

TOUT AU LONG DES SIM

DU MARDI 15 AU VENDREDI 25 MARS (horaires d'ouvertures des structures) ▼

Sélection Bibliographique à la Médiathèque et la « Librairie la Ruelle »
Exposition de créations artistiques à la Médiathèque

DU MARDI 15 AU SAMEDI 19 MARS ▼

Exposition photos « la compagnie du grimoire » par Franck ROZET au Centre Culturel René Char.

LES PARTENAIRES

Le Groupe d'Entraide Mutuelle « La Colombe Dignoise » / ISATIS / le Service Municipal des Sports / l'ESAT Paul Martin / l'UNAFAM 04 / les Rencontres cinématographiques de Digne-les-Bains et des Alpes de Haute-Provence / la Médiathèque intercommunale Asse-Bléone-Verdon / la Librairie « La Ruelle » / la Fontaine de l'Ours / le Centre Culturel René-Char / l'Ecole du Sous-Sol et le Studio 57 / le Comité Départemental du Sport Adapté des AHP / les Associations sportives dignoises (CAF, l'Atelier Yoga, ASPTT, A3V Digne) / le Codes 04 / l'Association « sport en tête » / le réseau « handident » / Escale Bien Etre de la Ligue Contre le Cancer / les Thermes / Nuages Blancs.



Semaines d'information sur la santé mentale

14-27 MARS 2016



DIGNE-LES-BAINS
Rencontres, information, échanges, débats

Santé Mentale & Santé Physique un Lien Vital

Dessin couverture : Hélène DROUART / Conception : A.L. - Ville de Digne-les-Bains





La ville de Digne-les Bains, son Centre Communal d'Action Sociale et le Centre Hospitalier de Digne-les-Bains se sont engagés depuis 2012 dans le développement d'un Conseil Local en Santé Mentale. Le CLSM a pour objectif d'améliorer l'insertion des personnes souffrant de troubles psychiques et de favoriser le vivre ensemble dans la cité.

Les partenaires du CLSM de Digne les Bains vous invitent à la 3ème édition dignoise des SISM : rencontres, informations, échanges, débat...

1^{ÈRE} SEMAINE DU 14 AU 20 MARS

MARDI 15 MARS À 18H ▼

Lancement des SISM

Vernissage de l'exposition à la médiathèque

MERCREDI 16 MARS À 10H ▼

Stands d'information et animation sur le marché

MERCREDI 16 MARS À 18H30 ▼

« Ciné-débat » au Centre Culturel René-Char en partenariat avec les Rencontres Cinématographiques.

Diffusion du film « Jimmy.P : Psychothérapie d'un indien des plaines », réalisé par ARNAUD DESPLECHIN. Durée 2h02. (Entrée 2,50€)

VENDREDI 18 MARS À 14H ▼

Lectures à la Médiathèque proposée par l'Association ISATIS

VENDREDI 18 MARS À 18H ▼

Rencontre-Débat « Souffrance psychiques, un autre regard » à la Médiathèque avec les auteurs de l'ouvrage « Psy-causes-psychiatrie, plaidoyer pour une autre approche » Chloé et Allan OLIVIER

SAMEDI 19 MARS DE 11H À 17H ▼

« Sport et Bien-être » au Plan d'eau et au Studio 57
Parcours découverte avec des ateliers ludiques et sportifs (marche, escalade, yoga, fitness, relaxation, parcours sportif...). Gratuit et ouvert à tous.

SAMEDI 19 MARS À 19H ▼

« Robin mon amour » pièce de théâtre au Centre Culturel René Char, dans le cadre du OFF de « Sortir à Digne » Compagnie du Grimoire/ ESAT Paul Martin (Entrée 8€ et 5€)

2^{ÈME} SEMAINE DU 24 AU 29 MARS

MARDI 22 MARS
À 14H ▼

« Bien dans son corps, mieux dans sa tête »
Découverte et initiation au stretching aux Thermes 5€/personne. Inscriptions auprès du CCAS 04 92 30 58 80, places limitées

JEUDI 24 MARS
DE 14H À 18H ▼

Conférence : « Santé mentale et santé physique, un lien vital »
Salle de l'Ermitage

SAMEDI 26 ET
DIMANCHE 27 MARS ▼

Weekend découverte à la Fontaine de l'Ours à AUZET

La musique vécue comme découverte de l'environnement sonore. La découverte de la pleine nature avec la marche en conscience. Inscriptions au 04 92 35 28 22, places limitées. 40€/personne pour le weekend (nuitée, repas, activités).

JEUDI 24 MARS À 14H ▼

Table Ronde « santé mentale et santé physique, un lien vital » aux Salons de l'Ermitage.

« Il n'y a pas de santé sans santé mentale » nous dit l'Organisation Mondiale de la Santé. Pourtant, lorsque l'on parle de santé, on oublie souvent la santé mentale. Santé physique et mentale sont étroitement liées : de nombreux troubles psychiques engendrent des troubles somatiques : perte ou prise de poids, maladies cardio-vasculaires... et de nombreuses pathologies peuvent s'accompagner de troubles psychiques : angoisses, dépression, addictions...

Les intervenants nous éclaireront sur ces liens et présenteront des actions qui considèrent ces deux aspects santé mentale et santé physique.

► **Allocutions d'ouverture : Le CLSM et les SISM à Digne-les-Bains**

■ Ville / Centre Hospitalier de Digne-les-Bains / Agence Régionale de la Santé

► **Intervention « Santé physique et santé mentale, à la croisée des chemins »**

■ Dr Poher, Médecin Généraliste à Manosque

► **Expériences :**

■ Sport : Association « Sport en Tête »
■ Bien-être : l'Escalier Bien-être de la Ligue Contre le Cancer
■ Soins dentaires : Réseau « Handident »
■ Alimentation : Centre Hospitalier de Digne-les-Bains.

Inscriptions conseillées auprès du CCAS
au 04 92 30 58 80

