



place de l' AGORA  
07200 Aubenas



En mouvement pour  
notre santé mentale



Mercredi 09 octobre  
de 10h à 17h



Retrouvez nous sur facebook  
Réseau santé mentale sud Ardèche



SISM

Semaines d'information  
sur la santé mentale



édition 2024



### Parcours dans la ville

Tout public

Départs: 10h / 11h / 14h / 15h / 16h

rendez-vous devant le stand

Balade de 30 min

animé par l'hôpital de jour St Marie d'Aubenas



### Présentation du sport santé

Tout public de 10h à 17h

animé par le CDOS 07



### Aime ton corps, Bouge ton corps

Tout public

10h / 17h initiation aux échecs

10h Brain gym

11h Activité physique au sol

14h Yoga

15h Activités physique debout

16h Brain gym

animé par Solen

Ateliers de 15 min

### Le travail social en mouvement

Stand d'information et de présentation de l'association

Adultes de 10h à 17h

animé par le CLTS



### Reconnaissance et régulation des émotions

Tout public de 10h à 17h

animé par l'IME les jardins des Tisserands service Prepro et UEMA de Vals les bains

### Sensibilisation à la discrimination

Jeu de l'oie  
course d'orientation

Tout public de 10h à 12h

animé par le lycée Olivier de Serre et l'IME les jardins des Tisserands service Prepro



### L'égalité et si on en parlait

Bus Nina et Simon.e.s

Présentation de l'action Toutes sport

Adultes de 10h à 17h



Ateliers de 30 min

Animation atelier confiance en soi  
11h et 15h

animé par le CDIFF



### Amination dansée

14h30 Atelier danse

15h30 On danse ensemble en libre participation

Tout public

animé par Madame Bleu

### Mur expression créative

Atelier créatif en libre participation

Tout public de 14h à 17h

animé par l'APAJH et l'artiste Alice Vanderplaetsen



### Initiations sportives

disque golf, tir à l'arc et jeux traditionnels

Tout public de 10h à 17h

animé par le Mobil Sport



### ça bouge et ça détend

Atelier créatif en libre participation

Tout public de 14h à 17h

animé par le foyer d'hébergement les chênes vert

### Stand d'informations sur la santé mentale

Tout public de 10h à 17h

animé par l'APATPH



Pour donner votre avis sur l'évènement



flasher moi

