

“Réparons le LIEN SOCIAL”

DU 03
AU 17
OCT - 2025

Semaines d'information
sur la santé mentale
SiSM

SANTÉ MENTALE

Parlons-en !

GRATUIT
OUVERT
À TOUS

Au programme : spectacles, ateliers,
balades, soirée-débat, stands, expositions...

LE PROGRAMME



1 223 : Seule-en-scène de théâtre autour des Troubles du comportement alimentaire et temps d'échanges

"Été 2009. J'ai pris une décision : arrêter de manger. Tout ce que j'ai toujours voulu, c'est être belle. Être mince.

Je ne suis pas malade.

J'ai trouvé mon équilibre : manger, vomir, tenir le coup. »

223 raconte le parcours de Coraline, une jeune femme atteinte de troubles du comportement alimentaire.

Drôle, touchante, mais toujours lucide, Coraline incarne la voix de la maladie — celle qui la pousse à nier, à douter, à s'emballer.

Inscription conseillée : <http://bit.ly/44TrLAS>

Vendredi 3 octobre - 19h

📍 130 Rte de Badinières, 38300 Tramolé

Intervenant :

Coraline Companella de la Compagnie Les éclaireuses

2 Forum - Sport Santé

Stands et animations d'associations sportives du territoire. Trois conférences seront proposées sur les thèmes suivant :

- les bien-faits de l'activité physique
- la mémoire
- alimentation et glycémie

Samedi 4 octobre - de 9h à 13h

📍 Gymnase Coubertin à La Côte Saint-André

3 Arts graphiques avec la ludothèque

La ludothèque de Bièvre Isère Communauté vous accueille pour un temps ludique, convivial.

Initiation avec une art-thérapeute de l'association San'Arts (dessin, craies, écriture...).

Atelier individuel ou collectif, au choix

Mercredi 8 octobre - de 10h à 12h et de 14h à 18h

📍 Espace Jean Doucet à Saint-Étienne de Saint-Geoirs

Intervenant :

San'Arts

4 3114

Présentation du 3114, numéro national de prévention du suicide. Réservée aux professionnels, bénévoles et élus. Inscription conseillée : <http://bit.ly/4m5vimJ>

Jeudi 9 octobre - de 12h à 14h

📍 Maison de l'intercommunalité, 366 Rue Stéphane Hessel, 38440 Saint-Jean de Bournay

Intervenant :

Centre Hospitalier le Vinatier

5 Marché Bien-être de Co-libree 38

Venez vous ressourcer le temps d'un atelier et découvrir les domaines qui vous apportent le plus de bien-être : soins du corps, aromathérapie, créations artistiques, relaxation et méditation, sport, espace de discussion. Activités bien-être pour les enfants, proposées par le secteur enfance de Bièvre Isère Communauté.

Inscription conseillée sur <https://www.colibree38.fr> **ou 0672304701. Petite restauration sur place**

Vendredi 10 octobre - de 17h à 21h

📍 Gymnase de Saint-Siméon de Bressieux

Intervenant :

Colibree 38

6 Balade pour découvrir, partager et s'émerveiller dans la Nature

Au grès du sentier, venez découvrir le site naturel de la tourbière des Planchettes à travers un regard artistique, à partager en famille pour petits et grands 2h30-3h de balade et d'ateliers :

- "Land'art : réalisation d'une œuvre collective"
- "Ensemble autour du son" (musique et environnement)
- "Relions-nous grâce au non humain" (observation de la nature)

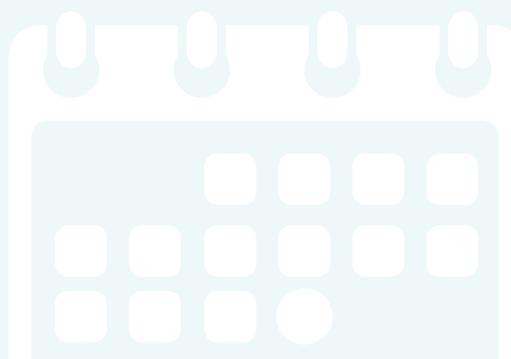
Inscription obligatoire : <http://bit.ly/4k01SZc>

