



Semaines d'information
sur la santé mentale

CONFÉRENCES • ATELIERS • SOIRÉE-DÉBAT
ATELIERS PARENTS ENFANTS



Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien **social**

du 6 au 19 octobre 2025

GRATUIT

OUVERT
À TOUS

Sous le haut patronage du Ministère
de la Santé et de la Prévention

Projet organisé par



Pôle d'Équilibre Territorial et Rural





ÉDITO

À l'occasion de la SISM 2025 autour du thème national « Pour notre santé mentale, réparons le lien social », le PETR Centre-Cher se mobilise pour proposer des actions au plus près de chez vous.

Grâce à une forte démarche partenariale, permettant d'offrir divers temps d'échanges sur deux semaines, ouverts à toutes et tous (élus, professionnels et habitants), nous souhaitons lever les tabous sur la santé mentale et la mettre au cœur des préoccupations de chacun. Ces rencontres permettent de parler librement de ce sujet et de mieux connaître les ressources du territoire présentes pour les familles, les parents et les habitants.

Ensemble, prenons soin de nos liens !

Pierre GROSJEAN

**Membre du bureau du PETR Centre-Cher
en charge du Contrat Local de Santé**

SOMMAIRE

LUNDI 6 OCTOBRE

- 01 ATELIER DE MESSAGES MATERNANTS P.8
- 02 LE NUMÉRIQUE POUR CRÉER DU LIEN
INTERGÉNÉRATIONNEL P.8

MARDI 7 OCTOBRE

- 03 TAPIS DE LECTURE P.9
- 04 RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE AUTOUR
DE LA PIÈCE DE THÉÂTRE «LE BEL ÂGE» P.9

MERCREDI 8 OCTOBRE

- 05 BULLE SENSORIELLE P.10
- 06 PETITE BULLE DE DÉTENTE, GRAND PAS VERS LE LIEN P.10
- 07 EN MODE JEUX, EN MODE LIENS ! P.11
- 08 RE...CONNECTONS-NOUS ! P.12
- 09 SPECTACLE «BAL À CONTES» P.13
- 10 COCKTAIL DES PARENTS D'ENFANTS EXTRAORDINAIRES P.13

JEUDI 9 OCTOBRE

- 11 LE COCON DE DELPHINE P.14
- 12 SOLIDARITÉ EN MOUVEMENT ! P.14

VENDREDI 10 OCTOBRE

- 13 UN OSTÉOPATHE POUR LES TOUT PETITS P.15
- 14 LE TEMPS DE SOUFFLER P.15
- 15 ON DIRAIT QUE T'ES EN MODE AVION ! P.16

SAMEDI 11 OCTOBRE

- 16 COMMENT TU M'PARLES ! P.17
- 17 FORUM : AIDANT, AIDE, PRENONS LA VIE DU BON CÔTÉ P.17
- 18 GUINGUETTE DE L'AUTOMNE P.18

DIMANCHE 12 OCTOBRE

- 19 RANDONNÉE PÉDESTRE DANS LES MARAIS P.18

LUNDI 13 OCTOBRE

- 20 PETITS, ADULTES, SENIORS, VENEZ DÉCOUVRIR LE MULTISPORT ! P.19
- 21 ATELIER DE MESSAGES MATERNANTS P.20
- 22 PORTE OUVERTE MAISON DE LA PARENTALITÉ P.20
- 23 SMAM 2025 : SOIRÉE D'ÉCHANGES AUTOUR
DE L'ALLAITEMENT MATERNEL P.21
- 24 CINÉ-RENCONTRE AUTOUR DU DEUIL CHEZ L'ADOLESCENT P.22
- 25 MISE EN LUMIÈRE IPA EN PSYCHIATRIE SANTÉ MENTALE
AU CŒUR DU SOIN EN ÉQUIPE P.23

MARDI 14 OCTOBRE

- 26 PORTES OUVERTES SAVS SAMSAH P.24

MERCREDI 15 OCTOBRE

- 27 PAPOTONS EN MASSANT P.25
- 28 A LA DÉCOUVERTE DU LAEP BULLE D'AIR P.25
- 29 PARENT'AISE À 2 S'ÉVEILLER EN DOUCEUR
ET S'ÉTEINDRE RÊVEUR P.26
- 30 PARLER AVEC MON ADO, UNE MISSION...
PRESQUE IMPOSSIBLE ? P.26
- 31 L'ANALYSE DES PRATIQUES, UN ATOUT POUR LES ASMAT P.27

JEUDI 16 OCTOBRE

- 32 LA PAUSE EXPO «CULTIVER LE LIEN SOCIAL
AVEC UN HANDICAP» P.27
- 33 CONFERENCE DÉBATS - ENFANTS, ADOLESCENTS, ADULTES :
À CHAQUE ÂGE, UN ACCOMPAGNEMENT EN SANTÉ MENTALE P.28

