

PROGRAMME SISM 54 SUD

Lunéville - Nancy - Neuves-Maisons

Saint Nicolas de Port - Pont-à-Mousson - Toul

Semaines d'information SUR la santé mentale

34^e
ÉDITION

À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit.

9 - 22 octobre 2023

www.semaines-sante-mentale.fr

 @Sism_Officiel 



Mercredi

11 octobre 2023

de 14h à 17h

Jeune & Cités ULIS - Quartier NIEDERBRONN
MAISON BLEU - 80 rue Ernest Bichat

Lunéville - 54300

ATELIERS ET JEUX :

à tous les âges de la vie, ma santé

Vendredi

13 octobre 2023

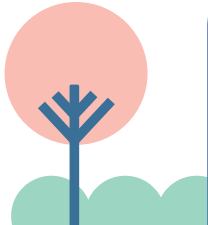
de 14h à 16h30

EHPAD
Rue du Puits Gros Yeux

Einville - 54370

ATELIERS ET JEUX :

à tous les âges de la vie, ma santé



Le principe retenu pour les actions est la mixité des publics qui participeront et animeront les différents ateliers, jeux et temps d'échanges. En effet, il est prévu de faire participer tout le monde au même niveau : usagers, professionnels, enfants, personnes âgées... et le public en général. En exemples, les jeux seront animés par des jeunes à destination de personnes âgées, par des usagers du GEM à destination de professionnels, d'enfants à destination d'adultes, de personnes âgées à destination du grand public... Tout est envisageable ! Les supports d'animation sont des ateliers, des jeux... tels que le Truck à sons, la roue "Bien dans ma tête, bien dans mon corps", le jeu de l'Oie, du tennis de table, du panna foot, le pollumentalomètre, des clips, un film, l'arbre à préjugés, des mascottes, etc.

Entrée libre - Tout public

Mercredi

18 octobre 2023

de 14h à 17h

Espace Mansuy
Rue de l'Abbé Mansuy

Badonviller - 54040

ATELIERS ET JEUX :

à tous les âges de la vie, ma santé

Vendredi

20 octobre 2023

de 13h30 à 15h30

Médiathèque
Place du Général De Gaulle

Baccarat - 54120

ATELIERS ET JEUX :

à tous les âges de la vie, ma santé

Dimanche 15 octobre 2023

De 11h à 17h30

MJC Lillebonne - 14 rue du Cheval Blanc
Nancy - 54000

EXPOSITION

Patients, adhérents, étudiants... ont sublimé par l'art ce que représente pour eux la thématique de l'année :
« A tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit »

Entrée libre - Tout public

Mardi 10 octobre 2023

de 14h à 16h30

EHPAD Saint Joseph - 113 Av. de Strasbourg
Nancy - 54000

Contes, jeux, ateliers et musique

« Tout ce qui nous rassemble »

Gratuit - Sur inscription auprès de :
Emilie Brasseur : 03.83.39.00.63
emilie.brasseur@nancy.fr

Mercredi 11 octobre 2023

à 15h

Médiathèque Haut-du-Lièvre - 325 Av. Raymond Pinchard
Nancy - 54100

Heure du conte

Conte bilingue, LSF/français

Signes de différence : Jean-Loup Hervé et une bibliothécaire vous proposent des histoires en Langue des Signes et en français.

Entrée libre - Tout public

Jeudi 12 octobre 2023

de 17h à 19h

Les Amarres - 23 rue des Sœurs Macarons
Nancy - 54000

PSYTRIALOGUE

« De quoi ai-je besoin pour m'aider à acquérir, renforcer et maintenir ma santé mentale ? »

Groupe d'échange et de paroles

Le « Psytrialogue » abolit les frontières. Il rassemble les personnes concernées par des troubles psychiques, les proches-aidants, des professionnels du secteur sanitaire, médico-social ou social et toute personne ayant envie de partager cet échange. Le Psytrialogue permet d'échanger sans jugement et dans l'anonymat. Cette rencontre sera animée par des personnes expérimentées dans un espace neutre autour d'un thème positif.

