



Semaines d'information
sur la santé mentale
sism

SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE DANS L'INDRE

DU 06 AU 19 OCTOBRE 2025

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien social



ÉVÉNEMENTS GRATUITS ET TOUT PUBLIC

Pour plus de renseignements : syndel.thomas-brondeau@ch-chateauroux.fr - 02 54 53 72 97

QU'EST-CE QUE LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE ?

Les **SISM** sont un moment privilégié pour réaliser des actions de promotion de la santé mentale, construire des projets en partenariat et parler de la santé mentale avec la population.



LES OBJECTIFS DES SISM

1. **SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale.
2. **INFORMER** à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale.
3. **RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
4. **AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
5. **FAIRE CONNAITRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

“Les liens sociaux sont les remparts contre tout ce qui nous divise.”

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien

social



Retrouvez plus d'informations sur les SISM :

Du **06 AU 19 OCTOBRE 2025**



LE SAVIEZ-VOUS



La santé mentale et le lien social en quelques chiffres

1 personne sur 4 va souffrir d'un trouble mental à un moment de sa vie.*

23% des français ont le sentiment de ne pas prendre soin de leur santé mentale dont **36% des femmes** et **38% des 18-24 ans**.*

70% des français cautionnent un stéréotype concernant les personnes atteintes de troubles de santé mentale.*

1 salarié sur 4 se dit en mauvaise santé mentale.*

54% indiquent que le **lien social est plutôt mauvais en France**. En revanche, **57%** ont répondu que le **lien social était plutôt bon là où ils vivent**.**

La gastronomie est l'élément qui rassemble le plus les français selon **37% des répondants**.**

Un changement du fonctionnement habituel peut être révélateur d'une souffrance

Soyons attentifs* :**

- aux variations dans le sommeil et l'alimentation,
- au repli social et à tout changement notable avec ses proches,
- à l'apparition de difficultés scolaires ou professionnelles,
- à la consommation de substances ou l'adoption de conduites à risque,
- à une baisse de l'estime de soi, au développement de peurs, d'émotions très négatives, de pensées suicidaires.

Prêter attention aux variations de son fonctionnement personnel est indispensable, mais attention à l'autodiagnostic :

SEUL UN PROFESSIONNEL DE SANTÉ PEUT ÉTABLIR UN DIAGNOSTIC.

Sources :

*Assurance Maladie | Améliorer la qualité du système de santé et maîtriser les dépenses : les propositions de l'Assurance Maladie pour 2024 - 06 juillet 2024

**Ipsos et Sopra Steria pour le groupe EBRA | Baromètre du lien social - vague 2 - avril 2024

***Santé Mentale Info Service | Les signes auxquels faire attention

SPECTACLE - BAL "SALTIMBANQUES" PAR LES 3 CRIS

JEUDI 9 OCTOBRE 2025

18H30 - 21H00

Salle des Fêtes de Chabris
6 Rue de la République
36210 CHABRIS

JEUDI 16 OCTOBRE 2025

18H30 - 21H00

Salle Le Relais
18 Rue du Bât le Tan
36 100 ISSOUDUN

MARDI 14 OCTOBRE 2025

14H00 - 16H30

Salle Barbillat Touraine
Avenue Daniel Bernadet
36 000 CHÂTEAUXROUX

SAMEDI 18 OCTOBRE 2025

20H00 - 22H30

EHPAD de la Roche Bellusson
36 220 MÉRIGNY

MARDI 7 OCTOBRE 2025

14H00 - 16H30

Espace Juliette Gréco
Rue de la Grenouille
36 200 ARGENTON-SUR-CREUSE

MARDI 4 NOVEMBRE 2025

18H30 - 21H00

Maison de la Jeunesse et de la Culture
16 Rue Henri de la Touche
36 400 LA CHÂTRE

TOUT PUBLIC ~ GRATUIT

SPECTACLE - BAL "SALTIMBANQUES" PAR LES 3 CRIS

La fête fait place au **bal mené par nos saltimbanques** qui deviennent tour à tour musicien·nes, comédien·nes, danseur·euses !

