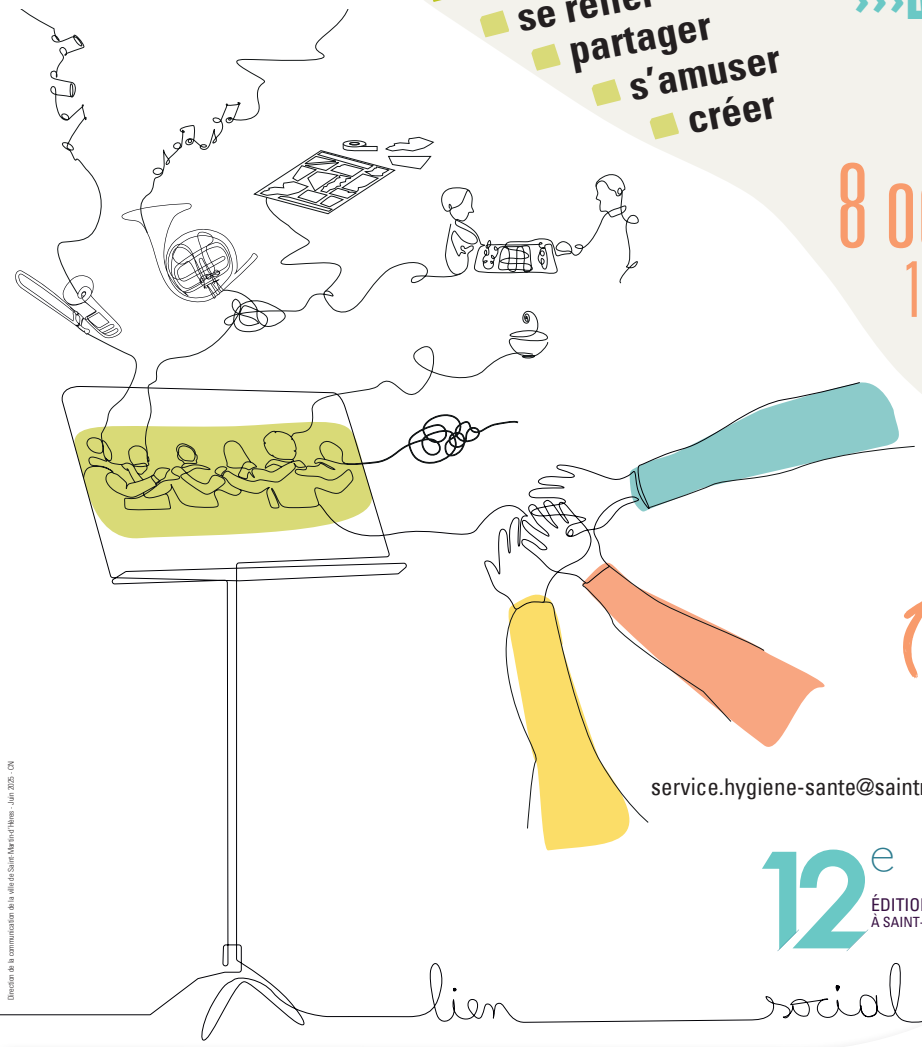
Ville de Saint Martin d'Hères

Ensemble,
tissons des liens pour notre santé mentale

- s'informer
- se relier
- partager
- s'amuser
- créer

»»»À TOUT ÂGE
»»»GRATUIT

mercredi
8 octobre
16 h - 19 h
Place Étienne Grappe



Programme complet

Informations :
service.hygiene-sante@saintmartindheres.fr
04 76 60 74 62

12e ÉDITION À SAINT-MARTIN-D'HÈRES

Direction de la communication de la ville de Saint-Martin-d'Hères - Juin 2025 - CN

dynamique et solidaire
saintmartindheres.fr

››› Parlons santé mentale

Stand d'information

Parlons santé mentale ! (1)

Parler santé mentale, découvrir des ressources locales, tester ses connaissances autour d'un café : toutes les raisons sont bonnes pour passer y faire un tour !

- Retrouvez toute l'équipe

jeudi 9 octobre de 10 h à 17 h

parvis de la bibliothèque universitaire droits-lettres.

Porte ouverte

C'est quoi un psychologue ? (4)

Les psychologues et la psychiatre du Pôle de santé interprofessionnel (PSIP) de Saint-Martin-d'Hères vous ouvrent leur porte. Venez les rencontrer et visiter l'espace de consultation.

Exposition de portraits

La santé mentale : toutes et tous concernés (2)

Onze volontaires ont accepté d'être photographiés pour vous parler de leur santé mentale : troubles psychiques, détresse psychologique mais aussi joie de vivre et ressources pour se sentir bien.

Stand d'information

Premiers secours en santé mentale (3)

Découvrez la formation de secouriste en santé mentale.

››› Réparons le lien social

Stand d'information

Où rencontrer de nouvelles personnes ? (8)

Explorez les différentes actions menées par les services de la ville, les associations et les habitants qui créent des espaces de rencontres et d'échanges, contribuent tout au long de l'année à maintenir et renforcer nos liens sociaux.

Buvette

Goûter partagé (6)

Animation

Respecto Differencia ! (5)

Bienvenue à Saint-Martin-d'Hères, l'école de sorcellerie accessible à tous les apprentis sorciers. Découvrez notre célèbre cours de magie et apprenez à maîtriser la potion *Respecto Differancia.*

Porteur de parole

Avons-nous besoin des autres pour se sentir bien ? (7)

Recueil de paroles de passants.

››› Jouons et créons

Atelier musical et parade

La Fanfare de la Touffe (13)

Vous avez toujours rêvé de jouer dans un orchestre mais ne savez pas jouer d'un instrument ? La Fanfare est ouverte à tous de 8 à 88 ans !

