

35^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
SISM



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

— EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE —

7 - 20 OCTOBRE 2024

www.semaines-sante-mentale.fr

[f](#) [t](#) [in](#) @Sism_Officiel

Programme des animations gratuites dans *l'Aube*

Programme coordonné dans le cadre
du Projet Territorial de Santé Mentale de l'Aube



Scannez le QR code pour accéder
au programme détaillé sur le site des SISM

Programme

SISM 2024 - Toutes les animations sont gratuites

07
octobre

Rando marche

9h30-11h

Villemaur-sur-Vanne

AKHILLEUS - Public adulte

Sur inscription : chandioux.nathalie@msa-services-sc.fr

08
octobre

Atelier santé mentale

10h30-12h

Nogent-sur-Seine, Résidence St-Roch

Mairie de Nogent-sur-Seine - Résidents

Entrée libre

Randonnée nature

14h30-16h30

Romilly-sur-Seine, Stade Bardin-Gousserey

Multi-intervenants - Tout public

Entrée libre

Ciné-débat

19h30-21h

Romilly-sur-Seine, Cinéma Eden

UNAFAM - Tout public

Entrée libre

09
octobre

Activité physique adaptée pour les seniors

9h30-11h30

Arcis-sur-Aube, Espace Henri-Dunant

Maison pour tous, Arcis-sur-Aube un nouveau monde - Public senior

Sur inscription : [06 84 29 20 39](tel:0684292039)

Parcours vélo : trouver et retrouver son équilibre

14h-16h

Mailly-le-Camp, Cours de l'ACM

ACM de Mailly-le-Camp et Cyclo club de Mailly-le-Camp

Tout public

Entrée libre

Semaine 1
Tour de l'Aube



10
octobre

De la plage à la ferme

9h30-11h30

Géraudot, Plage

Club Nordic By Efficience, AMAE - Tout public

Sur inscription : chandioux.nathalie@msa-services-sc.fr

Initiation à la Boxe Fit

15h-16h

Brienne-le-Château, Salle Pasteur, 36, rue du 8 Mai 1945

EPSMA - Tout public

Sur inscription : 07 86 47 10 20

Webinaire

18h-19h30

« Je bouge pour mon moral »

Régional

MGEN, Je bouge pour mon moral - Tout public

Lien sur : www.semaines-sante-mentale.fr

11
octobre

Marcher, bouger et respirer en confiance

10h-12h

Bar-sur-Seine, Gymnase Paul Portier, 9, rue du 14 Juillet

Club Nordic By Efficience - Tout public

Sur inscription : 07 86 47 10 20

Théâtre Forum

10h-12h

Mal-être agricole « Comment ça va ? »

Saint-Pouange, Amphithéâtre du lycée

MSA, Entrée de jeu, IDEO - Élèves post brevet et post IDEO des lycées de Saint-Pouange et de Croigny

Marcher, bouger et respirer en confiance

15h-17h

Bar-sur-Aube, Complexe sportif, rue Pierre-de-Coubertin

Club Nordic By Efficience - Tout public

Sur inscription : 07 86 47 10 20

Ciné-débat documentaire

19h-20h45

« À vos marques prêts bougez, le sport c'est la santé »

Bar-sur-Aube, Cinéma Le Vagabond

UNAFAM, Club Nordic By Efficience - Tout public

Entrée libre

12
octobre

Marcher, bouger et respirer en confiance

10h-12h

Chaource, Salle de motricité de l'école maternelle
10, rue Saint-Antoine

Club Nordic By Efficience MJC de Chaource - Tout public

Sur inscription : mjcdechaource10210@gmail.com

07 67 04 64 69





14
octobre

Mon olympiade athlétique

14h30-17h

Troyes
LADAPT, Educateur sportif - Tout public
Sur inscription : guillon.emilie@ladapt.net