Des saltimbanques nous convient à partager leur **fête itinérante**, une occasion pour toutes et tous de s'amuser, se laisser aller à la fantaisie et au plaisir d'être ensemble. **Une fête qui célèbre l'instant présent...**

Quoi de mieux qu'un **bal** pour nous rassembler, relier nos corps et nous remettre au contact de nos émotions, nous reconnecter à l'autre, lâcher prise, et tout simplement nous amuser ?



Sous l'impulsion d'une Madame Loyale aussi extravagante qu'intrigante, **le public circule librement d'un stand à l'autre, à la découverte de personnages atypiques et de numéros insolites** : puces acrobates, cabinet de curiosités, fléchettes, pêche aux canards et chamboule tout, sans oublier la buvette !

Le bal des Saltimbanques, c'est un **élan collectif pour recréer du lien, briser les barrières et célébrer l'inclusion** avec légèreté et bonne humeur. **Populaire, joyeux, et ouvert à toutes et tous, ce bal invite à danser, rire, jouer, et surtout partager le plaisir d'être ensemble.**

Un moment suspendu où les différences s'effacent, où les rencontres se tissent, et où **chacun.e trouve naturellement sa place.**

Les 3 cris proposent des ateliers de médiation artistique auprès d'un large public, à destination des enfants, des adolescents et des adultes. Ils interviennent également auprès de jeunes en situation de handicap et de personnes âgées résidant en établissement médicalisé.

www.les3cris.com

Mardi 07 octobre

"LE GOÛT DU MIEUX ÊTRE : CUISINER, PAPOTER ET PARTAGER" POUR LES 16 - 25 ANS

De 18h30 à 21h30

Sur inscription par SMS au 06.24.55.09.21

Le lieu vous sera indiqué au moment de votre inscription

Un atelier pour éveiller les sens, créer du lien et favoriser le bien-être à travers la cuisine partagée, co-animé par Marie MERCIER, psychologue, et Stéphanie SOARES, infirmière en pratique avancée.

Vendredi 10 octobre

"LE GOÛT DU MIEUX ÊTRE : CUISINER, PAPOTER ET PARTAGER" POUR LES FEMMES

De 14h à 17h

Sur inscription par SMS au 06.24.55.09.21

Le lieu vous sera indiqué au moment de votre inscription

Un atelier pour éveiller les sens, créer du lien et favoriser le bien-être à travers la cuisine partagée, co-animé par Marie MERCIER, psychologue, et Pauline BOUTILLON, diététicienne.

Jeudi 16 octobre

"LE GOÛT DU MIEUX ÊTRE : CUISINER, PAPOTER ET PARTAGER" TOUT PUBLIC

De 11h à 14h

Sur inscription par SMS au 06.24.55.09.21

Le lieu vous sera indiqué au moment de votre inscription

Un atelier pour éveiller les sens, créer du lien et favoriser le bien-être à travers la cuisine partagée, co-animé par Marie MERCIER, psychologue, et Mathilde PETIPEZ, diététicienne.

Mardi 04 novembre

"SALTIMBANQUES"

De 18h30 à 21h à la Maison de la Jeunesse et de la Culture, 16 Rue Henri de la Touche
36400 LA CHÂTRE

Spectacle-bal animé par Les 3 Cris.

Jeudi 20 novembre

"QUAND REVIENT LE SOURIRE"

De 19h30 à 21h à la Salle des fêtes de
Le Magny, 7 Rue du Chemin Creux
36400 LE MAGNY

Spectacle théâtre animé par la Compagnie Ophélie, accompagné d'un buffet de producteurs et d'un pot festif. Événement soutenu par la MSA Berry-Touraine, en partenariat avec l'ADAR CIVAM et la Chambre d'Agriculture.