À 16 H (2 h) atelier, à l'heure bleue :

- Pour participer à cette incroyable rencontre, aucune compétence musicale n'est nécessaire.
  Le temps d'un atelier, Fabrice Charles, chef de fanfare, vous fera découvrir trompettes, trombones, clairons et autres tubas. Vous apprendrez à les faire sonner et quelques signes faciles à mémoriser et à jouer ensemble.

À 18 H (40 min) la parade, place Étienne Grappe et Pré Ruffier :

- Puis ce sera le moment de la parade, accompagnée par des solistes musiciens, danseurs, comédiens et poètes. Un immense moment de plaisir partagé pour découvrir les sensations de jouer et vibrer dans un orchestre… et se réapproprier l'espace public par le son.

Renseignements et inscriptions : 04 76 54 21 51
relationspubliques-hb@saintmartindheres.fr

Exposition participative

Tous des Artistes ! (11)

C'est quoi le lien social pour nous ?
Et si on s'exprimait en collage ?

Jeux et création

La cabane en carton (10)

Petits et grands sont invités à explorer et décorer une cabane en carton réalisée par les habitants.

Jeux de société

Le plaisir de jouer (9)

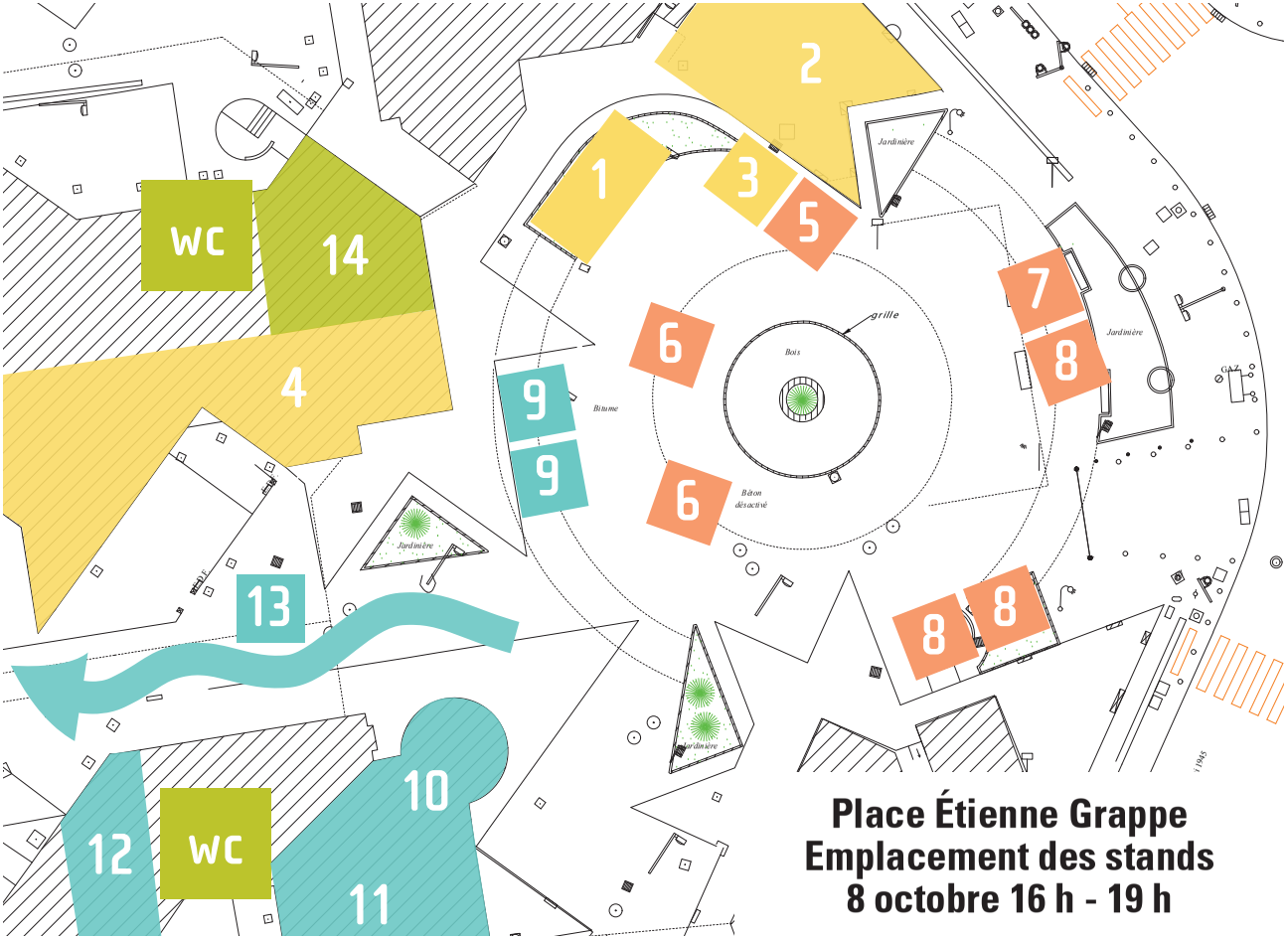
En toute décontraction, partagez un moment convivial autour de jeux simples, amusants et accessibles à tous. Installez-vous, jouez, riez… savourez le plaisir d'être ensemble, et laissez la complicité s'inviter à votre table !

Dès 8 ans

Jeu d'exploration musicale sensible

"Moésique" (12)

Quelle musique vous rend euphorique ?
Quels frissons vous provoque ce son ?
Quels accords embarquent votre corps ? Un jeu pour prendre plaisir à partager des musiques.



Place Étienne Grappe
Emplacement des stands
8 octobre 16 h - 19 h