VENREDI 17 OCTOBRE

- 34 CINÉ-RENCONTRE AUTOUR DES CONDUITES À RISQUES CHEZ LES
JEUNES P.29

SAMEDI 18 OCTOBRE

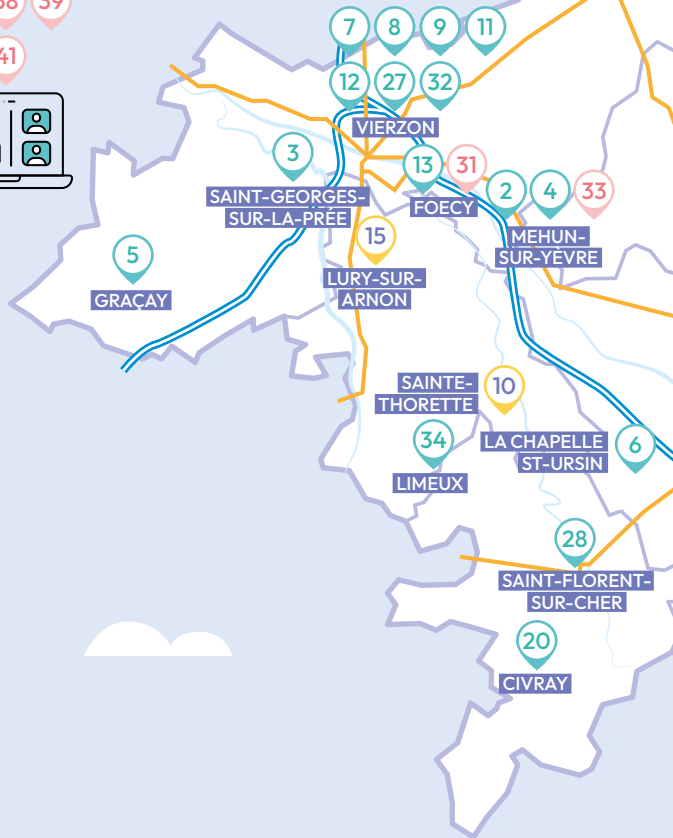
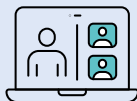
- 35 CAP VERS LE NET ! P.30
- 36 LOTO INTERGÉ P.31

RENCONTRES ENTRE ACTEURS ! 37 38 39 40 41 P.32

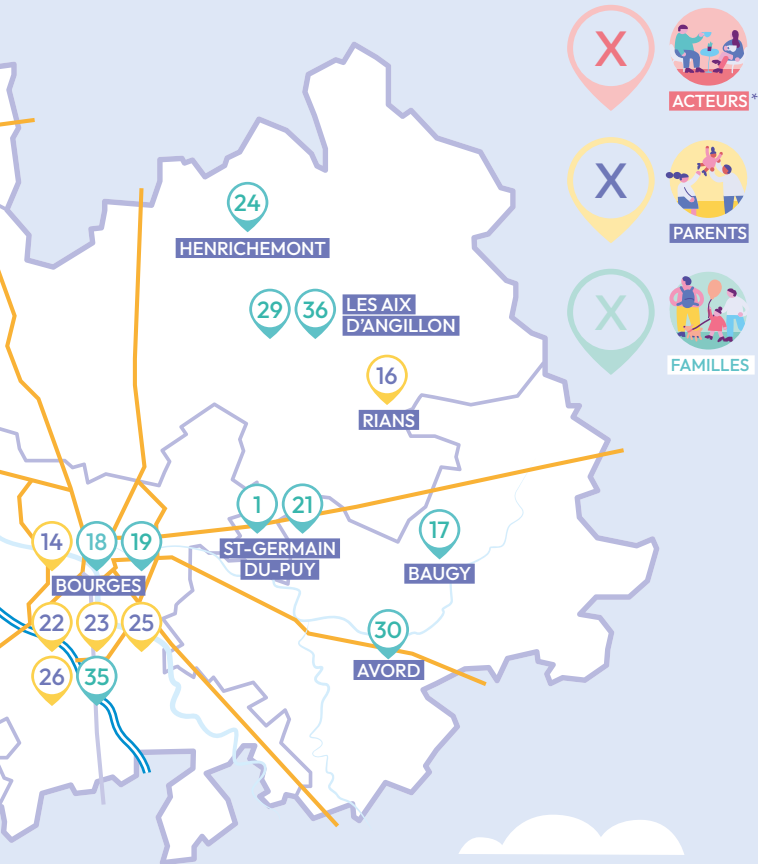
REPÉREZ-VOUS

37 38 39

40 41



* Acteurs : professionnels, élus, bénévoles



Sism Semaines d'information
sur la santé mentale

LUNDI 6 OCTOBRE

ATELIER DE MESSAGES MATERNANTS



FAMILLES

Proposé par le Relais Petite Enfance de Saint Germain du Puy en partenariat avec les puéricultrices du Conseil Département du Cher

Les puéricultrices du Conseil Départemental du Cher, vous proposent des ateliers de massage bébé pour tous les parents désireux de nouer cette relation unique avec leur enfant, de sa naissance jusqu'à 6 mois et d'échanger avec d'autres parents sur leur expérience.



10H00

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents / enfants 0-6mois

LIEU : Espace Caméléon - Plaine de Jacques Prévert
18390 SAINT-GERMAIN-DU-PUY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Amélie PAILLET

02 48 30 84 18 - rpe@saintgermaindupuy.fr

Nombre de places limité / tenue décontractée pour les parents / serviette de bain pour bien installer bébé, ainsi que le nécessaire pour le change et la tétée

LE NUMÉRIQUE POUR CRÉER DU LIEN INTERGÉNÉRATIONNEL



FAMILLES

Proposé par la Mission Locale de Mehun sur Yèvre en partenariat avec la Ligue de l'Enseignement du Cher et le CCAS de Mehun sur Yèvre

Les jeunes de 16 à 25 ans irons à la rencontre des seniors de la Maison de Janine, lieu de rencontre du club du 3^{ème} âge. La ligue de l'enseignement du Cher proposera un jeu autour du numérique pour rassembler jeunes et seniors.