Entrée libre - Tout public

Dimanche 15 octobre 2023

de 10h à 18h

Musée des Beaux-Arts de Nancy - 3 Place Stanislas
Nancy - 54000

VISITE GUIDÉE

Gratuit - Sur inscription auprès de :
Caroline Chavanne Oliveira : 03.83.85.31.59
caroline.chavanne-oliveira@nancy.fr

Mardi 17 octobre 2023

de 18h30 à 22h

IRTS de Lorraine - 201 Av. Raymond Pinchard
Nancy - 54000

CINÉ-DÉBAT

Projection du film « Tout pour être heureux »
de Jérôme Adam et Olivier Le Bris (85min - 2022)

Avez-vous déjà pensé d'une personne qu'elle avait tout pour être heureuse ? Jérôme craint de revivre avec sa fille ce qu'il a connu avec Cédric, son frère aîné : beau gosse, intelligent, d'un milieu privilégié... Cédric avait tout pour être heureux. Pourtant à l'adolescence, il a basculé dans une addiction fatale aux stupéfiants et à l'alcool. Jérôme décide de partir à la rencontre de femmes et d'hommes que l'on entend rarement : les sœurs et les frères des personnes dépendantes.

Entrée libre - Tout public

Mercredi 18 octobre 2023

de 8h30 à 17h

Conseil Départemental - 48 Esplanade Jacques Baudot
Nancy - 54000

ANIMATION & CONFÉRENCES

Le bien-être d'abord : Pour une meilleure prise en compte
de la santé mentale dans le parcours d'insertion

LE PROGRAMME

de 9h à 12h :

Un forum ouvert aux professionnels de santé et aux professionnels de l'accompagnement
du territoire Grand Nancy.

- Table ronde "Lever les freins à l'accompagnement dans le parcours d'insertion des personnes présentant des troubles psychiques"
- Stands des partenaires et acteurs de la santé mentale.

De 14h à 17h30 :

Ouverture aux professionnels de l'accompagnement, aux professionnels de la santé et
au public accompagné par les partenaires de l'insertion.

- Table ronde sur les conséquences de la précarité sur la santé mentale
- Stands de présentation et de démonstration d'actions bien-être
- Coin animation pour les enfants du public en insertion (animation sur les émotions)

Animation de la journée par une radio locale.

Entrée libre - Tout public

Mercredi 18 octobre 2023

de 14h à 17h

Centre Social Jolibois - 4 Av. du Général Mangin
Nancy - 54000

ANIMATION

Gérer ses émotions tout au long de la vie

Différentes animations autour des émotions proposées
par roulement toutes les 30 minutes :

Raconte tapis des émotions, jeu autour des émotions, fabrication de balle antistress
ou de bouteilles sensorielles, atelier d'inspiration Snoezelen, atelier relaxation,
atelier d'expression théâtrale.

Entrée libre - Tout public

Samedi 7 octobre 2023

de 9h30 à 11h30

Marché de Neuves-Maisons - 96 rue de la Paix - Neuves-Maisons - 54230

ANIMATION

Petit Marché & Jeu de l'Oie

La Ludothèque propose son petit marché : primeur, fromagerie, boulangerie, poissonnerie et leurs différents accessoires ! De multiples possibilités de jeux symboliques et des moments de partage pour le plaisir des petits et des grands.

Animation d'un jeu de l'Oie par les jeunes de la Mission Locale.

Entrée libre - Tout public

Mercredi 11 octobre 2023

de 14h à 17h30

La Filoche - 90 rue René Cassin - Chaligny - 54230

ANIMATION

Bien-être en tous sens, à tout âge

De la petite enfance au grand-âge, venez vivre des expériences sensorielles : massages sonores, espace Snoezelen, lecture de contes, jeu de l'Oie, arbres à Préjugés : autant d'animations proposées pour votre mieux-être.

Entrée libre - Tout public

Samedi 14 octobre 2023

de 9h à 12h15

« Espace Naturel Sensible » du Plateau Sainte Barbe - Bainville sur Madon - 54043

ANIMATION

Bain de nature

Balade sur l'Espace Naturel Sensible du Plateau de Ste Barbe, animée par Frédéric GOSSELIN (CCMM) et des soignants du CMP de Neuves-Maisons. Elle alternera des temps d'information, de sensibilisation à la faune et à la flore et des moments de reconnexion avec la nature de type relaxation.

Départ en bus gratuit proposé par la Communauté de Communes Moselle et Madon. RDV à 9h00.

Le lieu de RDV sera communiqué lors de l'inscription.

Sur inscription - A partir de 10 ans

Les enfants doivent être accompagnés

SAMEDI 14 OCTOBRE 2023

Espace du Prieuré à Varangéville à partir de 14h

Dans la famille « Bien-être », je voudrais ...

