



Semaines d'information
sur la santé mentale



Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien

social



du 6 au 19 octobre 2025



Programme



metropole.nantes.fr



Les semaines d'information sur la santé mentale (SISM)

Créées en 1990 par un collectif national, les semaines d'information sur la santé mentale sont un événement annuel qui s'adresse à tout public pour :

Promouvoir

une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.

Informier

sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes.

Déstigmatiser

les troubles psychiques en favorisant le partage.

Favoriser

le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales.

Fédérer

les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale.

Faire connaître

les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable.

Cette année, explorez les animations autour du thème de 2025 « Pour notre santé mentale, réparons le lien social ».



Animations
gratuites sauf
mention
contraire

Le Village pour en savoir plus sur notre santé mentale !



Mercredi 8 octobre | 13h à 17h30

📍 Place du Bouffay à Nantes

RENCONTRES ET ANIMATIONS

Pour s'informer, échanger, comprendre, découvrir

- Rencontrez le temps d'un après-midi, les acteurs qui prennent soin de notre santé mentale.
- Pour aborder la santé mentale des jeunes, venez échanger avec des citoyens membres du conseil de développement.
- Pour mieux comprendre ce qu'est la santé mentale, découvrez des ouvrages, pour tous les âges ainsi que le nouveau guide santé mentale.
- Diverses animations ponctueront l'après-midi, pour se détendre, flâner, papoter.



Partenaires et organisateurs du Village : Bipôles44, CHU de Nantes, CLUBHOUSE de Nantes, Conseil de développement de Nantes Métropole, Declic Emploi, École des Parents, Ecos, Groupe d'Entraide Mutuelle, les Apsyades, librairie Les Bien-Aimé-e-s, Maison des ados de Loire-Atlantique, Nantes Université, Nightline, ORPAN, Psy'Activ, Ville de Nantes et Nantes Métropole.

Bellevue – Chantenay – Sainte-Anne

Fête au jardin

Jeudi 9 octobre | 16h à 18h

Venez participer aux animations proposées par le centre socioculturel de Bellevue : atelier au jardin, fabrication de sachets d'aromates, pièce de théâtre pour les enfants...

📍 Jardin du Jamet à Bellevue, 25 rue du Jamet

🚊 Tram 1 (Lauriers)

👤 Grand public, parents, familles

🎟️ Entrée libre

0240464422 - bellevue@accoord.fr

Le prêt de jardin pour nourrir les liens

Jeudi 9 octobre | 14h à 16h

Connaissez-vous le prêt de jardin entre particuliers ? Venez découvrir le dispositif Boutur'âges lors d'une courte balade à pied et allez à la rencontre de plusieurs jardiniers et propriétaires accueillants du quartier Chantenay !

📍 Rendez-vous sur le parvis de l'église Sainte-Anne, 4 rue Mounet Sully

🚊 C1 (Lechat)

👤 Grand public

Sur inscription

0253782238 - contact@ecosnantes.org



© Garance Wester - Nantes Métropole

Séance découverte de Tai-Chi et gym dynamique

Les mercredis 8 et 15 octobre | 11h à 12h

Les jeudis 9 et 16 octobre | 11h à 12h

La Maison Sport Santé de Bellevue vous ouvre ses portes : venez nous rencontrer et participer à une séance de Tai-Chi et/ou de gym dynamique.

📍 Maison Sport Santé de Bellevue, 29 rue du Plessis Gautron

🚊 Tram 1 (Lauriers)

👤 Grand public

Sur inscription jusqu'à deux jours avant la séance

Indiquer nom, prénom, date de la séance choisie par SMS

0788862779

maisonsportsante.nantes@sportspourtous.org



© Régis Routier - Nantes Métropole



ORPAN

L'ORPAN, association des seniors nantaises et nantais, est un lieu d'accueil, d'information, de prévention, de réflexion et de concertation. Elle propose également des activités sociales, culturelles ou de loisirs.

0240992600 - contact@orpan.fr

www.orpan.fr

Ciné-débat autour du film « À bicyclette ! »

Vendredi 10 octobre | 9h30 à 12h Centre-Ville

L'ORPAN vous propose un ciné-débat autour du film « À bicyclette ! » de Mathias Mlekuz avec Mathias Mlekuz et Philippe Rebbot. Une merveille d'humour et d'émotion, qui place l'amitié au cœur d'un road-trip que vous n'oublierez pas de sitôt !

