



Nous espérons que vous avez passé un bel été.

La lettre de la plateforme a fait une pause au mois d'août. Elle est de retour pour continuer de vous informer des différents événements autour de la réhabilitation psychosociale mais aussi pour développer les thématiques, métiers, actualités qui vous concernent.

"Parlons d'autodétermination et de Case-management "

Parce que gouverner sa vie sans influence externe indue est un droit, permettre à chaque personne souffrant de troubles psychiques sévères et/ou en situation de handicap de conserver son libre-arbitre est une priorité voire un devoir pour les acteurs intervenant dans les secteurs du sanitaire, du social et du médico-social.

L'autodétermination apparaît donc comme incontournable et va de pair avec le case-management, moyen de garantir un accompagnement personnalisé, stimulant et motivant, adapté à l'état de santé et d'autonomie de chaque personne.

Le mardi 24 septembre 2024 au Centre Cyrano de Bergerac à Sannois, aura lieu la prochaine journée départementale val d'oisienne de réhabilitation psychosociale sur l'autodétermination et le case-management.

Journée départementale sur la réhabilitation psychosociale

**Santé mentale**

**Ensemble cultivons l'autodétermination et le case-management**

Plénières | Tables rondes | Stands

**Mardi 24 septembre 2024**  
Centre Cyrano de Bergerac - Place du Général Leclerc - 95110 Sannois

Inscription obligatoire | Accès gratuit | Parking gratuit | Repas libre

Inscrivez-vous dès maintenant à cette journée gratuite en suivant ce lien ci-dessous pour participer à la journée et prendre vos places pour les différentes tables rondes :

[Je m'inscris](#)

Cet événement est ouvert à tous les professionnels accompagnant des personnes souffrant de troubles psychiques et/ou en situation de handicap, quel que soit leur secteur d'intervention. Il s'adresse également aux personnes concernées, à leurs familles et aux proches-aidants.

A vos agendas  
Septembre 2024

Journée internationale de la prévention du suicide



[lien vers le site pour plus d'informations](#)

Les webinaires du Ceapsy dès le 26 septembre 2024

Centre Ressource Ile de France pour les personnes concernées par les troubles psychiques, pour leurs proches et pour les professionnels



[lien vers les webinaires du ceapsy](#)

Octobre 2024



Le festival Pop & Psy est un événement culturel et scientifique gratuit, à but non lucratif, inclusif et engagé pour la santé mentale. La programmation est riche et festive, rythmée par des tables rondes,

**des talks, des ateliers interactifs, des expositions d'art graphique, un espace dédié aux acteurs associatifs, des spectacles et des sessions live.**

**[Festival Pop et psy cliquez ici](#)**

**Les SISM : semaines d'information sur la santé mentale**



## Programme SISM de l'agglomération Val Parisis :

# Les Semaines d'information de la santé mentale 2024

Prévention, éclairage sur les différents troubles psychiques, bien-être mental, respect des droits... depuis 2021, les médiathèques du réseau Val Parisis vous proposent des animations inédites afin d'aborder la santé mentale sous divers aspects en toute simplicité et sans tabous.

<b>samedi</b> 05 / 10 de 15h à 17h		<b>CAFÉ-PHILO : COMMENT FAIRE FACE AU CHAOS ?</b> En période trouble, comment tenir et combattre ses incertitudes et le chaos ?  Par Dominique Paquet, philosophe Adultes - Sur réservation - Médiathèque du Plessis-Bouchard
<b>dimanche</b> 06 / 10 de 15h à 17h30		<b>CINÉ-DÉBAT : L'IMPACT DES ÉCRANS SUR NOTRE BIEN-ÊTRE MENTAL</b> Projection du film Et si on levait les yeux ? suivie d'un débat.  Par Gilles Vernet, réalisateur Tout Public - Sur réservation - Médiathèque de Franconville-la-Garenne
<b>samedi</b> 12 / 10 à 10h30		<b>QI GONG</b> Découvrez les bienfaits du Qi Gong, véritable art de vivre traditionnel chinois, qui associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.  Par ACSC, association Adultes - Sur réservation - Médiathèque de Commelles-en-Parisis
<b>samedi</b> 12 / 10 de 14h30 à		<b>CONVERSATION PHILOSOPHIQUE</b> Qu'y a-t-il dans un livre qu'il n'y a pas dans la vie ?  Par Dominique Renault, professeur de philosophie Adultes - Sur réservation - Médiathèque de Montigny-les-Cornelles
<b>samedi</b> 12 / 10 de 15h à 17h		<b>LA SANTÉ MENTALE DES 6-12 ANS</b> Comment comprendre, repérer et accompagner les difficultés psychologiques des enfants de 6 à 12 ans ? Deux spécialistes répondront à vos questions. Par Alison Demangeon et Candice Lesne, psychologues Adultes - Sur réservation - Médiathèque d'Ermort
<b>samedi</b> 12 / 10 de 15h à 17h		<b>CAFÉ-PHILO: LA SOCIÉTÉ DE LA SANTÉ MENTALE</b> Si la santé mentale est désormais une question de santé publique majeure, elle est également un langage qui nous permet de formuler les tensions morales de notre société. Par Alain Ehrenberg, sociologue et directeur de recherche au CNRS Animé par A. Ben Mlih Adultes - Sur réservation - Médiathèque de Franconville-la-Garenne
<b>samedi</b> 12 / 10 de 15h à 19h de 19h15 à 17h15		<b>ATELIER LEGO BRICQ MOTION®</b> Atelier de montage et de construction "Forces et Mouvements" avec la gamme Lego Brick Motion®  Par Ze Fab Truck À partir de 6 ans - Sur réservation - Médiathèque de Franconville-la-Garenne
<b>samedi</b> 12 / 10 de 15h à 17h		<b>SPORT ET SANTÉ MENTALE</b> C'est prouvé, le sport est bon pour la santé physique, sociale et mentale ! Des professionnels de la santé et du sport, vous présenteront les bienfaits des activités physiques sur la santé mentale. Par Mélissa Marthely, Élise Duménil et Halim Chalabi Adultes - Sur réservation - Médiathèque de Saint-Leu-la-Foivre
<b>samedi</b> 12 / 10 de 15h à 18h		<b>SOPHROLOGIE</b> Améliorer la qualité de son sommeil par le biais de la sophrologie M.-G. Chupiet vous propose des outils concrets, efficaces et rapides à mettre en œuvre au quotidien. Par Marie-Gabrielle Chupiet, sophrologue Adultes - Sur réservation - Médiathèque de Sannois
<b>dimanche</b> 13 / 10 de 14h à 19h* de 19h30 à 19h30**		<b>DANSE MOUVEMENT THÉRAPIE</b> Séance pour découvrir la Danse Mouvement Thérapie Laisser son corps entrer dans le mouvement qu'il souhaite, lui apporte une libération profonde. Par Chris Moov' Art, praticienne en Danse Mouvement Thérapie Adultes* et à partir de 6 ans** - Sur réservation - Médiathèque d'Eaubonne
<b>mercredi</b> 16 / 10 de 15h à 17h15		<b>SOPHROLOGIE</b> Atelier sophrologie pour mieux gérer ses émotions Des outils concrets, efficaces et rapides à mettre en œuvre au quotidien ! Par Marie-Gabrielle Chupiet, sophrologue Adultes - Sur réservation - Médiathèque de Sannois

**ValParisis**  
MÉDIATHÈQUES

[Lien vers le programme](#)

