



**SAINT-MARCELLIN
VERCORS ISÈRE**
COMMUNAUTÉ

Semaines d'information
sur la santé mentale

36^e
ÉDITION

6 - 19 OCTOBRE 2025

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien social



Sous le
haut patronage du


**MINISTÈRE
DU TRAVAIL
DE LA SANTÉ
ET DES SOLIDARITÉS**
*Liberté
Égalité
Fraternité*



www.semaines-sante-mentale.fr



www.saintmarcellin-vercors-isere.fr

LA SANTÉ MENTALE EN TOURNÉE

Le dispositif mobile de la Maison Intercommunale des Familles « En route vers la santé »
Un arrêt pour se rencontrer, écouter et échanger

Permanences à thème du dispositif mobile « En route vers la santé »
de la Maison Intercommunale des Familles avec l'UNAFAM
(Union nationale des familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques)



- Mardi 7 octobre de 14h30 à 16h30 - Champ de Mars, Vinay
- Jeudi 9 octobre de 14h30 à 16h30 - Champ de Mars, Saint-Marcellin

Écoute, conseils et soutien pour accompagner un proche en souffrance psychique. Présence de deux aidants familiaux formés pour répondre à vos questions et partager leur expérience.

> Sans rendez-vous - Gratuit

> Information : 04 56 33 30 20 ou 07 64 56 23 58

Dispositif mobile « En route vers la santé » : Un espace d'écoute individuel (pour les 11-30 ans)

- Mercredi 15 octobre de 9h à 12h - Maison Intercommunale des Familles, 3 rue du Colombier, Saint-Marcellin

Un lieu confidentiel pour exprimer ses préoccupations et ses doutes, explorer des pistes et recevoir un soutien adapté.

> Sans rendez-vous - Gratuit

Lieu d'écoute « Passerelle Santé » : Un espace d'écoute individuel (tout public)

- Mercredi 15 octobre de 9h à 12h - Maison Intercommunale des Familles, 3 rue du Colombier, Saint-Marcellin

Accompagnement individuel pour toutes les personnes souhaitant parler de leur situation, poser des questions ou chercher des orientations.

> Confidentiel - Sans rendez-vous - Gratuit

> Information : 04 56 33 30 20



CONFÉRENCES ET ATELIERS THÉMATIQUES

Conférence & ateliers « Jardins en santé »

- Jeudi 9 et vendredi 10 octobre, à l'Arche, 34 la Basse Cour, Saint-Antoine-l'Abbaye

La Fédération Jardins Nature & Santé et Binettes et Compagnie organisent deux journées d'échange, d'ateliers et de rencontres sur la manière dont les jardins favorisent le lien social et la créativité comme outils de prévention, d'insertion et de bien-être.

> Gratuit

> Contact : jardin.binettes@gmail.com

Atelier ludique de sensibilisation à la santé mentale

- Jeudi 16 octobre à 17h30, Lieu d'écoute associatif, 27 rue du Faubourg Vinay, Saint-Marcellin

L'association Une écoute pour tous vous invite à participer au parcours ludique qui conduit chaque joueur à se plonger dans l'univers des émotions face aux situations rencontrées. Il faudra compter sur ses ressources personnelles, celles des acteurs du territoire mais aussi sur les autres joueurs pour que l'équipe gagne la partie. Prêt(e) à vous lancer ?

> Gratuit. Inscription souhaitée par mail à contact@uneecoutepourtous.fr

> Nombre de participants limité à 8



Forum des aidants - 10 ans du Café des aidants®

- Vendredi 10 octobre à partir de 13h30 au gymnase, 12 avenue Joseph Chassigneux, Vinay

Le Département anime la commission d'aide aux aidants Sud-Grésivaudan, qui réunit les partenaires institutionnels, associations et aidants. À l'occasion des 10 ans du Café des aidants®, la commission organise un forum des aidants : temps d'échanges, d'informations et de valorisation du rôle essentiel des proches aidants.

> Gratuit

> Information : <https://www.isere.fr/agenda/le-rendez-vous-des-aidants-vinay>



ACTIONS POUR LE JEUNE PUBLIC ET LES FAMILLES

Matins poussette - Mix'age Café

- Samedis 4 et 18 octobre de 9h30 à 11h30 - Mix'age Café, 3 rue de l'Église, Saint-Vérand

Lectures et animations pour explorer les émotions des tout-petits (0-4 ans), accompagnées de discussions pour les parents.

