

33<sup>e</sup>  
ÉDITION

## Semaines d'information SUR la santé mentale



POUR MA SANTÉ MENTALE,

AGISSONS POUR NOTRE

ENVIRONNEMENT

Cette année les Semaines de la santé mentale (Sism) nous invitent réfléchir sur notre environnement et la manière dont il influe sur notre santé mentale. Une question qui s'adresse à toutes et tous ! La Ville de Fontaine vous propose donc de nombreux rendez-vous grand public entre le 10 et le 23 octobre.

## PROGRAMME

### BALADES ET VISITES

#### Balades artistiques et imaginaires en bas de chez vous !

Développer son imaginaire et appréhender son environnement proche comme un lieu de ressourcement.

- Mar. 11/10 de 9h à 11h, départ Hôtel de ville
- Lun. 17/10 de 14h à 16h, départ de l'espace santé Simone Veil
- Mer. 19/10 de 15h à 17h, départ de la maison des habitants George Sand

#### Cultive ton jardin

Le bien-être procuré par la nature !  
Visite des jardins partagés de La Poya et animations.

Sur inscription.

- Mer. 12/10 à 13h30, 14h30 ou 15h30
- Jeu. 13/10 à 9h30 ou 10h30

#### Escapade nocturne

S'immerger du calme et des bruits de la nuit. Temps de relaxation...

Sur inscription, venir avec une petite lampe.

- 14/10 de 18h à 20h - Vouillands

#### L'habitat inclusif

Présentation du dispositif et visite d'un logement de résid'actifs.

- Mar. 18/10 à 14h ou 17h  
Résid'actifs, 60 bd Joliot-Curie

## CONFÉRENCE

### Trame noire et pollution lumineuse

Comprendre les impacts de la pollution lumineuse sur la biodiversité et les solutions possibles.

- Mer. 12/10 à 18h30 – Château Borel

## LOISIRS ET FESTIVITÉS

### Pause café et atelier créatif avec Cap'ado

Échanges et création de montgolfières en papier mâché

- Lun. 10/10 à 9h

Maison des habitants George Sand

### Atelier créatif avec Loisirs pluriel

Création de montgolfières en papier mâché

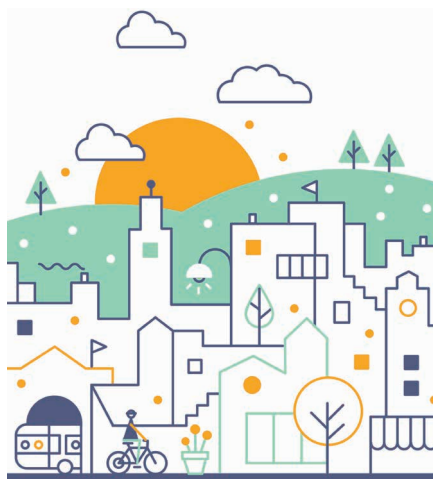
- Mer. 12/10 de 14h30 à 16h30

Maison des habitants George Sand

### Apéritifs convivial et restitution des ateliers créatifs

- Sam. 15/10 de 17h30 à 19h30

Maison des habitants George Sand



## Bibliothèque vivante

Expérience inédite ! Sélectionnez dans un catalogue un « livre vivant » à emprunter. Ce livre vivant, c'est une personne qui va partager avec vous un moment de sa vie, sous la forme d'un court récit puis d'échanges.

- Sam. 15/10 de 10h à 12h

Médiathèque Paul Éluard

## Instant pour soi

Parenthèse beauté : maquillage, soin... Bien-être et estime de soi.

- Jeu. 20/10 de 14h à 17h

Espace Nelson Mandela

## Ciné/débat



Diffusion du film « La forêt de mon père » dépeint l'amour inconditionnel d'une fille pour son père atteint de troubles psychiques, suivi d'un débat en présence de la réalisatrice.

- Vend. 21/10 à 20h

Espace Nelson Mandela

### *Ils font les Sism à Fontaine :*

*Les services de la Ville et du CCAS : l'espace santé Simone Veil, les maisons des habitants, la médiathèque Paul Éluard, La Source, logement, ville durable, salubrité et environnement*

*Les partenaires : ALHPI, UNAFAM, AFIPH, Loisirs pluriels et Cap ados, UNAFAM, IREPS38, Viltais, le centre médico-psychologique de Fontaine (CMP) du CH Alpes Isère*