📍 Cinéma le Katorza, 3 rue Corneille

🚊 C1, C3, Bus 23 (Copernic)

Sur inscription auprès de l'ORPAN, tarif 5 €

Paiements à l'ORPAN jusqu'au 9 octobre ou sur place le jour J

Rendez-vous Psycho « Les autres et moi »

La connexion et la relation aux autres sont-elles indispensables à mon bien-être quotidien? Venez échanger autour de ce thème animé par une psychologue dans un cadre bienveillant.

**Inscriptions obligatoires auprès de l'ORPAN
au 0240992600 ou sur le site web**

Jeudi 9 octobre | 14h30 à 16h Breil Barberie

📍 Salle associative de la Barberie,
111 rue Pierre Yvernogeu

🚊 C2 (La Close)

Mercredi 15 octobre | 10h à 11h30 Centre-Ville

📍 ORPAN, 6 place du Port Communeau

🚊 Tram 2, C2 (50 otages)

Jeudi 16 octobre | 14h30 à 16h Île de Nantes

📍 Pôle associatif de la Bollardièrre,
6 rue Jean Gorin

🚊 Ligne 5 ou bus 26 (Pompidou)



© AdobeStock

Rendez-vous Santé Bien-être « Et si rire ensemble, c'était déjà créer du lien ? »

Venez découvrir le yoga du rire, une pratique dynamisante, ludique et accessible qui stimule notre joie de vivre, notre confiance en soi et nos relations aux autres ! Animé par Laurence Bourget, intervenante diplômée en yoga du rire.

**Sur inscription auprès de l'ORPAN
à partir du 2 octobre**

**Mardi 21 octobre | 14h30 Bellevue - Chantenay
- Sainte-Anne**

📍 Maison des Habitants et du Citoyen,
place des Lauriers

🚊 Tram1 (Lauriers)

Mercredi 29 octobre | 14h30 Nantes Erdre

📍 La Locomotive

Maison de Quartier Erdre-Batignolles,
109 avenue de la Gare de Saint-Joseph

🚊 Tram 1, bus 95 (Halvêque)

« Bonjour voisins ! »

Mardi 28 octobre | 14h30 Breil Barberie

Ce rendez-vous est une opportunité de rencontres entre seniors du quartier Breil Barberie pour faire connaissance, transmettre l'actualité, envisager et préparer ensemble vos envies de sorties ou projets à venir.

📍 Restaurant intergénérationnel de Malville,
31 rue de Malville

🚊 Tram 3 (Longchamp)

**Sur inscription à partir
du jeudi 2 octobre**



Breil Barberie

Exposition photos et vidéos au centre de jour Schuman

Mercredi 15 octobre | 13h30 à 16h30

Le centre de jour Schuman vous invite à une rencontre autour d'une exposition photos et vidéos présentant les activités thérapeutiques. Nous pourrions échanger sur la question : « en quoi un centre de jour en psychiatrie fait-il lien social? ».

📍 Centre de jour Robert Schuman,
240 boulevard Schuman

🚶 C2 (Forêt)

♿ Grand public, adulte

0240761658

bp-centre-schuman-psy4@chu-nantes.fr

Parcours vers le lien social dans mon quartier

Mercredi 15 octobre | 14h à 16h

L'Accompagnement Soins et Santé vous propose une balade dans le quartier du Breil pour aller à la rencontre des acteurs et des lieux ressources qui facilitent le lien social : restaurant intergénérationnel, maison de quartier...

📍 Restaurant intergénérationnel du Breil,
31 rue de Malville

🚶 Tram 3 (Longchamp)

♿ Grand public

Sur Inscriptions jusqu'au 14 octobre

0609507515

Café Santé - Des liens qui libèrent

Vendredi 17 octobre | 10h à 12h

Venez partager un temps convivial autour d'un petit-déjeuner pour découvrir le centre de santé du Breil et les diverses activités gratuites qui y sont proposées.