14H30

DURÉE 2H30

PUBLIC CIBLÉ : Habitants de 16 à 25 et de 60 ans et plus

LIEU : 7 rue Henri Boulard - 18500 MEHUN-SUR-YÈVRE

RENSEIGNEMENTS : Mission Locale de Mehun-sur-Yèvre

Place Jean Manceau - 02 48 57 06 24

CCAS Mehun sur Yèvre - 02 48 57 06 16

MARDI 7 OCTOBRE

TAPIS DE LECTURE



FAMILLES

Proposé par La Maison de l'Oasis et l'UDAF du Cher

Lors de l'accueil LAEP de Saint Georges sur la Prée, découverte des tapis de lecture avec les bénévoles «Lire et Faire Lire»



9H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 0-6 ans

LIEU : Salle communale - 18100 SAINT-GEORGES-SUR-LA-PRÉE

RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis - 06 66 89 93 44

RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE AUTOUR DE LA PIÈCE DE THÉÂTRE «LE BEL ÂGE»



FAMILLES

Proposé par le CCAS et la Mission locale de Mehun sur Yèvre
en partenariat avec la Cpts Berry Vierzon Sologne

Utiliser la culture, l'art, comme vecteur de lien social intergénérationnel : «Le bel âge» met en scène des conversations entre 2 résidentes d'un Ehpad, afin de sensibiliser les pré ados et ados à la vieillesse et à l'importance du lien social quelque soit l'âge.



10H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Les seniors et les pré-adolescents 8 à 14 ans

LIEU : Centre socio-culturel André malraux, place du 14 juillet
18500 MEHUN-SUR-YÈVRE

RENSEIGNEMENTS : Séverine Picon - 02 48 57 06 24

1h de pièce de théâtre et 1h d'échanges

MERCREDI 8 OCTOBRE

BULLE SENSORIELLE



FAMILLES

Proposé par La Maison de l'Oasis en partenariat
avec la maison de l'action sociale (MDAS)

Nous vous proposons un espace sensoriel et un atelier portage
et massage adapté aux enfants jusqu'à 6 ans.



9H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 0-6 ans

LIEU : Rue Louis Bouffault - 18310 GRAÇAY

RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis - 06 66 89 93 44

PETITE BULLE DE DETENTE, GRAND PAS VERS LE LIEN



FAMILLES

Proposé par le Relais Petite Enfance de La Chapelle-Saint-Ursin

Bouge, ressens et écoute ton corps. Je m'exprime, je m'accepte et je
me respecte. Accompagné de Line SMEYERS relaxologue et de Karine
BROUARD responsable et animatrice du RPE.



10H00

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Familles avec enfants de 0 à 6 ans et professionnels
de la petite enfance (assistantes maternelles, garde à domicile)

LIEU : Salle Emmeline N'D'ongue, 1 Rue des Ecoles
18570 LA CHAPELLE ST-URSIN (à côté du RPE)

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : 02 48 66 46 27

MERCREDI 8 OCTOBRE

EN MODE JEUX, EN MODE LIENS !



FAMILLES

Proposé par le Groupe d'Entraide Mutuelle Phoenix

Mieux comprendre et appréhender les différents handicaps autour de jeux multi-sensoriels. Un moment ludique à partager sans modération !



14H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/ados, Adultes

LIEU : GEM Phoenix - 18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Places limitées
association.gemphoenix@gmail.com



MERCREDI 8 OCTOBRE

RE... CONNECTONS-NOUS !



FAMILLES

Proposé par la MDAS de Vierzon, la ville de Vierzon et la Ligue de l'Enseignement du Cher en partenariat avec la Communauté de Communes Vierzon Sologne Berry

Et si le numérique devenait un sujet de discussion plutôt qu'une source de tension en famille ?

En famille, partez à la découverte du centre-ville de Vierzon grâce à un jeu de piste ludique et pédagogique sur le thème du numérique : ses usages, sa culture, ses applications. Une façon originale de s'informer ensemble, de réfléchir aux bons repères à poser, et de découvrir des outils numériques utiles ou récréatifs. Ce parcours vous mènera aussi vers des lieux culturels, sportifs ou de détente, autant d'alternatives concrètes pour sortir des écrans quand ils deviennent trop présents.

Pensez à votre téléphone ! Il vous sera indispensable pour flasher les QR codes disséminés tout au long du parcours.

De nombreux partenaires seront également présents, comme C'est possible autrement, la Maison des ados du Cher, Hacker Ouvert... et bien d'autres encore, pour vous proposer des animations, des échanges et des découvertes autour du numérique et de ses usages en famille.



14H00

DURÉE 4H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Début du parcours et retour au B3

4 Rue de la Société Française - 18100 VIERZON

RENSEIGNEMENTS : Jérémie Fabre : j.fabre@ligue18.org

Anaïs FERNANDES : anais.fernandes@departement18.fr

MERCREDI 8 OCTOBRE

SPECTACLE «BAL À CONTES»



FAMILLES

Proposé par La Maison de l'Oasis

Venez découvrir un spectacle autour des contes, de la jonglerie et la musique avec la compagnie Hors Sujet.



15H00

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, Parents/Enfants 0-8 ans

LIEU : École Tunnel Château - 18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis

06 66 89 93 44

15h début du spectacle

COCKTAIL DES PARENTS D'ENFANTS EXTRAORDINAIRES



PARENTS

Proposé par le service jeunesse de la Communauté de Communes Cœur de Berry en partenariat avec Echo-Liens, Educateur Spécialisé

Action accompagnement éducatif et animation socio-culturelle. Temps d'échange entre enfants et adultes en situation de vulnérabilité. utilisation des pratiques artistiques comme levier d'apprentissage, d'expression et de communication ainsi que l'expertise de terrain.