Au travers de différentes animations et activités proposées,
venez piocher les cartes de votre famille « Bien-être »

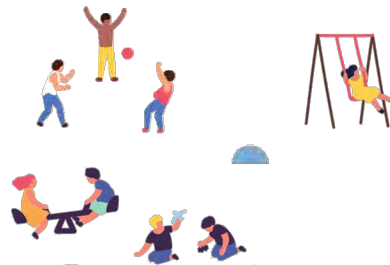
Entrée libre - Tout public

TOUTE L'APRES-MIDI

- Espace de détente et de convivialité
- Atelier Arbre à Préjugés
- Stand d'information et de sensibilisation du Centre régional de Prévention du Suicide
- Massage Parents-Bébé
- Relaxation
- Stand du bien-être

À 14h

Représentation théâtrale
« C'est la Famille ! »



À 17h

Initiation au
Yoga du Rire

Venez jouer seul ou en famille au jeu du

Loup-Garou du Bien-être

En assurant votre place par mail à : pole-juridique@cidff-luneville.fr



Mardi 10 octobre 2023

à partir de 10h

Procheville - Rue Alexandre Fleming

Pont-à-Mousson - 54700

ATELIER DE 10 PERSONNES

Initiation à la Relaxologie et à la Sophrologie

Vous avez besoin d'une pause dans votre quotidien ? Vous souhaitez obtenir des techniques pour mieux gérer votre stress ? C'est l'occasion de vous accorder un moment de bien-être et de détente lors d'un atelier relaxation et sophrologie !

Entrée libre - Tout public

Mardi 10 octobre 2023

de 11h à 12h

Agora de Pambio - 7-9 rue du 26ème Bataillon de Chasseurs à pieds

Pont-à-Mousson - 54700

ANIMATION

Atelier « Bien-être » - Tout public

Sophrologie : Observer sa charge mentale qui provoque du stress.

Apprendre à conscientiser pour s'en libérer.

Sur inscription auprès de :

Accueil PAMBIO : 07.68.87.48.37

Cyrille BOUILLET : 07.77.77.52.34

Mercredi 11 octobre 2023

de 14h30 à 17h

Résidence Autonomie Les Fourasses - 1bis rue de la Papeterie

Champigneulles - 54250

ANIMATION

Bien-être dans mes baskets

Nous proposons de faire découvrir plusieurs disciplines pour favoriser le bien-être et la détente : sophrologie, Snoezelen et Qi Gong.

Chaque personne intéressée pourra participer à 2 ateliers. L'action est gratuite, ouverte à tous les publics, sur inscription.

Sur inscription auprès de : Mme Virginie CALZUOLA

v.calzuola@mairie-champigneulles.fr

Mercredi 11 octobre 2023

de 9h30 à 11h30

Salle des Beaux Plafonds - Place Colombé

Pont-à-Mousson - 54700

ATELIER

La Mosaïque Créative Intergénérationnelle

Autour d'une mosaïque créative commune, cet atelier rassemblera petits et grands.

Tout d'abord, chacun sera invité à se raconter et s'exprimer autrement, en personnalisant sa pièce de mosaïque avec les différentes techniques artistiques proposées. Puis, il sera nécessaire d'observer, de partager, de se rapprocher, de trouver sa place, sur la fresque, pour voir apparaître l'image, à la fin de l'atelier.

Un atelier symbolique pour tisser des liens, se découvrir, trouver sa place, se faire plaisir et observer que chacun est unique et indispensable.

Entrée libre - Tout public

Jeudi 12 octobre 2023

de 7h à 13h

Marché de Pompey - 35 avenue Gambetta

Pompey - 54340

ANIMATION

Bus de l'autonomie

Rencontre de professionnels, dont ergothérapeutes, au Bus de l'Autonomie 54 pour :

- échanger sur les solutions du bien vivre à domicile : information, conseils, produits astucieux (aides techniques), adaptation du domicile, etc...
- sensibiliser autour de la santé mentale : information sur les dispositifs existants, discussion autour des idées préconçues, etc...

Entrée libre - Tout public

Jeudi 12 octobre 2023

de 8h30 à 12h30

Marché de Pompey - 35 avenue Gambetta

Pompey - 54340

ANIMATION

Bricol'Méninges

Trouvez les différents outils qui peuvent vous donner des clés à tous âges de la vie.

Entrée libre - Tout public

Jeudi 12 octobre 2023

de 8h à 13h

Marché de Pompey - 35 avenue Gambetta
Pompey - 54340

ANIMATION

Les idées reçues voyageuses

Le voyage de l'arbre aux idées reçues propose des espaces d'échanges simples et conviviaux afin de déstigmatiser et sensibiliser à la santé mentale de tous, à tout âge de la vie.