📍 Centre de santé du Breil, 2 rue de la Jalotterie

🚶 Bus 54, C20 (Grand Carcouët) Tram 3 (Beauséjour)

♿ Grand public

0613371150

Centre-Ville

Activités sportives pour tous

Mardi 7 octobre | 14h30 à 15h15

Venez participer à un cours de gym, de renforcement musculaire, accessible à toutes et tous, quel que soit votre niveau. Pas besoin d'être sportif : ici, on bouge à son rythme, on prend soin de soi, et on découvre ensemble les bienfaits d'une activité physique simple et bienveillante.

📍 Maison de quartier du Champ de mars,
22 rue Émile Péhant

🚶 Tram 2 et 3 (Hôtel Dieu)

♿ Grand public

Pas d'inscription préalable

0645938100 - educsport.dynamixt@gmail.com

Activités sportives pour tous

Vendredi 10 octobre | 9h30 à 12h

Rendez-vous à 9h30 autour d'un café ou d'un thé pour bien commencer la matinée, puis direction le gymnase tout proche pour une séance de multisport ouverte à toutes et tous. Pas besoin d'être sportif : on bouge en douceur, avec un ballon, un frisbee... ou juste l'envie de partager un moment convivial. Aucune compétition, juste le plaisir de mettre en mouvement son corps... et de se faire du bien à la tête !

📍 Espace Agnès Varda, 16 rue Pierre Landais

🚶 Ligne 5 (Gare de l'État), bus 26 (Place République)

♿ Grand public

Pas d'inscription préalable

0645938100 - tchinda.dynamixt@gmail.com



Se retrouver, partager : petit-déjeuner contre la solitude

Lundi 13 octobre | 9h30 à 12h

Participez à un petit-déjeuner convivial pour seniors sur le thème de la solitude et de l'isolement. Découvrez Isolitude, un outil d'animation créé par Cultures & Santé, qui aide à mieux comprendre et combattre la solitude des personnes âgées. Un moment d'échange et de partage pour se sentir moins seul.

📍 Accoord centre-ville Le Martray,
8 allée Maud Mannoni

🚊 Tram 3 (Jean Jaurès)

👥 Seniors

Sur inscription auprès du centre

0244761106

ou de l'animatrice

0762896069 - maeva.de-almeida-neves@accoord.fr

Conférence burn-out et hyperparentalité : retrouver l'équilibre

Mardi 14 octobre | 20h

Apprenez à reconnaître les signes du burn-out parental et à retrouver un équilibre serein. Un temps d'écoute, d'échange et de solutions concrètes pour mieux vivre la parentalité, proposé par l'Accoord.

📍 Accoord centre-ville Le Martray,
8 allée Maud Mannoni

🚊 Tram 3 (Jean Jaurès)

👥 Pour les parents

0762896069 - maeva.de-almeida-neves@accoord.fr

Et si on parlait de notre santé mentale?

Mercredi 15 octobre | 17h

Après la projection d'un film réalisé au sein d'un Groupe d'entraide mutuelle (GEM) et pour réparer ce lien social, la parole est donnée aux adhérents des GEM de Loire-Atlantique qui témoignent et échangent de leur expérience. Suivi d'une collation préparée par différents adhérents des GEM du département.

📍 Passage Sainte-Croix, 9 rue de la Bâclerie

🚊 Tram 1, 2 et 3 (Commerce)

👥 Grand public

0251832375 - accueil.passage@gmail.com

En chemin vers le lien social

Jeudi 16 octobre | 14h30 à 16h

Pourquoi veiller à préserver un lien social en vieillissant? Quel parcours pour renouer avec le lien social pour soi et pour les autres? Le CCAS de la Ville de Nantes vous propose un temps d'information et d'échange.

📍 Pôle associatif Désiré Colombe, espace seniors,
8 rue Arsène Leloup

🚊 Bus 11 (René Bouhier), 23, C1, C3 (Édit de Nantes)

🚊 Tram 1 (Chantiers Navals)

👥 Adultes, seniors

Sur inscription, nombre de places limité

0765182381

Dervallières-Zola

Panier soliderv

Mardi 7 octobre | 14h à 17h

Distribution de paniers bios et de produits secs pour faciliter l'accès à des aliments sains. Des ateliers liés à l'alimentation peuvent également être proposés.

