



Direction de la Communication - Chartres métropole - sept. 2023. Ne pas jeter sur la voie publique.

**Chartres métropole**

Hôtel d'Agglomération  
Place des Halles  
28000 Chartres  
Tél. : 02 37 23 40 00

**chartres-metropole.fr**



**CHARTRES  
MÉTROPOLE**

# JOURNÉE D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

DANS LE CADRE DE LA 34<sup>E</sup> ÉDITION DES SEMAINES  
D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE.



## À TOUT ÂGE, MA SANTÉ MENTALE EST UN DROIT, PARLONS-EN !

Animations, ateliers, conférences...

> **Mercredi 18 octobre de 10 h à 18 h**  
Place des Épars, Chartres



Retrouvez tout le programme sur [chartres-metropole.fr](http://chartres-metropole.fr)



# PROGRAMME

## Bien-être et santé mentale, parlons-en !

La santé mentale des Français, fortement dégradée depuis le début de la crise sanitaire, ne semble pas s'améliorer. Pour sensibiliser le public à ce sujet, les partenaires du Conseil Local de Santé Mentale de Chartres métropole organisent une journée thématique le mercredi 18 octobre, de 10 h à 18 h, sur la place des Épars et à la résidence Silvia Monfort à Chartres. Elle s'inscrit dans le cadre de la 34<sup>e</sup> semaine d'information sur la santé mentale (SISM), dont la thématique est : « À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit ».

## > Stands

### Pôle petite enfance (pré et post-natale) et enfance

#### Informations et animations :

- prévention, dépistage et soin des troubles psychiques ;
- aide au montage des dossiers de compensation du handicap.

**Avec** la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) d'Eure-et-Loir, la Protection Maternelle Infantile (PMI) d'Eure-et-Loir, l'Union départementale des associations familiales (UDAF) d'Eure-et-Loir, le Lieu d'accueil parents-enfants, la maison des familles l'OASIS, la Plateforme de coordination et d'orientation pour les enfants de moins de 7 ans avec des troubles du neurodéveloppement (PCO-TND), le Centre d'action médico-sociale précoce (CAMSP) pour les enfants de moins de 6 ans, les PEP 28, et la Maison pour l'autonomie 28 (MDA) du Conseil départemental.

### Pôle adolescence et adultes

#### Informations et animations :

- dépistage, soin et éducation thérapeutique de troubles psychiques divers ;
- dépistage et soin en lien avec les addictions, les troubles du comportement alimentaire, les troubles du spectre autistique ;
- dispositifs d'accompagnement pour améliorer le bien-être des personnes atteintes d'un cancer ;
- sport adapté pour les personnes souffrant d'un handicap ou d'une pathologie chronique ;
- insertion socioprofessionnelle et hébergement des adultes touchés par un trouble psychique.

**Avec** la Maison des familles l'OASIS, le Centre hospitalier de Dreux, le Centre hospitalier Henri Ey, le Centre hospitalier de Chartres, l'association des Apprentis d'Auteuil, le Centre d'Information et de Consultation en Alcoologie et Toxicomanie (CICAT), l'association Entraid Addict, les PEP 28, l'association Autisme 28, le Groupe d'entraide mutuelle (GEM) du Graal, l'association Appui Santé 28, La Ligue contre le cancer, l'association PEPS 28, l'association Maison Sport Santé, la Maison pour l'autonomie 28 (MDA) du Conseil départemental, le Centre communal d'action sociale (CCAS) de Chartres, l'association ALVE.

### Pôle séniors

#### Informations et animations :

- prévention et dépistage des troubles psychiques ;
- aide au montage de dossiers de compensation de la perte d'autonomie.

**Avec** La Conférence des financeurs (Maison pour l'autonomie du Conseil Départemental), le Centre communal d'action sociale de Chartres.

### Pôle représentation, droits et accompagnement des usagers

#### Informations et animations.

**Avec** l'association Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques (UNAFAM), l'Association pour la santé mentale (APSM), le Point-Justice de Chartres métropole, l'Union départementale des associations familiales (UDAF) d'Eure-et-Loir, le Point info famille et la Communauté 360 des PEP 28, le Centre d'information sur le droit des femmes et des familles (CIDFF) d'Eure-et-Loir.

## > Animations gratuites

### Place des Épars

**BUS « BULLE DE SNOEZ : Espace multi sensoriel itinérant »** : animations de découvertes sensorielles, stimulation visuelle, tactile et auditive. Créneaux de 30 min toute la journée. Inscription sur place.

**Réflexologie plantaire, activités de portage et animations cirque pour les enfants**, par la Maison des familles l'OASIS. Inscription sur place, toute la journée.

**Atelier de fabrication de cocktails sans alcool**, par le Pôle addictologie du Centre hospitalier Henri Ey. Sans inscription, toute la journée.

**Parcours simulation cannabis et alcool**, par les associations CICAT et Entraid'Addict. Sans inscription, toute la journée.

**Présentation de matériel de compensation du handicap**, par la MDPH du Centre hospitalier de Chartres et le DAME des PEP 28.

**Animation du cosmos mental**, par l'association Appui Santé 28. Sans inscription, toute la journée.

**Séances de relaxation**, pour 5-6 personnes à 14 h, 15 h 30 et 16 h 30 pendant 15-20 mn, par l'association ALVE. Inscription sur place.

**Fabrication de smoothies, à vélo**, par le GEM Oxygem des PEP 28. Sans inscription, toute la journée.

**Ateliers mémoire** à 11 h, 14 h 30 et 16 h 30, par MDA 28. Inscription sur place.

**Jeu du JENGA** sur la santé mentale par le GEM du Graal, **Trivial Poursuit sur les handicaps invisibles** par les PEP 28, **Quizz sur la santé mentale des femmes** par le CIDFF 28, sans inscription.

**Bibliothèque vivante : des discussions pour lutter contre les préjugés**. De 15 h 30 à 17 h 30, sans inscription.

**Activités sportives**, par la Maison Sport Santé. Inscription sur place, toute la journée.

**Un jardin d'enfants** proposera de 10 h à 13 h et de 14 h à 17 h des activités sportives et des ateliers maquillage et yoga.

**Résidence Silvia-Monfort**  
26 rue du Docteur-Gibert  
à Chartres

**Ateliers et conférence**, inscriptions 06 10 86 61 72 :

**Découverte de la sophrologie**, par une sophrologue de l'Association APSM. De 10 h 30 à 11 h 30 et de 14 h 30 à 15 h 30.

**Conférence « La santé mentale des jeunes : période de transitions entre vulnérabilité et force d'engagement »**, animée par une psychologue agréée Premiers Secours en Santé Mentale De 14 h 30 à 15 h 30.

**Ateliers massage** des tout-petits et des femmes enceintes De 15 h 30 à 16 h 30, par la PMI et la Maison des familles l'OASIS.

*Le programme est susceptible d'être modifié. Consultez-le sur [chartres-metropole.fr](http://chartres-metropole.fr)*