> Sur adhésion - Information : 04 76 38 82 19 | [mixage-cafe@saint-verand-38.fr](mailto:mixage-cafe@ saint-verand-38.fr)

Lieux d'Accueil Enfants Parents sur le territoire de Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté

Des lieux d'échange, de partage et de jeux entre enfants et adultes. Pour les parents, futurs parents et enfants de 0 à 6 ans.

- « **Bulle de Mômes** » ouvert les lundis de 9h15 à 11h15 et les jeudis de 15h30 à 17h30 (hors vacances scolaires) au Pôle multiservices, 3 avenue Brun Faulquier, Vinay.

> Structure intercommunale, information : 04 76 64 09 50

- « **Pirouette** » ouvert les vendredis de 9h à 11h45 (ouvert sur certaines périodes de vacances scolaires) à l'Espace Parentalité, avenue Jules David, Saint-Marcellin.

> Structure intercommunale, information : 04 76 64 86 84

- « **Parent'aise** » ouvert les vendredis de 9h30 à 11h30 (hors vacances scolaires) à la salle des fêtes, Saint-Bonnet-de-Chavagne.

> Structure associative, information : 04 38 90 29 53



ACTIONS CULTURELLES INCLUSIVES

Avant-première Ciné Relax : « Marcel et Monsieur Pagnol »

- Dimanche 12 octobre à 14h - Cinéma Les Méliès, 20 Boulevard Riondel, Saint-Marcellin

Séances adaptées à tous : lumière tamisée, sons modulés, liberté de mouvement. Une expérience collective enrichissante.

> Tarif : 5,50 €

> Information : 04 76 38 65 93

Changer de regard : « L'énergie positive des dieux »

- Vendredi 14 novembre à 19h - La Halle Yves Pillet, 2 place de la Halle, Pont-en-Royans

La Halle propose de prolonger la réflexion du mois du documentaire en dédiant la projection de novembre à la santé mentale.

> Réservations sur : www.pass-theque-smvic.fr

Le réseau Pass'thèque, composé de 15 médiathèques sur le territoire de Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté, propose un accès gratuit à la lecture, à la culture, aux savoirs et à l'information pour tous. Tout au long de l'année, des animations favorisent le lien social et le bien-être.

N'hésitez pas à solliciter les bibliothécaires pour obtenir des ressources sur la santé mentale, pour vous-même ou pour vos proches.

> www.pass-theque-smvic.fr



ÉCOUTE ET BIEN-ÊTRE

Rencontres des « Petits cailloux »

• Mardi 7 octobre – Maison de Santé Pluridisciplinaire, 28 rue Jean Rony, Saint-Marcellin

Espace participatif pour exprimer ses préoccupations, trouver des solutions et partager des expériences, basé sur la Thérapie Communautaire Intégrative (TCI)

Animées par une psychologue et une animatrice spécialisée.

> **Gratuit, ouvert à tous, sans inscription**

Le Café des aidants®

• Lundi 13 octobre à 14h30 « Émotions et réactions, comment faire avec ? »

• Un lundi par mois de 14h30 à 16h30

À l'Auberge de la Noyeraie, 10 Place de l'hôtel de ville, Vinay

Vous accompagnez un proche malade, en situation de handicap ou dépendant du fait de son âge, venez au Café des aidants®. Un temps d'échange et d'information convivial, ouvert à tous, gratuit avec obligation d'une consommation au café.

Coanimé par une psychologue et une référente médicosociale autonomie du Département.



> **Pour plus d'information, contactez la Maison du Département au 04 76 36 38 38**

Dispositif d'Activité Physique Adaptée

Pratiquer une activité physique régulière est bénéfique pour le corps et l'esprit, Saint-Marcellin Vercors Isère Communauté vous propose le dispositif d'accompagnement à l'Activité Physique Adaptée : parlez-en à votre médecin traitant.

> **Pour plus d'information contactez directement le coordonnateur en Activité Physique Adaptée : 06 64 65 09 49 (message vocal ou SMS avec vos coordonnées).**

Le centre aquatique l'Olympide à Chatte propose des activités pour tous les âges : bassins sportifs et ludiques, pataugeoire et toboggan pour les enfants, ainsi que des cours de natation, d'aquagym et d'aquabike. Un espace bien-être avec sauna et hammam complète l'offre, et des animations spécifiques sont régulièrement organisées pour les plus jeunes.

> <http://www.lolympide.fr/>