📍 Maison de quartier des Dervallières,
5 rue Auguste Renoir

🚊 C3 (Jean Ingres) C6 (St-Laurent)

👥 Réservé aux adhérents de l'Accoord, aux personnes de plus de 65 ans, aux personnes ayant la carte blanche ou ayant un quotient familial inférieur à 600.

Payant, adhésion à l'Accoord de 8 € + panier 7 €

Limité à 25 paniers

0240460217 - dervallieres@accoord.fr

Atelier cuisine



Lundi 13 octobre | 9h30 à 14h

L'Accoord vous propose l'élaboration et la préparation collective d'un menu, classique ou de découverte, qui sera ensuite dégusté par le groupe.

📍 Maison de quartier des Dervallières,
5 rue Auguste Renoir

🚌 C3 (Jean Ingres) C6 (St-Laurent)

👤 Grand public, parents, seniors

Payant, adhésion à l'Accoord de 8 € + 4 € l'atelier

12 places

0240460217 - dervallieres@accoord.fr

Peinture au jardin**Mardi 14 octobre | 16h à 17h30**

Et si nous repeignons les bacs du jardin pour lui donner plus de couleurs en toutes saisons? Le jardin collectif est un lieu ouvert où l'on jardine mais pas que ! C'est aussi un lieu de rencontre et de vie dans son quartier. Venez nous rendre visite et participez à l'embellissement de ce jardin.

📍 Jardin Ecos'ytem, angle des rues Auguste Renoir
et Eugène Delacroix

🚌 C3 (Delacroix), bus 10 (Poincaré)

👤 Grand public

0253782238 - contact@ecosnantes.org

Pause-café**Mercredi 15 octobre | 9h30 à 11h**

Venez échanger autour d'un café ou d'un thé, partager sur le quotidien, les activités du territoire et de la ville. Cette pause-café permet de mieux se connaître et de construire ensemble de nouvelles activités ou ateliers. C'est aussi un moment d'information sur toutes les programmations proposées par la Maison de quartier et ses partenaires.

📍 Maison de quartier des Dervallières,
5 rue Auguste Renoir

🚌 C3 (Jean Ingres) C6 (St-Laurent)

👤 Grand public, seniors, familles

Payant, adhésion à l'Accoord de 8 €

0240460217 - dervallieres@accoord.fr

Doulon - Bottière**Atelier découverte au jardin**

Se retrouver au jardin ! Dans un jardin collectif, nous prenons soin de notre santé en bougeant avec les bons gestes de jardinage pour ne pas se blesser. Nous prenons du temps pour nous en compagnie des plantes et nous tissons des liens avec le voisinage, partageons, découvrons. Nous nous émerveillons ensemble entre petits et grands... Venez à notre rencontre pour partager des activités.

👤 Grand public

0253782238 - animation@ecosnantes.org

Mercredi 8 octobre | 14h30 à 16h30

📍 Jardin du Colibri, 3 rue de Valenciennes,
au cœur de l'îlot

🚌 Tram 1 (Pin Sec), bus 11 (Dunant)

Les jeudis 9 et 16 octobre | 14h à 16h

📍 Jardin du Pin Sec, angle des rues
Louis Guiotton et Riveterie

🚌 Tram 1, bus 11 (Pin Sec)

Vendredi 10 octobre | 17h à 19h

📍 Jardin Canopia, angle des rues Anita Conti et
chemin de l'Ecobut

🚌 C7 (Cousteau), bus 12 (Druides)

production@ecosnantes.org



© Garance Wester - Nantes Métropole

Hauts-Pavés / Saint-Félix



© Rodolphe Delaroque - Nantes Métropole

Aidants : être là pour l'autre, être là pour soi, cheminons ensemble !

Samedi 4 octobre | 10h à 13h30

Une matinée d'échanges dédiée aux aidants et aux personnes concernées par un trouble psychique autour du soutien et de la compréhension mutuels dans le cadre du rétablissement en santé mentale. Venez échanger avec des professionnels du CREHPsy et du CRESERC, des familles ainsi que l'UNAFAM et des membres du CLUBHOUSE de Nantes. Buffet offert en fin de conférence.

