

35<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale  
*SISM*



# "En mouvement pour notre santé mentale" 2024

## Manifestations en Béarn

- **8 au 18 octobre**, exposition avec l'Espace socioculturel du Centre hospitalier des Pyrénées comme l'an passé à la Maison de la montagne de Pau

35<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale  
*SISM*



Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (S.I.S.M.), l'Espace Socio-Culturel et l'animateur santé publique du C.H. des Pyrénées de Pau organisent, en collaboration avec la Maison de la Montagne et la M.J.C. Berlioz,

**Une exposition commune d'artistes**  
**du mardi 8 au vendredi 18 octobre 2024**  
**à la Maison de la Montagne**  
**29 bis rue Berlioz, 64000 Pau**



Quatre artistes (anciens patients du C.H.P.) présenteront plusieurs de leurs œuvres. LOXI, Rémi Dujat, Salvatore Rogia et Mathilde Signori ont accepté de participer à cette exposition commune, autour de la thématique nationale de cette 35<sup>ème</sup> édition «En mouvement pour notre santé mentale».

**Vernissage le mardi 8 octobre à 18h avec démonstration de peinture sur toile de plusieurs artistes**

**Exposition visible aux heures d'ouverture de la Maison de la Montagne du mardi au vendredi de 10h à 12h et de 14h à 17h30**



### **Infos/Contact :**

Bastien Blanchet, animateur santé publique au C.H. des Pyrénées - Tél. : 05 59 80 91 19 - Mail : [bastien.blanchet@chpyr.fr](mailto:bastien.blanchet@chpyr.fr)  
Espace Socio-Culturel - Tél. : 05 59 80 90 35 - Mail : [espace.socioculturel@chpyr.fr](mailto:espace.socioculturel@chpyr.fr)

- **7 octobre 2024 à 20h30** à Oloron Sainte Marie - cinéma le Luxor : ciné débat sur la thématique du mal-être des jeunes. Action co-portée par la communauté de communes via le Contrat local de santé et l'association Rénovation. Le film projeté sera *Nos futurs*, avec la présence de la réalisatrice et la Maison des adolescents Béarn & Soule qui a participé au film.



## SYNOPSIS

Nos Futurs est une ode au rétablissement. Le documentaire, réalisé et produit par Real Factory, dresse le portrait de trois jeunes, de trois points de rupture et de trois itinéraires pour s'en sortir. Ils témoignent du chemin parcouru et ont l'espoir de pouvoir inspirer leur génération à retrouver son souffle, dans un contexte d'incertitude généralisée qui anesthésie parfois, désespère souvent et révolte de plus en plus.

- **10 octobre 2024 (12:00)** - UPPA campus de Pau : En mouvement pour notre santé mentale

- Tables de prévention
- Quizz en santé mentale (connaissances générales et autoévaluation)
- Présentation des PSSM
- Présentation Espace Santé Étudiants de l'UPPA et partenaires du réseau de soins en santé mentale sur le territoire

organisé par Service Sport Université Pau Pays de l'Adour + EMJSP du CHP de Pau

Contact : Serena Fanny [fanny.serena@univ-pau.fr](mailto:fanny.serena@univ-pau.fr) [0559407901](tel:0559407901)

**Mer 16 octobre de 10:00 à 18:00**      Portes ouvertes au GEM  
L'entretemps Pau 13 rue Duboué (centre-ville) - 05 59 27 34 97 - email : [entre-temps@chpyr.fr](mailto:entre-temps@chpyr.fr)



**Me 16 oct à 20h15** Pau avec SMPA - ciné-débat au Méliès : film de Gilles Lellouche *Le Grand bain* (2018)  
Avec Pierre Godart (président de SMPA) et des praticiens et des bénéficiaires des activités physiques adaptées et du handisport.



Bande annonce : <https://www.youtube.com/watch?v=Je3C1hvUCA8>

### Synopsis

C'est dans les couloirs de leur piscine municipale que Bertrand, Marcus, Simon, Laurent, Thierry et les autres s'entraînent sous l'autorité toute relative de Delphine, ancienne gloire des bassins. Ensemble, ils se sentent libres et utiles. Ils vont mettre toute leur énergie dans une discipline jusque-là propriété de la gent féminine : la natation synchronisée. Alors, oui c'est une idée plutôt bizarre, mais ce défi leur permettra de trouver un sens à leur vie...

**Ven 18 octobre à 13:30** à Salies de Béarn - colloque départemental  
« *Cultivons notre santé mentale* ».

# Colloque

## Cultivons notre santé mentale : quelles actions inspirantes pour y parvenir ?



Gratuit - inscription  
obligatoire avant le  
15 septembre

**Vendredi 18 octobre 2024**  
**13h30 - 16h30**

Salies de Béarn  
Espace culturel Lucien-Cathalinat  
Salle Jean Monnet



Image de Pixapostar sur Freepik



Pour tout renseignement, contacter le PTSM au **07.89.00.42.24** ou à l'adresse mail <[coordination.ptsm64@chpyr.fr](mailto:coordination.ptsm64@chpyr.fr)>



- A Oloron Sainte Marie, Psytoyens du Coeur et le GEM Les Moments Partagés organisent une **Randodine le dimanche 20 octobre à partir de 9h30.**

Il s'agit d'une balade en ville accessible à tous, ponctuée d'ateliers autour de la mise en mouvement, qui se termine par une garbure préparée par les adhérents du GEM, le tout pour une participation de 7€.

Le nombre de places étant limité à 50 participants (plus les bénévoles), les associations qui accompagnent des personnes isolées ou en situation difficile bénéficieront d'un accès prioritaire à l'inscription auprès du GEM jusqu'au 7 octobre au **06 01 66 01 19**. Après cette date, les inscriptions sont ouvertes à tous jusqu'au 14 octobre. Attention, les inscriptions ne sont valides qu'après paiement.

Retrouvons-nous avec plaisir pour bouger ensemble !



## En mouvement pour notre santé mentale

Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale  
Psytoyens du Cœur et le GEM Les Moments Partagés  
vous convient :

# RANDODINE

Une déambulation ponctuée d'animations et suivie  
d'un repas partagé à 13h  
Garbure - Fromage - Café gourmand

**Dimanche 20 octobre à 9h30**

**Au GEM Les Moments Partagés**  
(parking derrière la salle Révol)

**7 € pour l'ensemble de la Randodine.**  
Inscriptions ouvertes entre le 7 et le 14 octobre au 06 01 66 01 19



Echauffement de Qi Qong, en route pour une balade en ville (2km) ponctuée de rencontres



A la Médiathèque, mise en mouvement dans une ronde circassienne par Françoise Toulouse



Anne Cerval et sa guitare nous attendrons au Jardin Public pour une pause égayée de chansons poétiques



Puis retour par les bords du gâve où Adrien Abauzit nous invitera à nous mettre en marche !

Ne pas jeter sur la voie publique





**Santé mentale France**

---

**Pays de l'Adour**

**Santé Mentale Pays de l'Adour**

Contact presse : Philippe Tizon / 06 81 72 54 00

Courriel : [santementale64@gmail.com](mailto:santementale64@gmail.com)

Site web : [www.guidesantementale64.fr](http://www.guidesantementale64.fr)