« C'est un appel à la rêverie et une ouverture à la parole »



18H30

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Médiathèque Sainte Thorette, Rue des Ecoles

18500 SAINTE THORETTE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : 02 48 51 05 14

coordination@coeurdeberry.fr

JEUDI 9 OCTOBRE

LE COCON DE DELPHINE



FAMILLES

Proposé par La Maison de l'Oasis en partenariat
avec Le cocon de Delphine

Découvrez Delphine, lors de l'accueil de La Maison de l'Oasis. Réflexologie plantaire, massages pour bébés... Plusieurs activités sont prévues lors de ce moment enfants parents.



8H30

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 0-6 ans

LIEU : La Maison de l'Oasis - 18100 VIERZON

RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis - 06 66 89 93 44

SOLIDARITÉ EN MOUVEMENT!



FAMILLES

Proposé par le Groupe d'Entraide Mutuelle Phoenix
et en partenariat avec le centre social Tunnel Château

Proposition d'une marche ouverte à tout public. Cette action a pour objectif de promouvoir les bienfaits d'une activité collective extérieure et accessible à tous en respectant le rythme de chacun.



10H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Départ forum de Vierzon - 18100 VIERZON

RENSEIGNEMENTS : association.gemphoenix@gmail.com

Départ 10h30 (1h de marche) suivi d'un rafraîchissement

VENDREDI 10 OCTOBRE

UN OSTÉOPATHE POUR LES TOUT PETITS

13



FAMILLES

Proposé par Yann Hémery et La Maison de l'Oasis

Venez rencontrer un ostéopathe spécialisé lors de l'accueil à Foëcy. Questions, manipulations et découverte du métier d'ostéopathe à destination des familles avec enfants jusqu'à six ans.



8H30

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 0-6 ans

LIEU : Rue Cornavin - 18500 FOËCY

RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis - 06 66 89 93 44

LE TEMPS DE SOUFFLER

14



PARENTS

Proposé par la MSA Beauce Cœur de Loire

Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, la MSA Beauce Cœur de Loire propose aux assurés MSA en activité professionnelle une journée collective d'écoute et d'échanges pour prévenir le stress et l'épuisement.

Avec pour objectif de mieux se connaître, cette journée vous permettra d'identifier vos freins et ressources, de découvrir un atelier bien-être animé par des professionnelles de santé, et de connaître les dispositifs existants pour vous préserver.

Ensemble, parlons santé mentale.



9H30

DURÉE 7H

PUBLIC CIBLÉ : Assurés MSA en activité professionnelle

LIEU : MSA de Bourges, 7 rue de l'île d'or - 18000 BOURGES

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : 06 02 13 49 62 (SMS)

mailly.carla@bcl.msa.fr

VENDREDI 10 OCTOBRE

ON DIRAIT QUE T'ES EN MODE AVION ! L'HEURE DES PARENTS : ENSEMBLE TROUVONS DES PISTES POUR RÉPARER LE DIALOGUE



Proposé par le service jeunesse de la Communauté de Communes Cœur de Berry en partenariat avec la Maison des Adolescents et des Jeunes Adultes du Cher de l'Association Addictions France

Venez partager vos expériences, vos astuces et vos questions avec d'autres parents autour de saynètes du quotidien pour vous (re)connecter avec vos ados... sans Wifi



18H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents d'adolescents

LIEU : Grange du Chambord - 18120 LURY-SUR-ARNON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Aurélie Boissat

02 48 51 05 14 - coordination@coeurdeberry.fr



SAMEDI 11 OCTOBRE

COMMENT TU M'PARLES ! UNE ÉDITION SPÉCIALE «L'HEURE DES PARENTS»



Proposé par la Maison des Adolescents et des Jeunes Adultes du Cher de l'Association Addictions France en partenariat avec le Théâtre Bambino

Une parenthèse sympa entre parents pour échanger, rire, mieux comprendre nos ados et trouver des pistes pour retisser le lien avec eux.



10H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents d'adolescents

LIEU : Au Théâtre Bambino, 41 Grande Rue - 18220 RIAN

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Béatrice Boiton
07 69 49 20 27 - theatrebambino.beatriceboiton@gmail.com

FORUM : AIDANT, AIDE, PRENONS LA VIE DU BON CÔTÉ



FAMILLES



ACTEURS

Proposé par la CPTS Est du Cher en partenariat avec France Alzheimer, Les PEP 18 - Communauté 360, FRAPS Promotion Santé 18, Ligue de l'enseignement du Cher, Pôle d'Animation Séniors de la Septaine

Cet évènement a pour objectif d'informer sur les droits et les ressources disponibles localement, à prévenir l'épuisement des aidants et à promouvoir leur bien-être. Divers ateliers axés sur le bien-être, tels que des sessions de relaxations et de créativité, seront proposés.



10H00

DURÉE 6H30

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Salle des fêtes - 18800 BAUGY

RENSEIGNEMENTS : 06 70 25 45 59
projets.cptest18@gmail.com



SAMEDI 11 OCTOBRE

GUINGUETTE DE L'AUTOMNE



FAMILLES

Proposé par la Maison des Familles et de la Parentalité porté par l'UDAF du Cher en collaboration avec plusieurs partenaires engagés dans le soutien à la parentalité

Venez partager un moment incroyable en famille !
Théâtre d'impro participatif, Boom Fluo, Animations diverses et gratuite (Lecture, Réflexologie plantaire pédiatrique,...)