- 📍 CLUBHOUSE de Nantes, 6 rue de Bel Air
- 🚊 Tram 3 (Jean Jaurès), Tram 2 (50 otages)
- 👤 Grand public, aidants de personnes ayant des troubles psychiques, professionnels de santé

Sur inscription avant le 30 septembre

0240351541 - nantes@clubhousefrance.org

Fête de l'Automne au potager

Jeu 9 octobre | 15h à 17h30

Fête dans le potager du CLUBHOUSE de Nantes (ou dans notre lieu d'accueil selon la météo) pour parler santé mentale, participer à des jeux pour déstigmatiser les troubles psychiques et faire connaissance autour d'un goûter convivial et automnal !

- 📍 CLUBHOUSE de Nantes, potager situé face au 6 rue de Bel Air
- 🚊 Tram 3 (Jean Jaurès) Tram 2 (50 otages)
- 👤 Grand public

Sur inscription avant le 3 octobre

0240351541 - nantes@clubhousefrance.org

Le CLUBHOUSE vous ouvre ses portes

Mercredi 15 octobre | 15h à 17h

Portes ouvertes du programme jeunes du CLUBHOUSE de Nantes, qui accompagne l'insertion sociale et professionnelle de personnes majeures vivant avec des troubles psychiques. Au programme : des activités et retours d'expériences dédiés aux 18-30 ans.

- 📍 CLUBHOUSE de Nantes, 6 rue de Bel Air
- 🚊 Tram 3 (Jean Jaurès) Tram 2 (50 otages)
- 👤 Grand public et jeunes de 18 à 30 ans

Sur inscription avant le 13 octobre

0240351541
nantes@clubhousefrance.org

Portes ouvertes du service de santé des étudiants

Jeu 16 octobre | 10h à 16h

Les professionnels du service de santé des étudiants vous présenteront la vie du service.

- 📍 Maison des services universitaires,
110 boulevard Michelet
- 🚊 Tram 2 (Petit Port)

0240371050

Île de Nantes

Portes ouvertes La Cabanous

Vendredi 10 octobre | 9h30 à 11h30

La Cabanous, lieu d'accueil enfants-parents, vous ouvre ses portes pour vous faire découvrir ses activités. Un espace convivial et adapté pour faire une petite pause entre parents et enfants de 0 à 5 ans. Vous serez accueillis par deux personnes à votre écoute tout au long de la séance.

- 📍 Centre socio-culturel de Beaulieu,
4 rue Marc Vaubourgoin
- 🚊 Ligne 5, bus 26 (Pompidou)
- 👤 Parents, famille

0251723982 - beaulieu@accoord.fr

Balade botanique et sonore

Mercredi 15 octobre | 10h à 12h

Profitez d'une balade au cœur du Parc du Crapa pour écouter et dessiner les sons et plantes qui nous entourent. Avec les associations Ecos et La Clé Des Couleurs.

📍 Parc Le Crapa, au bout de la rue du Pré Salé

🚌 Bus 26 (Hôtel de Région)

👤 Grand public

Sur inscription (15 participants maximum)

0253782238 - animation@ecosnantes.org

Parents-Ados : ce qui *noue* relie

Judi 16 octobre | 19h à 21h

Vous êtes parent ? Participez à cet atelier d'échange, où vous pourrez partager vos questions, votre expérience, trouver du soutien et des outils pour mieux accompagner votre ou vos adolescents. Atelier composé d'une dizaine de parents et co-animé par deux professionnels de l'École des parents et de la Maison des adolescents.

📍 Maison des adolescents, 7 rue Julien Videment

🚊 Tram 1 (Chantiers navals), ligne 5

👤 Parents, famille

Sur inscription par mail

0240208965 - epe44@ecoleledesparents.org

Ça va toujours Beaulieu ? !

Vendredi 17 octobre | 16h à 18h30

Au programme : mur d'expression, temps d'échanges « conso et lien social », témoignages et bien sûr une clôture conviviale. Venez découvrir les structures de lien social du quartier et leurs actions (CEMEA, les Forges Médiation et direction de quartier de la Ville de Nantes).