Entrée libre - Tout public

Jeudi 12 octobre 2023

à partir de 14h

Centre Socio-Culturel Jean Hartmann - 59 avenue Général de Gaulle
Pompey - 54340

SPECTACLE / CONFÉRENCE

Spectacle Toxiclowmanie - par Benoit Boulay

La drogue (oui) (mais) à quel prix ?

La mission de Michel Machin (nom de scène de Benoît BOULAY) sera simple : parler de drogue. Tel un guide à travers une galerie de personnages, il vous emmènera en immersion dans cet univers particulier et vous présentera ce sujet d'une manière décalée et non traditionnelle. A la fin du spectacle, le public peut échanger avec des professionnels.

Entrée libre - Tout public (à partir de 13 ans)

Mardi 17 octobre 2023

à partir de 14h

Espace Multiservices du Breuil - Rue Alexandre Fleming
Pont-à-Mousson - 54700

ATELIER DE 10 PERSONNES

Initiation à la Relaxologie et à la Sophrologie

Vous avez besoin d'une pause dans votre quotidien ? Vous souhaitez obtenir des techniques pour mieux gérer votre stress ? C'est l'occasion de vous accorder un moment de bien-être et de détente lors d'un atelier relaxation et sophrologie !

Entrée libre - Tout public

Mardi 17 octobre 2023

de 10h à 11h

Agora de Pambio - 7-9 rue du 26ème Bataillon de Chasseurs à pieds
Pont-à-Mousson - 54700

ANIMATION

Atelier « Bien-être » - Tout public

Méditation Pleine Présence : Trouver un apaisement en soi en se reconnectant à son corps.

Sur inscription auprès de :
Accueil PAMBIO : 07.68.87.48.37
Brigitte RIGAUX : 06.87.13.41.29

Mardi 17 octobre 2023

de 11h à 12h

Agora de Pambio - 7-9 rue du 26ème Bataillon de Chasseurs à pieds
Pont-à-Mousson - 54700

CONFÉRENCE

Atelier « Bien-être » - Tout public

Table Ronde Bien-Etre : La santé mentale associée au "Bien-Etre".
Mais qu'est ce que le "Bien-Etre" ?

Sur inscription auprès de :
Accueil PAMBIO : 07.68.87.48.37
Cyrille BOUILLET : 07.77.77.52.34

Mercredi 18 octobre 2023

de 14h30 à 16h30

Résidence Autonomie Les Fourasses - 1bis rue de la Papeterie
Champigneulles - 54250

ANIMATION

Voyage intergénérationnel

Nous proposons un voyage intergénérationnel grâce à l'utilisation de casques de réalité virtuelle, pour partager une expérience immersive, découvrir de nouveaux lieux et ressentir tout le bien-être qui en découle. L'action est gratuite, ouverte à tous les publics, sur inscription.

Sur inscription auprès de : Mme Virginie CALZUOLA
v.calzuola@mairie-champigneulles.fr
03.83.34.23.45

Mercredi 18 octobre 2023

de 14h30 à 17h

Résidence Les Fourasses - 1bis rue de la Papeterie
Champigneulles - 54250

ANIMATION

Les idées reçues voyageuses

Le voyage de l'arbre aux idées reçues propose des espaces d'échanges simples et conviviaux afin de déstigmatiser et sensibiliser à la santé mentale de tous, à tout âge de la vie.

Sur inscription auprès de :

Mme Virginie CALZUOLA
v.calzuola@mairie-champigneulles.fr
03.83.34.23.45

Vendredi 20 octobre 2023

de 14h à 16h

Médiathèque - 4 rue de l'Institut Joseph Magot
Pont-à-Mousson - 54700

EXPOSITION

Regards croisés sur l'enfance

Venez découvrir la « fresque artistique » composée d'un triptyque et réalisée par des enfants, adolescents, adultes et personnes âgées du territoire de Pont-à-Mousson, illustrant leurs regards sur la santé mentale des enfants d'aujourd'hui.

Entrée libre - Tout public

Samedi 21 octobre 2023

de 14h à 15h30

L'île d'Esch (à l'entrée)
Pont-à-Mousson - 54700

ANIMATION

Atelier « Bien-être » - Tout public

Sortie Nature Intergénérationnelle : Parcours pour petits et grands à la rencontre de la nature près de l'Agora PAMBio. Pause jeux et échanges de ressentis.