Découvrez le
programme du
territoire :



CHÂTEAUX MÉTROPOLE

Lundi 06 octobre

ATELIER "PAR LA GRÂCE DES MOTS"

De 14h à 16h à l'Atelier Passerelle - La santé autrement, 5 Place de Champagne
36000 CHÂTEAUX

Atelier pour adolescents et jeunes adultes. Écriture avec Fanny ROCHAS, autrice-compositrice, Aurélie ROTY LEPERS de l'AIDAPHI, Fatiha ELKADEM de la Mission Locale, Carine GALOPPIN de l'UDAF 36, et Corinne BORDIN - LHERPINIERE, coordinatrice du Contrat Local de Santé de Châteaux Métropole.

Mardi 07 octobre

"LA COMMUNICATION CONSCIENTE"

De 16h à 17h à la Résidence Services Séniors Les Jardins d'Arcadie, 1 rue Henri Barboux, 36000 CHÂTEAUX

Conférence animée par Stéphanie JOFFE de l'association Bien-être en Berry. Au delà des mots et des gestes, il existe des échanges d'énergies quand nous communiquons et entrons en relation...

"METTRE EN LUMIÈRE LES VIOLENCES INVISIBLES"

À 18h à la Pension de famille Soliha
3 rue du Grand Poirier,
36000 CHÂTEAUX

Conférence animée par Robin DARDEAU, psychologue clinicien. La violence est une thématique au cœur de la question du lien social et de la place de chacun dans la société. Mais toutes les violences ne sont pas explicites et reconnues comme telles...

Mercredi 08 octobre

INAUGURATION DE L'HÔPITAL DE JOUR

De 14h à 18h30 au Centre Colbert
Bâtiment H, 4 rue Alfred Dauvergne
36000 CHÂTEAUX

Inauguration des nouveaux locaux de l'hôpital de jour de la Clinique du Haut Cluzeau.

Jeudi 09 octobre

ATELIERS D'ÉCHANGES ET D'ÉCRITURE

De 14h à 16h à l'Atelier Passerelle - La santé autrement, 5 Place de Champagne
36000 CHÂTEAUX

Découverte de soi, découvrir et redécouvrir l'atelier Passerelle : écriture avec Pauline LACOT, écrivain biographe.

« SENSIBILISATION À LA LANGUE DES SIGNES »

De 15h30 à 16h30 à la Résidence Services Séniors Les Jardins d'Arcadie
1 rue Henri Barboux, 36000 CHÂTEAUX

Sensibilisation animée par Jessica DURIS, Médiatrice en langue des signes française à l'association Bien-être en Berry.

Vendredi 10 octobre

DOCUMENTAIRES ET CAUSERIES SISM

De 15h à 17h à l'Auditorium de la Médiathèque, 41 avenue Charles de Gaulle
36000 CHÂTEAUX

Intervention de Nathalie DAMBLANT : "Des petits liens aux urgences" / Diffusion de "Passerelle la santé autrement" écrit et réalisé par Hervé BEZET et en présence de Patricia CHASTANET, infirmière de la Clinique du Haut Cluzeau / Diffusion du film documentaire "Eredità" (2023), écrit et réalisé par Jean-Luc CESCO.

- Renseignements : 02.54.08.35.35

Vendredi 10 octobre

"COMMENT CO-CONSTRUIRE UN PROJET DE SOIN ET D'ACCOMPAGNEMENT EN ACCORD AVEC LE PATIENT ?"

De 18h à 20h30 à la Maison des Loisirs et de la Culture de Belle-Isle, Avenue Daniel Bernadet, 36000 CHÂTEAUXROUX

Conférence organisée par l'UNAFAM et animée par le Docteur Anne GUT-FAYANT, médecin psychiatre du Centre Hospitalier Sainte-Anne.

Lundi 13 octobre

ATELIER COLLECTIF DE "SOPHRO"

De 14h à 15h30

Sur inscription au 06.63.75.54.40

Atelier Passerelle, 5 Place de Champagne
36000 CHÂTEAUXROUX

Découverte technique de bien-être avec Fabrice GUIHO, sophrologue réflexologue certifié RNCE.