13H00

DURÉE 5H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Maison des Familles et de la Parentalité
27 avenue du 11 novembre 1918 - 18000 BOURGES

RENSEIGNEMENTS : MARIE AU 06 59 72 89 16



DIMANCHE 12 OCTOBRE

RANDONNÉE PÉDESTRE DANS LES MARAIS



FAMILLES

Proposé par l'association ESPOIR 18

Organisation d'une marche dans les marais de Bourges dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale. Seuls, en familles ou avec des amis, venez découvrir les marais le temps d'une promenade



9H00

DURÉE 3H30

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Départ : parking carrefour chaussée de chappe,
ravitaillement au marais d'ESPOIR 18 - 18000 BOURGES

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS :

espoir.18@orange.fr - 02 48 24 50 40 (standard ESPOIR18)

LUNDI 13 OCTOBRE

PETITS, ADULTES, SENIORS, VENEZ DÉCOUVRIR LE MULTISPORT !



Proposé par l'UFOLEP du Cher

Premier atelier : Marche intergénérationnelle qui se veut accessible (max 4 km) et qui est ouverte à tous (des tests physiques seront réalisés lors de la marche).

Deuxième atelier : un pôle Ufo baby (6mois-3ans)/parentalité pour travailler sur la motricité libre de l'enfant (sur inscription max 6 enfants accompagnés au moins d'un parent).

Un pôle multisport adultes/seniors/personnes atteintes de maladies psychiques proposition de différentes activités physiques adaptées ludiques (sur inscription max 12 personnes).



9H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 6 mois à 3 ans

LIEU : Salle des fêtes - Chemin de la Garenne - 18290 CIVRAY

RENSEIGNEMENTS : Manon Rubaldo - mrubaldo@ufolep.org

INSCRIPTIONS : Flasher le QR CODE



LUNDI 13 OCTOBRE

ATELIER DE MESSAGES MATERNANTS

21



FAMILLES

Proposé par le Relais Petite Enfance de Saint Germain du Puy en partenariat avec les puéricultrices du Conseil Département du Cher

Les puéricultrices du Conseil Départemental du Cher, vous proposent des ateliers de massage bébé pour tous les parents désireux de nouer cette relation unique avec leur enfant, de sa naissance jusqu'à 6 mois et d'échanger avec d'autres parents sur leur expérience.



10H00

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents / enfants 0-6mois

LIEU : Espace Caméléon - Plaine de Jacques Prévert
18390 SAINT-GERMAIN-DU-PUY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Amélie PAILLET
02 48 30 84 18 - rpe@saintgermaindupuy.fr

Nombre de places limité / tenue décontractée pour les parents / serviette de bain pour bien installer bébé, ainsi que le nécessaire pour le change et la tétée

PORTE OUVERTE MAISON DE LA PARENTALITÉ

22



PARENTS



ACTEURS

Proposé par le Pôle Femme-Mère-Enfant du Centre Hospitalier Jacques Cœur

Ouverture et présentation au public de différents ateliers proposés aux parents et futurs parents, au sein de la Maison de la parentalité. Venir rencontrer et découvrir les professionnelles et échanger avec eux, autour de la parentalité. À cette occasion, différents partenaires interviendront, parmi lesquels La Leche League, AMMI21 et le Gang de darones.



10H00

DURÉE 6H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, professionnels de santé du territoire

LIEU : Pôle femme enfant du Centre hospitalier Jacques Cœur
18000 BOURGES

RENSEIGNEMENTS : maison.parentalite@ch-bourges.fr
ou 02 48 48 43 31 / 02 48 48 49 86 / 02 48 48 42 78

LUNDI 13 OCTOBRE

SMAM 2025

SOIRÉE D'ÉCHANGES

AUTOUR DE L'ALLAITEMENT

MATERNEL



Proposé par les consultantes en lactation du Centre Hospitalier

Jacques Cœur - Lisa Rodrigues et Hélène Perrot

Conférence animée par les consultations à l'occasion de la SMAM, autour de la thématique 2025: priorité à l'allaitement: créer des systèmes de soutien durable.



18H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, professionnelles de santé

LIEU : Salle de conférence, Centre Hospitalier Jacques Cœur
18000 BOURGES

RENSEIGNEMENTS : Lisa Rodrigues ou Hélène Perrot :
maison.parentalite@ch-bourges.fr - **02 48 48 48 48**



LUNDI 13 OCTOBRE

CINÉ-RENCONTRE AUTOUR DU DEUIL CHEZ L'ADOLESCENT



FAMILLES

Proposé par l'association Elisabeth Kübler-Ross (EKR) France
en partenariat avec le réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry

Parler de la perte et du deuil à l'adolescence, ce n'est jamais évident... Et si le cinéma devenait un point de départ pour échanger ?

Les bénévoles de l'association Elisabeth Kübler-Ross France – antenne du Cher vous proposent une soirée autour du film *Un vrai bonhomme*, suivie d'un temps d'échange entre ados, parents, accompagnants et professionnels. Un moment pour créer du lien, briser les silences, et rappeler que le soutien existe – et qu'il commence souvent par l'écoute.