15
octobre

Atelier découverte santé mentale Jour 1/2

9h30-17h

Saint-André-les-Vergers, 15, av. Échenilly
Promotion Santé Grand Est, IDEO - Professionnels du territoire
Sur inscription (pour les deux jours) : www.ireps-grandest.fr

Conférence : Impact des écrans et des réseaux sociaux sur les jeunes

19h-20h30

Troyes, Chapelle Argence
EPSMA, Docteur Karima Moings, pédopsychiatre - Tout public, familles
Sur inscription

16
octobre

1^{er} atelier Slam

14h-16h

Troyes, quartier les Sénardes
Cathy, Travailleuse du Texte - Adhérents de la Maison de quartier Sénardes
Sur inscription

Tournois de handball

14h-18h

Troyes, Parc des Moulins
Ligue contre le cancer - Tout public
Sur inscription : maisondesmarailleurs@ville-troyes.fr

Sortie étudiante patinoire « Viens danser sur la glace »

19h30-22h30

Troyes, Patinoire des 3 Seine
Multi-intervenants - Étudiants
Entrée libre



17
octobre

Atelier découverte Santé Mentale Jour 2/2

9h30-17h

*Saint-André-les-Vergers, 15, av. Échenilly
Promotion Santé Grand Est, IDEO - Professionnels du territoire
Sur inscription (pour les deux jours) : www.ireps-grandest.fr*

Concours de pétanque et de ping-pong Visite de la pension de famille et présentation des projets

14h-17h

*Troyes, Pension de famille Les Clématites
AATM - Résidents et professionnels du département
Entrée libre*

Cours postural

14h-15h

*Troyes et agglo
AKHILLEUS - Tout public
Sur inscription : 07 86 47 10 20*

Ciné-débat documentaire « Dans la tête des champions »

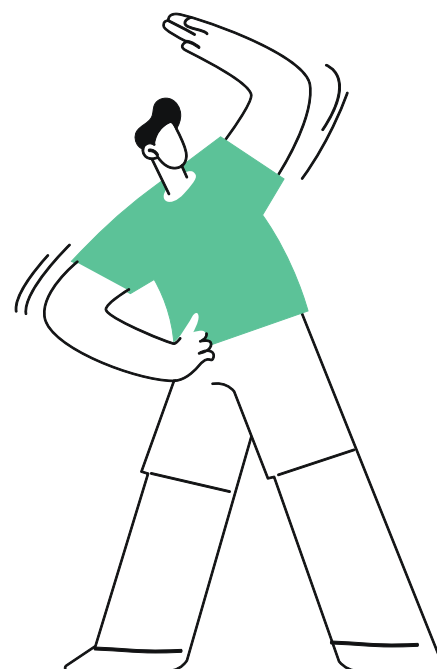
18h30-20h30

*Troyes, Amphithéâtre Yschools, 217, Av. Pierre Brossolette
Multi-intervenants - Étudiants, clubs de sport, Estac
Sur inscription*

Conférence sur les bienfaits du sport avec Fabien Legrand, Maître de conférence

18h-20h

*En présentiel au Centre Sportif de l'Aube,
et diffusion en direct à la MJC de Marigny-le-Châtel
Je bouge pour mon moral, By Efficience - Tout public
Sur inscription pour le présentiel : 07 86 47 10 20*