"L'OPTIMISME, CATALYSEUR RELATIONNEL"

À 18h à la Salle Barbillat-Touraine

Avenue Daniel Bernadet

36000 CHÂTEAUXROUX

Conférence animée par Philippe JOFFE, représentant permanent de la Ligue des Optimistes de l'Indre : 06.77.22.65.41

Mardi 14 octobre

ATELIER D'EXPRESSION PLASTIQUE

De 14h à 17h à l'Atelier Passerelle - La santé autrement, 5 Place de Champagne

36000 CHÂTEAUXROUX

Découvrir et redécouvrir l'atelier Passerelle avec Jean Marc LE BRUMAN, artiste peintre.

"SALTIMBANQUES"

De 14h à 17h à la Salle Barbillat-Touraine, Avenue Daniel Bernadet

36000 CHÂTEAUXROUX

Spectacle-bal animé par Les 3 Cris.

Mercredi 15 octobre

"INCLUSION PARLONS-EN"

De 10h à 12h à la salle polyvalente de BALSAN'EO, 2 Boulevard Valéry Giscard d'Estaing, 36000 CHÂTEAUXROUX

Regards croisés sur la scolarisation des élèves à besoins éducatifs particuliers et vécu de leur famille. Intervention de Karine GAUTRON, chercheuse, avec la MDPH, l'AIDAPHI, la DSDEN, l'ADPEP et le Réseau Canopé.

Jeudi 16 octobre

"VOYAGE DE CHLOÉ"

De 14h à 16h au CAMSEP de l'ADPEP 36

21 rue du 11 novembre

36000 CHÂTEAUXROUX

Le Centre d'Action Médico Socio-Éducative Précoce accueille dans ses locaux un spectacle vivant et familial animé par Les 3 Cris.

ATELIER D'EXPRESSION PLASTIQUE

De 14h à 16h au CAMSEP de l'ADPEP 36

Découvrir et redécouvrir l'atelier Passerelle avec Jean Marc LE BRUMAN, artiste peintre.

Vendredi 17 octobre

PORTES OUVERTES DU CENTRE D'ACTION MÉDICOSOCIAL PRÉCOCE ET DU CENTRE MÉDICO PSYCHOPÉDAGOGIQUE

De 15h à 17h à l'AIDAPHI 36

16 rue du Colombier, 36000 CHÂTEAUXROUX

"VOYAGE DE CHLOÉ"

De 17h à 18h30 à l'AIDAPHI 36

16 rue du Colombier, 36000 CHÂTEAUXROUX

Le Centre d'Action Médico Sociale Précoce et le Centre Médico Psycho-Pédagogique accueillent un spectacle vivant familial animé par Les 3 Cris.

PARC NATUREL RÉGIONAL DE LA BRENNE

Vendredi 10 octobre

JOURNÉE DES AIDANTS

De 14h à 18h à l'EHPAD La Cubissole
Rue Blaise Pascal 36100 LE BLANC

L'EHPAD La Cubissole organise avec les partenaires du territoire des conférences, stands, activités de découverte et de bien-être.

- Renseignements au 02.54.28.28.07

Samedi 18 octobre

"SALTIMBANQUES"

De 18h30 à 21h à l'EHPAD La Roche
Bellusson, 36220 MERIGNY

Spectacle-bal animé par Les 3 Cris.

PAYS DE VALENÇAY EN BERRY

Jeudi 09 octobre

"SALTIMBANQUES"

De 18h30 à 21h à la Salle des Fêtes de
Chabris, 6 Rue de la République
36210 CHABRIS

Spectacle-bal animé par Les 3 Cris.

Samedi 11 octobre

"LIEN SOCIAL, SANTÉ MENTALE ET JEUX"

De 13h30 à 17h30 à la Salle des Fêtes de
Moulins-sur-Céphons, Les Châtelier
36110 MOULINS-SUR-CÉPHONS

Forum organisé par l'Association Familles
Rurales de Moulins-sur-Céphons et ses
partenaires.