Samedi 11 octobre - Départs échelonnés toutes les 30 min de 9h30 à 11h

📍 Tourbière des Planchettes, parking des croisettes

Intervenants :

Bièvre Liers Environnement, San'Arts et Adelis



7 Soirée Débat-Théâtre : "Parents, imparfaits et épanouis !"

Vous êtes parent d'un enfant de 0 à 10 ans ? Venez rire, réfléchir, et partager autour de ce rôle aussi beau que déroutant. À travers des saynètes pleines d'humour et de tendresse, cette soirée vous invite à poser un regard sincère (et déculpabilisant !) sur la parentalité d'aujourd'hui.

L'occasion de souffler, de se reconnaître... et de se sentir moins seul face à l'aventure d'être parent.

Réservation conseillée sur : <https://www.colibree38.fr> ou à la crèche de Nantoin au 04 74 54 51 33.

Petite restauration sur place.

Mardi 14 octobre - ouverture des portes à 19h et soirée de 20h à 22h

📍 Salle des fêtes - Nantoin

Intervenants :

Colibree 38 et la Compagnie AkunaMatata

8 Ludothèque

La ludothèque de Bièvre Isère Communauté vous accueille pour un temps ludique, convivial.

Mercredi 15 octobre - de 10h à 12h et de 14h à 18h

📍 Salle des fêtes - Champier

9 Ateliers "moi, parent séparé et/ou divorcé"

Une séparation est souvent une étape difficile, pour les parents comme pour les enfants.

Cet atelier vous propose un temps d'échange entre parents pour partager vos expériences, mieux comprendre ce que vous vivez et ce que vivent vos enfants.

Garde d'enfants assurée

Inscription : <http://bit.ly/4mvuQqV>

Mercredi 15 octobre _ de 17h30 à 20h30

📍 Adelis 66 Rue de la Jalinière 38870 Saint-Siméon-de-Bressieux

10 Soirée de clôture

Après deux semaines riches en échange et en découverte. Venez vivre une soirée artistique et festive qui célèbre la santé mentale sous toutes ses formes !

Au programme :

- 18h : ouverture des portes
- 18h30 : visite des Quatre Jardins
- 19h : spectacle créé sur mesure par la cie L'Arbre, à partir d'expériences recueillies lors des temps forts de ces deux semaines consacrées à la santé mentale.

Inscription : <http://bit.ly/41S6oz2>

Vous souhaitez contribuer au spectacle ?

Un temps de préparation est ouvert à toutes et tous, quels que soient vos talents ou votre expérience de la scène :

Infos et inscriptions : au 07 60 22 67 71 ou cie@l-arbre.fr

Vendredi 17 octobre - 18h

📍 Établissement d'accueil médicalisé : 12 route de la Forteresse, 38590 Saint-Étienne de Saint-Geoirs

Intervenants :

Cie L'Arbre, EAM les 4 jardins

Les expositions

11 Exposition "La santé mentale, toutes et tous concernés !"

10 portraits pour permettre de s'identifier à des personnes ayant traversé une fragilité psychique ou atteintes d'un trouble psychique, et changer notre regard sur la santé mentale.

Du 29 septembre au 10 octobre

📍 Médiathèque intercommunale à Saint-Jean de Bournay

Infos complémentaires :

Animation autour de l'exposition le mercredi 1er octobre à 14h30

12 Exposition "Révélation"

« Révélation », une exposition réalisée par le Foyer les 4 jardins à Saint-Etienne de Saint-Geoirs et l'association Et pourquoi pas ? Révélation c'est 8 personnes qui nous parlent de 4 émotions. Ce sont des photos, des dessins, des collages et des temps de rencontres qui deviennent une exposition.

Du 29 septembre au 10 octobre

📍 Médiathèque intercommunale à Saint-Etienne de Saint-Geoirs

Du 13 au 24 octobre

📍 Médiathèque intercommunale à Saint-Simeon de Bressieux

Infos complémentaires :

Animation autour de l'exposition à 15h le mercredi 1er octobre à Saint-Etienne de Saint-Geoirs et le 15 octobre à Saint-Siméon de Bressieux