18H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, parents, pré-ados, ados

LIEU : Espace Culturel intercommunal Victor Hugo
2 rue des 4 Nations - 18250 HENRICHEMONT

RENSEIGNEMENTS :

EKR France D. NIOT - 06 16 70 17 20 - cher@ekr-france.fr
Réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry - Béatrice LEVY
06 49 46 60 34 - reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr



LUNDI 13 OCTOBRE

MISE EN LUMIERE IPA EN PSYCHIATRIE SANTÉ MENTALE - AU CŒUR DU SOIN EN ÉQUIPE



Proposé par la Maison de Santé Pluri-Professionnelle du PRADO
et le Centre Hospitalier George Sand

Venez découvrir les missions d'une Infirmière en Pratique Avancée (IPA) en Psychiatrie Santé Mentale.

Mélanie Gravier, Diplômée de juillet 2023 de l'Université Paris Cité, vous expliquera son activité clinique, ses missions transversales, et comment elle travaille en collaboration avec l'équipe de la MSP du Prado.

Une occasion unique d'échanger, de comprendre et d'explorer cette fonction innovante au cœur du soin en équipe.

Rejoignez-nous pour une soirée riche en découvertes et en partages.



20H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Amphithéâtre du Museum, ville de Bourges - 18000 BOURGES

RENSEIGNEMENTS :

rivireamelie18@hotmail.com

MARDI 14 OCTOBRE

PORTES OUVERTES SAVS SAMSAH



Proposée par le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS)
Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés
(SAMSAH) de l'APF France Handicap

Le SAVS et le SAMSAH APF France Handicap contribuent au développement et/ou maintien de l'autonomie des adultes en situation de handicap et à la réalisation de leur projet de vie par un accompagnement globalisé sur tous les domaines de la vie quotidienne.

Venez découvrir nos différents champs d'intervention à travers plusieurs ateliers : présentation, mise en situation, témoignages.



9H30

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : 224 rue Louis Mallet - 18000 BOURGES

INSCRIPTION : Du 2 au 29 septembre par mail :
valentine.guerra@apf.asso.fr



MERCREDI 15 OCTOBRE

PAPOTONS EN MASSANT



FAMILLES

Proposé par la Maison de l'Oasis en partenariat avec le CMPEA de Vierzon

Venez rencontrer l'équipe du CMPEA, Malika et Véronique, lors de l'accueil de La Maison de l'Oasis. Atelier massage pour les plus grands (3-6 ans) et adultes.



9H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 0-6 ans

LIEU : La Maison de l'Oasis - 18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis
06 66 89 93 44

A LA DÉCOUVERTE DU LAEP BULLE D'AIR



FAMILLES

Proposé par la Maison de la Petite Enfance de Saint-Florent-sur-Cher

Et si vous veniez découvrir un lieu tout doux où l'on prend le temps d'être ensemble ?

Le LAEP Bulle d'Air accueille chaque semaine (hors vacances scolaires) les enfants de 0 à 6 ans accompagnés d'un parent ou futur parent, dans un espace libre, gratuit, anonyme et sans inscription.

Une belle opportunité pour venir échanger, jouer, souffler... et tisser du lien, tout simplement.



9H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/Enfants 0-6 ans

LIEU : Rue Jules Ferry - 18400 SAINT-FLORENT-SUR-CHER

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Auprès du secrétariat
de la Maison de la petite enfance : laep@villesaintflorentsurcher.fr
02 48 59 25 43

MERCREDI 15 OCTOBRE

PARENT'AISE À 2 S'ÉVEILLER EN DOUCEUR ET S'ÉTEINDRE RÊVEUR

29



FAMILLES

Proposé par Claire Cailleret - Éducatrice Spécialisée
et Solenne Méchin - Ostéopathe D.O

Un réveil musculaire suivi d'une cohérence cardiaque, puis une sophro-méditation dédiée à l'endormissement. Un moment à partager en duo, parent et enfant, pour accompagner ensemble le bien-être au quotidien.



9H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Familles avec enfants de 18 mois à 6 ans et professionnels de la petite enfance (assistantes maternelles, garde à domicile)

LIEU : Crèche "LES AIXBULLONS" - Place du champ de foire
18220 LES AIX D 'ANGILLON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Places limitées

Claire Cailleret : 07 89 88 56 24 ou Solenne Méchin : 06 75 45 56 67

PARLER AVEC MON ADO, UNE MISSION ... PRESQUE IMPOSSIBLE ?

30



PARENTS

L'HEURE DES PARENTS : ENSEMBLE ON CHERCHE DES PISTES
POUR FACILITER LA COMMUNICATION AVEC NOS ADOS

Proposé par la Maison des Adolescents et des Jeunes Adultes du Cher
et en partenariat avec le service jeunesse de la Communauté de Communes
de la Septaine

À l'ère des écrans, comment renouer le contact avec nos ados ? Une rencontre conviviale pour échanger, rire, se comprendre et trouver ensemble des idées pour communiquer plus facilement avec eux.



18H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents d'adolescents

LIEU : Maison des jeunes - rue Désiré Deschamps - 18520 AVORD

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : 02 48 69 80 77

cclaseptaine@cc-laseptaine.fr

MERCREDI 15 OCTOBRE

L'ANALYSE DES PRATIQUES, UN ATOUT POUR LES ASMAT



ACTEURS

Proposé par Perrine Company en partenariat avec Elsa Fragner RPE
des campagnes

Cet atelier vous invite à découvrir l'analyse des pratiques professionnelles. Dans un espace confidentiel et bienveillant, venez partager vos expériences et réfléchir collectivement aux différentes pistes pour mieux comprendre et gérer les situations complexes de votre quotidien.