18
octobre

Marche Bungy

Troyes, Cité des Vassaules

AKHILLEUS - Tout public

Sur inscription : 07 86 47 10 20

10h30-11h30

Tournoi sport Kinball et Bumball

Troyes et aggro

DYNAMO - Tout public

Sur inscription : 07 86 47 10 20

10h-11h30

Formations sentinelles : Prévenir le mal-être des actifs agricoles

Troyes, MSA, avenue Maréchal-Joffre

MSA - Tout public majeur en lien avec le monde agricole

Sur inscription : morle.virginie@msa10-52.msa.fr

9h-17h

2^e atelier slam

Troyes, Parc des Moulins

Cathy, Travailleuse du Texte - À partir de 14 ans

Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

17h-19h

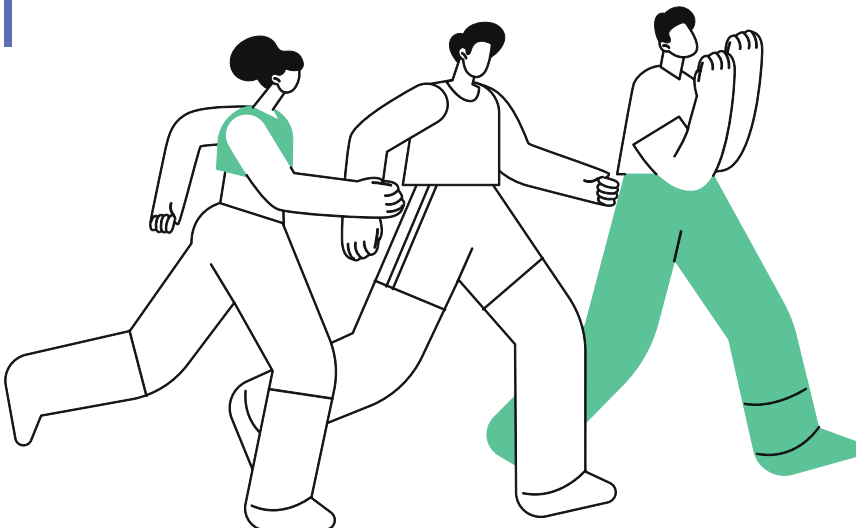
Spectacle slam et ambiance DJ

Troyes, Parc des Moulins

Cathy, Travailleuse du Texte, DJ Tony Zeta - Tout public

Entrée libre

19h30-21h





19
octobre

Yoga

Troyes, Parc des Moulins

Club Nordic By Efficience - Tout public

Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

10h-11h

Marche en pleine conscience

Troyes, Parc des Moulins

Club Nordic By Efficience - Tout public

Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

14h-16h

20
octobre

Marche nordique

Troyes, Parc des Moulins

Les amis de la nature de l'Aube - Tout public

Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

10h-12h

Tai-chi

Troyes, Parc des Moulins

Association Dragons Fées - Tout public

Entrée libre

14h-16h





Partenaires investis dans le programme

AATM · ACM de Mailly-le-Camp · AFG Autisme · AKHILLEUS · AMAE Globe Trotters
 APAJH de Romilly-sur-Seine · APEI · ARS Grand Est · ASSAGE · Association de marcheurs de Romilly
 Association Dragons Fées · Association Je bouge pour mon moral · Aurore Revivre Déclic
 By Efficience · Cathy Travailleuse du texte · Cinéma Eden · Cinéma Le Vagabond · CLS du pays
 d'Othe · CLS d'Arcis-Mailly-Ramerupt · CLS de Romilly · CLS Forêts, Lacs, Terres en Champagne
 CLS TCM · Conseil Départemental de l'Aube · CPAM de l'Aube · CREHPSY Grand Est · Cyclo club de
 Mailly · Dynamo Aurore Revivre Déclic · EPSMA · Hôpitaux Champagne Sud · IDEO · IME le Verger
 fleuri · LADAPT · Les Amis de la nature de l'Aube · Les ateliers seniors / gym douce et office des
 seniors de Romilly · Mairie de Bar-sur-Aube · Mairie de Bar-sur-Seine · Mairie de Brienne-le-Château
 Mairie de Chaource · Mairie de Nogent · Mairie de Troyes · TCM Maison des Étudiants · MGEN
 MJC de Chaource · MPT d'Arcis-sur-Aube · MSA Sud Champagne · MSA Services Sud Champagne
 Mairie de Romilly · Promotion Santé Grand Est · UNAFAM · URCA · Yschools...

Pour tout renseignement
Sandrine Chaffaut, Coordonnatrice du PTSM 10
Tél. 07 86 47 10 20