Sur inscription auprès de :
Accueil PAMBIO : 07.68.87.48.37
Thérèse PINSART : 06.83.59.09.76

Samedi 21 octobre 2023

de 15h30 à 16h15

L'île d'Esch (à l'entrée)
Pont-à-Mousson - 54700

ANIMATION

Atelier « Bien-être » - Tout public

Sophrologie : Prendre conscience de son corps.
Transmission d'outils pour se détendre.

Sur inscription auprès de :
Accueil PAMBIO : 07.68.87.48.37
Delphine MIOTTO : 06.50.59.00.07

Dimanche 22 octobre 2023

La matinée

Octobre Rose - Place Duroc
Pont-à-Mousson - 54700

EXPOSITION

Regards croisés sur l'enfance

Venez découvrir la « fresque artistique » composée d'un triptyque et réalisée par des enfants, adolescents, adultes et personnes âgées du territoire de Pont-à-Mousson, illustrant leurs regards sur la santé mentale des enfants d'aujourd'hui.

Entrée libre - Tout public

Dimanche 22 octobre 2023

La matinée

Octobre Rose - Place Duroc
Pont-à-Mousson - 54700

ANIMATION

Les idées reçues voyageuses

Le voyage de l'arbre aux idées reçues propose des espaces d'échanges simples et conviviaux afin de déstigmatiser et sensibiliser à la santé mentale de tous, à tout âge de la vie.

Entrée libre - Tout public

Dimanche 22 octobre 2023

de 10h à 12h30

Octobre Rose - Place Duroc

Pont-à-Mousson - 54700

ANIMATION

Échanges et discussions « Comment voir la vie en rose grâce à ma santé mentale ! : Parlons-en »

Entrée libre - Tout public

Du 9 au 22 octobre 2023

UPPAM - Colombé

Pont-à-Mousson - 54700

Les usagers et l'équipe de l'hôpital de jour de l'UPPAM vous proposent un regard sur le droit à leur santé mentale favorable à leur bien-être à tous les âges de la vie au travers de la réalisation d'une affiche.

A partir du 23 octobre 2023

Maison Départementale des Solidarités - 26 rue du Maréchal Joffre

Pont-à-Mousson - 54700

EXPOSITION

Regards croisés sur l'enfance

Venez découvrir la « fresque artistique » composée d'un triptyque et réalisée par des enfants, adolescents, adultes et personnes âgées du territoire de Pont-à-Mousson, illustrant leurs regards sur la santé mentale des enfants d'aujourd'hui.

Entrée libre - Tout public

Jeudi 12 octobre 2023

de 14h à 15h30

-

Dimanche 15 octobre 2023

de 14h à 15h30

-

Mardi 17 octobre 2023

de 14h à 15h30

-

Dimanche 22 octobre 2023

de 14h à 15h30

Ferme de Mange Seille

Lixières - 54610

ATELIER DECOUVERTE

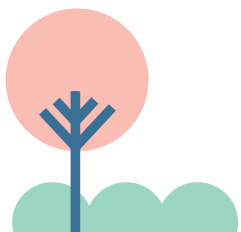
Découverte de la médiation équine

Chez elle, à la ferme de Mange Seille, l'association EQUITAIDE vous propose de venir découvrir les chevaux et leur mode de vie.

Au travers d'une visite et de la rencontre des chevaux, vous pourrez ainsi vous ressourcer et vous reconnecter avec vous et la nature.

Vous serez accueillis par une équicienne, formée à la mise en relation de la personne avec le cheval.

Entrée libre - Tout public



Mercredi 11 octobre 2023

de 11h à 16h

-

Vendredi 13 octobre 2023

de 11h à 16h

-

Mercredi 18 octobre 2023

de 11h à 16h

-

Vendredi 20 octobre 2023

de 11h à 16h

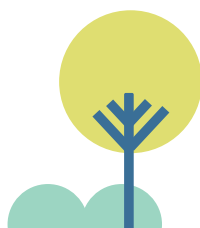
**GEM - 66bis rue du 26ème Bataillon de Chasseurs à pieds
Pont-à-Mousson - 54700**

EXPOSITION

Renc'ART au GEM

Exposition d'expression libre du GEM "Oxy-GEM"
autour de la thématique de la santé mentale proposée
par les adhérents dans une expérience visuelle et sonore
pour tous ceux qui souhaitent la découvrir.