19H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Assistantes maternelles

LIEU : Centre de loisirs - 18520 FOËCY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : elsa.fragner@vyv3.fr

Places limitées à 12 personnes

JEUDI 16 OCTOBRE

LA PAUSE EXPO «CULTIVER LE LIEN SOCIAL AVEC UN HANDICAP»



FAMILLES

Proposé par le Groupe d'Entraide Mutuelle Phoenix

Vous avez dit : «Lien social» ? Le GEM Phoenix vous invite à redéfinir le lien social autour d'une exposition photo. Chacun son histoire, chacun ses attentes. Découvrez des portraits et des témoignages uniques et généreux.



11H00

DURÉE 4H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : GEM Phoenix 5 rue de la gaucherie - 18100 VIERZON

RENSEIGNEMENTS : association.gemphoenix@gmail.com

JEUDI 16 OCTOBRE

CONFERENCE DÉBATS

ENFANTS, ADOLESCENTS, ADULTES : À CHAQUE ÂGE, UN ACCOMPAGNEMENT EN SANTÉ MENTALE

33



ACTEURS

Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher
et le Centre Hospitalier George Sand

Une rencontre pour mieux comprendre l'offre de soins en santé mentale sur le territoire.

Animée par les équipes du CMP et du CMPEA du Centre Hospitalier George Sand, cette soirée propose une présentation du parcours de soins en psychiatrie, de l'enfant à l'adulte.

Un focus sera également consacré aux soins sans consentement sur décision d'un représentant de l'État (SDRE), pour mieux en comprendre le cadre et les enjeux.

Une occasion d'échanger et de mieux comprendre ce parcours, au cœur de la prise en charge psychiatrique sur nos territoires.

Rejoignez-nous pour une soirée riche en découvertes et en partages.



18H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Elus du territoire du PETR Centre-Cher

LIEU : Espace Maurice Genevoix, 44 rue Augustin Guignard
18500 MEHUN-SUR-YEVRE (à côté de la mairie)

RENSEIGNEMENTS : auprès d'Elodie BILLAUD

Chargée de mission du Contrat Local de Santé - 02 36 71 98 72

INSCRIPTION : Flasher le QR CODE



VENREDI 17 OCTOBRE

CINÉ-RENCONTRE AUTOUR DES CONDUITES À RISQUES CHEZ LES JEUNES



Proposé par le service jeunesse de la Communauté de Communes Cœur de Berry en partenariat avec la Maison des Adolescents du Cher (MDA 18) et le CMPEA de Vierzon

Et si on prenait le temps d'en parler ensemble ?

Parents, ados, venez partager un moment convivial autour d'un film pour ouvrir le dialogue sur les conduites à risques chez les jeunes : alcool, cannabis, écrans, réseaux sociaux, comportements de mise en danger...

La projection sera suivie d'un temps d'échange libre et bienveillant, animé par des professionnels du territoire mobilisés pour accompagner les jeunes et leurs familles. Un espace pour croiser les regards, mieux se comprendre, et créer du lien entre générations.

Parce que comprendre, c'est déjà agir, et échanger, c'est déjà prendre soin.



18H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/ Pré-ados /ados, Parents/ados

LIEU : Salle des fetes - 18120 LIMEUX

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Auprès d'Aurélie au
02 48 51 05 15

SAMEDI 18 OCTOBRE

CAP VERS LE NET !

LE NUMÉRIQUE À TRAVERS LE TEMPS ET LES ÂGES



FAMILLES

Porté par la Ligue de l'Enseignement et coordonné avec la Maison des Adolescents et des Jeunes Adultes du Cher, soutenu par REAAP (Réseau d'Ecoute d'Appui et d'Accompagnement des Parents du Cher) et les Promeneurs du Net

Plus de 20 animations de 3 à 99 ans : Robots, IA, quizz, vidéos, musique, jeux. Défis, détente, espace tout-petits. Conseil d'experts, informations et astuces !



14H00

DURÉE 5H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Salle des Fêtes de la Chancellerie - 18000 BOURGES

RENSEIGNEMENTS : Flasher le QR CODE



SAMEDI 18 OCTOBRE

LOTO INTERGÉ

«RÉPARONS LE LIEN PAR LE JEU»



FAMILLES

Proposé par le Théâtre Bambino en partenariat
avec l' EHPAD les Vallières

Et si le jeu devenait un pont entre les générations ? Venez partager un moment chaleureux et festif autour du traditionnel loto ! Petits, grands, familles, amis, résidents, enfants... tout le monde est bienvenu pour jouer, échanger, rire et recréer du lien.

Des lots à gagner / Goûter offert



15H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : EHPAD les Vallières - 19 route de Bourges
18220 LES AIX D'ANGILLON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Auprès de Béatrice Boiton :
theatrebambino.beatriceboiton@gmail.com - **07 69 49 20 27**

Nombre de places limité

Entrée libre et gratuite



MARDI 7 OCTOBRE

CAPPARENTS



ACTEURS

Proposé par le Contrat Local de Santé
du PETR Centre-Cher

Laura Girault, Cheffe de service CapParents à l'APF France Handicap, présentera le dispositif régional d'accompagnement à la périnatalité et à la parentalité. Pensé pour agir concrètement avec les parents en situation de handicap, ce dispositif leur permet de vivre leur parentalité de la manière la plus ordinaire possible, grâce à un accompagnement spécifique à chaque étape, du désir d'enfant jusqu'à la majorité de l'enfant.



