitulée "Qu'est-ce que tu fou là ?", proposée par la compagnie "Les grands dysférents". Un spectacle à 7 voix, adapté de "Psychiatrie-déconniatrie" de Serge Valetti, inspiré de François Tosquelles. Entrée 10 euros (8 euros pour les adhérents). Exposition d'Art singulier avec MM. Pauzié, Popy, Loy, du 10 au 19 mars (vernissage le 10 mars à 18h).

Le Frigo, rue Bonne Cambe, 81000 Albi - 05 63 43 25 37, [www.actal.org](http://www.actal.org)

## ● Week-end 19 mars et 20 mars

### **Championnat de France de tir à l'arc en Sport Adapté**

Samedi de 8h30 à 18h30, dimanche de 8h à 12h :

350 archers du Sport Adapté venant de toute la France vont se disputer les titres nationaux. Entrée libre.

Recherche de bénévoles. Contact : [ffsa81cd@wanadoo.fr](mailto:ffsa81cd@wanadoo.fr)

Parc des expositions, 81100 Castres

## ● Mardi 22 mars

### Café philo

20h : Médiathèque Pierre Amalric d'Albi, auditorium

Café philo : "Quels liens entre santé physique et santé psychique?" , proposé par le SAMSAH L'Echelle et animé par l'association de philosophie populaire Aldéran. Accès libre.

Présentation des travaux élaborés par les personnes accompagnées par le SAMSAH sur ce thème (journal, photos, poèmes...)

Médiathèque d'Albi Pierre Amalric, bd Gral De Gaulle, 81000 Albi

## ● Mercredi 23 mars

### Journée portes-ouvertes et randonnée sport adapté

13h - 17h : Groupe d'Entraide Mutuelle à Albi

Ouverture des locaux, diffusion d'un film présentant des témoignages de sportifs. Une randonnée est programmée entre les locaux du Groupe d'Entraide Mutuelle "Horizons" et le siège du Comité Sport Adapté du Tarn (148, avenue Dembourg). Départ à 14h. A l'arrivée de la randonnée, petits films et échanges autour du thème "Sport et Handicap Psychique". Accès libre.

GEM "Horizons", 9 rue de la Rachoune, 81000 Albi

## ● Samedi 26 mars

### Corps en tête, corps en fête

15h - 18h : Ensemble scolaire Notre Dame à Castres

Proposé par le SAVS "Le lien".

Atelier voix proposé par Alix Sompayrac de l'association Fressons.

Atelier cirque, corps et mouvements proposé par Richard Tardit.

Ateliers d'écriture proposés par Leslie Laguarde et Thierry Boulanger de l'association Eclats de rimes.

Expositions d'artistes : Daniel Bouaizard, Lionel Boulanger et Pierre Foyard  
Inscription aux ateliers sur place, accès libre et gratuit.

Ensemble scolaire Notre Dame, av. d'Auterive, 81100 Castres

### Concert, scène ouverte

18h30 : Restaurant le Jean-Jaurès à Castres

Soirée concert proposée par le SAVS "Le lien" et organisée par l'association "La lune derrière les granges". Accès libre et gratuit, pas d'inscription nécessaire. Possibilité de restauration sur place (payante).

Bar - Restaurant "Le Jean-Jaurès", 37 bd Clémenceau, 81100 Castres

## ● Jeudi 31 mars

### Soirée cinéma-débat

20h45 : salle Arcé de la Scène Nationale d'Albi


L'Unafam délégation 81 en partenariat avec la Scène Nationale vous invite à un ciné-débat au cinéma ARCÉ à Albi à 20h30.

Projection du film : « My skinny sister » réalisé par Sanna Lenken.

Stella, 12 ans, rondelette et pas très sportive, voudrait ressembler à sa grande soeur Katja que tout le monde admire. Mais celle-ci cache un secret que Stella va découvrir et qui va bouleverser leur complicité.

Débat animé par Mme Aurore Vergnes, médecin au CMP d'Albi, spécialisée dans les troubles alimentaires et Mme Soulié, déléguée Unafam du Tarn.

Cinéma Arcé, place de l'amitié entre les peuples, 81000 Albi



Contacts :

**Fondation Bon Sauveur d'Alby**  
1, rue de Lavazière  
81025 Albi Cedex 9  
05 63 48 48 48

**Unafam**  
13, rue des Cordeliers  
81000 Albi  
05 63 48 73 29

Conception :

Dépliant : Service communication de la Fondation Bon Sauveur d'Alby  
Affiche (1ère page) : Groupe d'Entraide Mutuelle "Horizons"

Impression :

Service reprographie de la Fondation Bon Sauveur d'Alby

- Février 2016 -