

**Mercredi  
16 octobre 2024**

**Maison de quartier  
Jacques-Prévert :**

Sensibilisation  
**Sport et santé  
mentale**

**Jeudi  
17 octobre 2024**

**Cinéma Marcel-Pagnol :**

**Ciné-débat**  
animé par  
des professionnels  
de la psychiatrie



**— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —**



— Mercredi 16 octobre de 14 h à 17 h —

Maison de quartier Jacques-Prévert – 3 rue d'Hébecourt

## Après-midi de sensibilisation sur le sport et la santé mentale



- Initiation au yoga adapté proposé par l'USMM : au programme, échauffement, postures et relaxation pour toutes et tous, qu'on soit en chaise ou non.
- Tests d'aptitude physique
- Parcours inclusif proposé par la Maison Sport Santé PEPS



Les partenaires – CCAS, USMM, UNAFAM, CMS, CLIC, CMP, CMPP, CSAPA, Espérance Hauts-de-Seine et AS mouvement – vous accueillent également sur leur stand pour plus d'information.

— Jeudi 17 octobre à partir de 20 h —

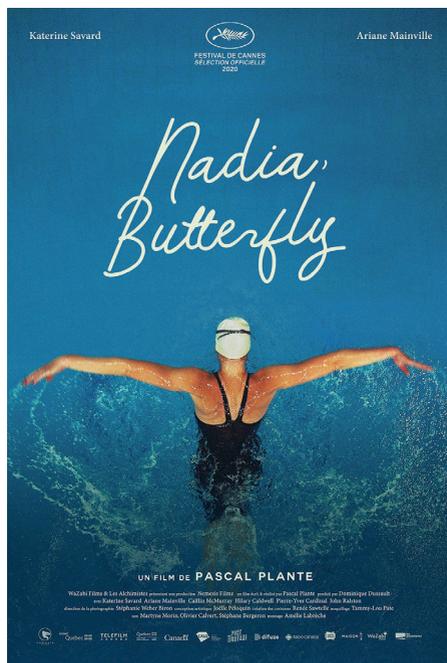
Cinéma Marcel-Pagnol – 17 rue Béranger

## Ciné-débat gratuit\*

- Cette projection sera suivie d'un temps d'échanges avec le public animé par le Dr Ouardia Otmani, psychiatre, cheffe de pôle, à l'hôpital Paul-Guiraud-Clamart.

Synopsis du film :

À 23 ans, Nadia prend la décision controversée de se retirer de la natation professionnelle et de s'affranchir d'une vie de sacrifices. Après une dernière course, les excès cachés du Village olympique offriront à Nadia un premier souffle de liberté. Mais à mesure qu'elle plonge dans l'inconnu, les doutes surgissent : qui est-elle réellement ?



\*Entrée libre dans la limite des places disponibles