Jeudi 16 octobre

"À MES CÔTÉS : HISTOIRES D'AIDANTS"

De 14h30 à 16h30 à la Salle des Fêtes de
Valençay, 37 Place du Champ de Foire
36600 VALENÇAY

Venez profiter d'un moment d'écoute et de solidarité pour mieux comprendre et valoriser le rôle des aidants et leur engagement souvent invisible. Théâtre Forum organisé par la Fédération Départementale de Familles Rurales de l'Indre et la Compagnie Barroco.

"UNE NOUVELLE À ÉCOUTER, UN MOMENT À PARTAGER : G.E.M"

De 18h à 20h à la Médiathèque de Valençay
8 Rue de Talleyrand, 36600 VALENÇAY

Lecture à voix haute organisée par le CMP de Valençay, Emmanuel TROTTE, auteur et patient, et le Groupe d'Entraide Mutuelle.

Lundi 20 octobre

"L'EUROPE SEULE À VÉLO APRÈS UN CANCER"

De 18h30 à 20h30 à la Salle Pierre de la
Roche de Valençay, 4 Rue Talleyrand
36600 VALENÇAY

Ciné-débat organisé par la Ligue contre le Cancer et Alexandra HUSTA (éditrice des Adventures of Tata Alex).

Découvrez
l'affiche du
territoire :



PAYS D'ISSOUDUN CHAMPAGNE BERRICHONNE

Du 06 au 19 octobre

EXPOSITION PHOTO "PAYSANS PAYSAGE"

Aux horaires d'ouverture du Centre Culturel Albert Camus, Avenue de Bel Air
36100 ISSOUDUN

Entre Indre et Creuse, un paysage d'élevage en mutation. Sécyl GILET et Bruno MASCLE en révèlent la beauté et les bouleversements à travers 2 ans de rencontres paysannes.

VERNISSAGE LE 10 OCTOBRE À 18H EN PRÉSENCE DE SÉCYL GILET.

Exposition de la MSA Berry-Touraine.

- Renseignements au 02.54.21.66.13

OUVRAGES SUR LA SANTÉ MENTALE

À découvrir en Octobre à la médiathèque Albert Camus et sur l'espace numérique Avenue de Bel Air, 36100 ISSOUDUN

- Renseignements au 02.54.21.61.43

Mardi 07 octobre

"BISTROT'SISM" À GIROUX

De 10h à 16h - Accès libre toute la journée
Salle des fêtes, Étang des Fresnes
36150 GIROUX

Café/thé convivial dès 10h, sport bien-être, infos santé toute la journée, **casse-croûte 100% local (OFFERT) à 12h**, jeux de société à partir de 14h pour s'amuser et créer du lien.

- Renseignements auprès de la mairie de GIROUX : 02.54.49.73.82

Mercredi 08 octobre

"LE STAND QUI FAIT DU BIEN"

De 9h à 12h sur la Place de la République,
36150 VATAN

Sur le marché, un moment pour échanger, s'informer et participer à des discussions bienveillantes sur la santé mentale.

Jeudi 09 octobre

SÉANCES DE DÉPISTAGE DE LA DÉPRESSION CHEZ LA PERSONNE ÂGÉE

Toute la journée à l'EHPAD La Chaume
45 Place la Chaume, 36100 ISSOUDUN

Organisé par Carole ARNT, psychologue

- Renseignements au 02.54.21.06.53

CINÉ-DÉBAT : "LES INTRANQUILLES"

Séance à 20h30 au cinéma Les Élysées
Bd Franklin Roosevelt 36100 ISSOUDUN

Leïla, mère de famille, se bat au quotidien pour tenter de sauver le couple qu'elle forme avec Damien, un mari bipolaire. Ils s'aiment profondément mais les effets de la maladie se ressentent durement dans leur quotidien.

Organisé par le CMP d'Issoudun

- Renseignements au 02.54.03.32.60

Vendredi 10 octobre

"LE STAND QUI FAIT DU BIEN"

De 9h à 12h sur la Place du 10 juin 1944,
36100 ISSOUDUN

Sur le marché, un moment pour échanger, s'informer et participer à des discussions bienveillantes sur la santé mentale.