Entrée libre - Tout public



Lundi 9 et mardi 10 octobre 2023

de 8h à 12h & de 13h30 à 16h30

Collège Croix de Metz - 157 rue Louis Majorelle
Toul - 54200

LE COSMOS MENTAL

Présentation du Cosmos Mental et animations

La santé mentale, c'est quoi ?

Comment la comprendre par l'intermédiaire du kit pédagogique "Cosmos Mental" du PSYCOM.

Entrée libre - Élèves de 5ème

Jeudi 12 octobre 2023

de 8h à 12h & de 13h30 à 16h

Ecole élémentaire Mauri Humbert - 155 Av. des Leuques
Toul - 54200

LE COSMOS MENTAL

Présentation du Cosmos Mental et animations

La santé mentale, c'est quoi ?

Comment la comprendre par l'intermédiaire du kit pédagogique "Cosmos Mental" du PSYCOM.

Entrée libre - Élèves de CM2

Lundi 16 octobre 2023

de 8h à 12h & de 13h30 à 16h30

Mardi 17 octobre 2023

de 8h à 12h

Collège Valcourt - 276 Av. du Général Bigeard
Toul - 54200

LE COSMOS MENTAL

Présentation du Cosmos Mental et animations

La santé mentale, c'est quoi ?

Comment la comprendre par l'intermédiaire du kit pédagogique "Cosmos Mental" du PSYCOM.

Entrée libre - Élèves de 5ème

Mercredi 11 et 18 octobre 2023

de 8h à 12h

Collège Croix de Metz - 157 rue Louis Majorelle

Toul - 54200

LA SANTÉ MENTALE EST-ELLE UN PARCOURS D'ORIENTATION ?

La santé mentale est un parcours d'orientation, jonchée d'obstacle mais également doté de balises pour inviter à avancer jusqu'à la suivante.

Cherchez les balises, répondez aux questions sur les représentations de la santé mentale, et nous en discuterons ensemble.

Entrée libre - Élèves de 5ème

Jeudi 12 octobre 2023

de 10h à 12h

Hauteur de Toul - Mont Saint Michel - Rue Louise Michel

Toul - 54200

MARCHE POUR TON MORAL

Un petit pas pour la planète, un grand pas pour ton bien-être !

Nous marchons tous : pour aller au travail, pour faire les courses...derrière ce geste simple et mécanique se cache en réalité un potentiel à prendre soin de soi.

Une connexion entre le corps, l'esprit et l'environnement.

Entrée libre pour les: Résidents de la pension de famille "La Cuesta", Adhérents du GEM, Usagers du CMP de Toul Adultes, Adhérents d'Espoir 54

Lundi 16 octobre 2023

de 8h30 à 11h30 & de 13h30 à 16h30

Centre Socio-Culturel Malraux - Rue du Clos des Grèves

Toul - 54200

LA SANTÉ MENTALE : QUESTION D'ÂGE ?

Jeux de société transgénérationnel autour de la santé mentale - DIXILUDO

"A tous les âges de la vie, la santé mentale est un droit" mais est-on concerné de la même façon à tout âge ? Pour le savoir confrontons nos représentations autour d'un jeu de société !

Entrée libre - Tout public

Dimanche 15 octobre 2023

de 9h30 à 12h

Départ d'URUFFE - 54112

Randonnée « Bien-être »

L'activité physique et la nature sont bonnes pour le moral :
les randonnées bien-être associent les deux !

&

Dimanche 22 octobre 2023

de 9h30 à 12h

Départ d'ABONCOURT - 54115

Randonnée « Bien-être »

L'activité physique et la nature sont bonnes pour le moral :
les randonnées bien-être associent les deux !

Entrée libre - Tout public

Jeudi 19 octobre 2023

de 14h à 16h30

Pôle Emploi de Toul - 90 Av. du Colonel Pechot
Toul - 54200

SENSIBILISATION A LA SANTÉ MENTALE

Le travail, c'est la santé... mentale ?

Vendredi 20 octobre 2023

de 9h30 à 12h00

Pôle Emploi de Toul - 90 Av. du Colonel Pechot
Toul - 54200

MÉDITATION PLEINE CONSCIENCE

Le travail, c'est la santé ! C'est du moins la vertu qu'on lui prête. Mais lorsque celui-ci nous fait défaut, considérons-nous pour autant que notre santé et, plus particulièrement, notre santé mentale sera impacté ? Pas nécessairement.

Découvrons ensemble les ressources à déployer pour maintenir son équilibre psychique.

Entrée libre - Tout public

Semaines d'information
SUR
la santé mentale