PUBLIC CIBLÉ : Acteurs du territoire : Elus - Professionnels - Bénévoles

LIEU : WEBINAIRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Voir page 34

13H30

DURÉE 1H

JEUDI 9 OCTOBRE

ASSOCIATION ESPOIR 18



ACTEURS

Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher

Antoine Dehoest, Directeur de l'association Espoir 18, présentera cette structure implantée dans le Cher, qui accompagne depuis plus de 30 ans les personnes vivant avec des troubles psychiques, en faveur de leur autonomie, de leur inclusion sociale et de leur rétablissement.



PUBLIC CIBLÉ : Acteurs du territoire : Elus - Professionnels
Bénévoles

LIEU : WEBINAIRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Voir page 34

13H30

DURÉE 1H

VENREDI 10 OCTOBRE

ASSOCIATION UNAFAM 18

39



ACTEURS

Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher

Bernadette Le Guen, bénévole à l'UNAFAM du Cher, présentera l'association qui soutient les familles et proches de personnes souffrant de troubles psychiques. L'UNAFAM offre écoute, groupes de parole et formations pour les aidants, tout en représentant les usagers localement. Présente sur le territoire, elle agit pour l'inclusion, la reconnaissance des droits et la lutte contre la stigmatisation.



13H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Acteurs du territoire : Elus - Professionnels - Bénévoles

LIEU : WEBINAIRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Voir page 34

MARDI 14 OCTOBRE

DISPOSITIF ESPRIT 18

40



ACTEURS

Proposé par le Contrat Local de Santé
du PETR Centre-Cher

L'équipe ESPRIT18 vous présentera un dispositif d'intervention précoce pour détecter et prendre en charge rapidement les premiers signes de psychose chez les jeunes adultes. Basé à l'unité Balzac du Centre Hospitalier George Sand, ce projet favorise la réhabilitation psychosociale grâce à une collaboration étroite avec les professionnels locaux.



13H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Acteurs du territoire : Elus - Professionnels
Bénévoles

LIEU : WEBINAIRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Voir page 34

MERCREDI 15 OCTOBRE

PRÉVENTION DU SUICIDE EN PÉRINATALITÉ : ÉTAT DES LIEUX ET RESSOURCES POUR LES PROFESSIONNELS



ACTEURS

Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher et l'équipe
du 3114 Centre-Val de Loire [numéro national de prévention du suicide]

Professionnels de la périnatalité, de la petite enfance ou du champ de la santé, ce webinaire vous propose un éclairage essentiel sur les enjeux de santé mentale pendant la période périnatale.

Au programme :

- Présentation des résultats de l'Enquête Nationale Confidentielle sur les Morts Maternelles (2016-2018)
- Focus sur le 3114, dispositif national de prévention du suicide
- Présentation des formations en prévention du suicide pour renforcer vos compétences en repérage et accompagnement

Un temps d'information et d'échange pour mieux comprendre les situations de vulnérabilité maternelle, consolider vos repères et découvrir les ressources mobilisables pour accompagner les personnes en souffrance.



14H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Professionnels de la périnatalité,
de la petite enfance ou du champ de la santé

LIEU : WEBINAIRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Voir page 34

RENSEIGNEMENTS : auprès d'Elodie BILLAUD

Chargée de mission du Contrat Local de Santé - 02 36 71 98 72

INSCRIPTION : Flasher le QR CODE



Des professionnels et des services pour les parents et familles

DES SITES WEB POUR VOUS ACCOMPAGNER

- monenfant.fr
- parents-reaap18.fr
- https://3114.fr/
- caf.fr
- 1000-premiers-jour.fr

CENTRE HOSPITALIER GEORGE SAND

Centre hospitalier de psychiatrie qui accompagne enfants, adolescents et adultes en santé mentale dans le Cher

Standard unique : 02 48 66 52 52 – www.ch-george-sand.fr

L'ÉQUIPE MOBILE D'APPUI EN PÉRINATALITÉ (EMAP)

L'EMAP est joignable via un numéro unique : 02 48 67 25 02 du Lundi au Vendredi de 9h à 17h ou par mail : emap@ch-george-sand.fr

LE CONSEIL DÉPARTEMENTAL DU CHER

Direction Générale Adjointe Prévention, Autonomie et Vie Sociale (DPAVS) – Rue Heurtault-de-Lamerville à Bourges

Tél : 02 48 27 80 00 – www.departement18.fr/-Famille-Parents

LA MAISON DE LA PARENTALITÉ – CENTRE HOSPITALIER DE BOURGES

Pôle Femme-Mère-Enfant – Mail : maison.parentalite@ch-bourges.fr

LA MAISON DES FAMILLES ET DE LA PARENTALITÉ – UDAF DU CHER

Situé dans les locaux de l'UDAF du Cher au 27 avenue du 11 novembre 1918 à Bourges – Tél : 02 48 24 03 49 – Mail : mfp@udaf18.fr

 Udaf 18 (@maison_des_familles)

LA MAISON DES ADOLESCENTS DU CHER (MDA 18)

Pour toute information ou demande de rendez-vous, vous pouvez nous contacter au 02 48 68 08 82 – 06 71 44 47 37 ou par mail : mda.bourges@addictions-france.org

L'UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES DU CHER (UNAFAM 18)

Ne restez pas seuls, n'hésitez pas à nous contacter au 02 48 70 05 38 ou par mail : 18@unafam.org

LA COMMUNAUTÉ 360 – LES PEP 18

Vous êtes en situation de handicap, aidant ou professionnel ?
Contactez la Communauté 360 : 0800 360 360
Mail : c360@pep18.fr – Site : pep18.fr/com360

Sism

Semaines d'information
sur la santé mentale

Financé par



En partenariat avec