Lundi 13 octobre

"LA SANTÉ MENTALE, PARLONS-EN !"

De 9h30 à 12h

Sur inscription au 02.54.21.52.75

Mission Locale d'Issoudun, Rue Georges Brassens 36100 ISSOUDUN

Un atelier pour les jeunes de 16 à 25 ans révolus (29 ans révolus pour les personnes en situation de handicap). L'objectif : découvrir ensemble des pistes pour prendre soin de sa santé mentale au quotidien.

Coanimé par Marie MERCIER, psychologue, et Martine PESARD, conseillère en insertion professionnelle et sociale.

Du 13 au 16 octobre

PORTES OUVERTES À LA MELI

Rue de tous les diables, 36100 ISSOUDUN

3 activités à tester : stretching (lundi et mardi), éveil énergétique (lundi, mardi et jeudi) et bien-être mental et corporel (lundi).

- Renseignements au 02.54.21.12.36

Mardi 14 octobre

CONFÉRENCE RIRE ET SANTÉ

De 14h30 à 16h30 à l'amphithéâtre Selleron

Centre de Congrès Champs-Élysées

Bd Franklin Roosevelt, 36100 ISSOUDUN

Conférence ludique pour comprendre les bienfaits du rire sur la santé, animée par Salivette PIMPON - La Clownerie.

- Inscriptions et renseignements auprès de l'ASEPT : 02.47.31.61.92

Mardi 14 octobre

"BISTROT'SISM" À GUILLY

De 10h à 16h - Accès libre toute la journée
Bistrot Le Ferdinand, 3 place Ferdinand de Lesseps 36150 GUILLY

Café/thé convivial dès 10h, sport bien-être, infos santé toute la journée, casse-croûte 100% local (OFFERT) à 12h, jeux de société à partir de 14h pour s'amuser et créer du lien.

- Renseignements auprès de la mairie de GUILLY : 02.54.49.72.56

Jeudi 16 octobre

"SALTIMBANQUES"

De 18h30 à 21h à Le Relais

18 rue Bât Le Tan 36100 ISSOUDUN

Spectacle-bal animé par Les 3 Cris.

PAYS VAL DE CREUSE VAL D'ANGLIN

Vendredi 12 septembre

"LA SANTÉ MENTALE DANS L'ASSIETTE"

À 18h30 à l'Espace Jean Frappat,

Rue de la Grenouille, 36200 ARGENTON-SUR-CREUSE

Conférence organisée par l'UNAFAM et animée par le Docteur CHOS, président de l'Institut Européen de Diététique et Micronutrition.

- Plus d'informations : 02.54.28.28.07

Mardi 07 octobre

"SALTIMBANQUES"

De 14h à 15h30 à l'Espace Jean Frappat, Rue de la Grenouille, 36200 ARGENTON-SUR-CREUSE

Spectacle bal animé par Les 3 Cris.



Vos contacts

par territoire



Châteauroux Métropole

Corinne BORDIN-LHERPINIERE

Coordinatrice du Contrat Local de Santé
corinne.bordin@chateauroux-metropole.fr
02 54 08 34 46 - 06 21 93 50 50



Parc Naturel Régional de la Brenne

Aurélie RAYNAUD

Référente du Contrat Local de Santé
a.raynaud@parc-naturel-brenne.fr
02 54 28 12 12



Pays de Valençay en Berry

Laureen REMILLARD

Chargée de Mission Santé
sante.alimentation@paysvalencayenberry.com
02 54 00 35 31



Pays d'Issoudun et de Champagne Berrichonne

Agathe MARANDON

Chargée de Mission Santé Environnement
agathe.marandon@issoudun.fr
02 54 03 36 21 - 06 74 04 09 39



Pays Val de Creuse Val d'Anglin

Angélique LAGRANGE

Chargée de Mission Santé
angelique.lagrange@cc-valleedelacreuse.fr
02 54 47 47 20