📍 Centre socio-culturel de Beaulieu,

4 rue Marc Vaubourgoin

🚌 Ligne 5, bus 26 (Pompidou)

👤 Parents, familles, jeunes adultes

Direction de quartiers sud 0240419646

Malakoff / Saint-Donatien

Atelier découverte au jardin Amazonia Garden

Mercredi 8 octobre | 10h à 12h

Se retrouver au jardin ! Dans un jardin collectif, nous prenons soin de notre santé en bougeant avec les bons gestes de jardinage pour ne pas se blesser. Nous prenons du temps pour nous en compagnie des plantes et nous tissons des liens avec le voisinage, partageons, découvrons. Nous nous émerveillons ensemble entre petits et grands... Venez à notre rencontre pour partager des activités.

📍 Jardin Amazonia Garden, angle des rues de Tchecoslovaquie et du Luxembourg (accolé à la voie de chemin de fer entre deux parkings)

🚊 C3, ligne 5 (Haubans)

👤 Grand public

0253782238 - animation@ecosnantes.org

Marche nordique

Judi 9 octobre | 10h15 à 12h15

Envie de maintenir sa forme physique tout en créant du lien social? Rendez-vous Place de La Manu où nous décidons ensemble du parcours de la marche. Celle-ci dure 1h30, dans Nantes ou ses environs. Le groupe est constitué d'une dizaine de personnes. **Prévoir un titre de transport. Bâtons fournis.**

📍 Manufacture, Centre socioculturel Accoord La Manu, 1 place de la Manu

🚊 Tram 1 (Moutonnerie)

👤 Senior et grand public

0240370787 - manu4@accoord.fr



Atelier cuisine et repas partagé

Vendredi 10 octobre | 9h30 à 14h

Rendez-vous à 9h30 autour d'un café ou d'un thé. Une fois la recette décidée, le groupe se met à cuisiner. Sur le temps du déjeuner, nous mangeons ce que nous avons préparé ensemble. Un véritable moment d'échange et de partage.

- 📍 Manufacture, Centre socioculturel Accoord La Manu, 1 place de la Manu
- 🚊 Tram 1 (Moutonnerie)
- 👥 Senior et grand public

Sur inscription

0240370787 - manu4@accoord.fr

Nantes Erdre

D'elle à Moi

Jeudi 9 octobre | 20h

Navigant entre légèreté, humour et gravité, Rose nous livre son histoire et évoque le deuil et ses processus de guérison, l'alcoolisme, le rapport mère-fille et l'héritage psycho-généalogique.

Seul en Scène intimiste. Compagnie Les Présents.
Écriture et Interprétation : Lilie Jiffrelo.
Mise en scène : Richard Taconné. Durée 1h15.

- 📍 La Locomotive - Maison de Quartier Erdre-Batignolles
109 avenue de la Gare de Saint-Joseph
- 🚊 Tram 1, bus 95 (Halvêque)
- 👥 Grand public

Entrée libre sans inscription,

dans la limite des places disponibles

0240415460



© Compagnie Les Présents

Nantes Nord

Ciné-rencontre autour du documentaire « Et si on osait ? »

En présence de Mathieu Larradet, réalisateur

Lundi 6 octobre | 18h30 à 21h

Les pratiques artistiques déstigmatisent et nous relient : venez échanger avec le réalisateur Mathieu Larradet, du collectif Plein Gaz, porteur du projet « Et si on osait ». Récit d'une aventure qui a regroupé patients, artistes musiciens et personnels du centre hospitalier de Pau, autour de l'enregistrement d'une nouvelle version de la chanson Bella Ciao.

- 📍 Bibliothèque Universitaire Campus du Tertre,
Chemin de la Censive du Tertre
- 🚊 Tram 1 (Facultés)
- 👥 Ados, étudiants, parents, seniors, professionnels

Sur inscription

contact@kit-ou-double.fr

La charge mentale des femmes : préserver le lien social

Mardi 7 octobre | 14h à 16h30

Atelier animé par une psychologue et une kinésithérapeute pour échanger sur les conséquences de la charge mentale portée par les femmes et aborder différentes pistes pour gérer le stress et préserver le lien social.

- 📍 Maison de santé Nantes Nord, 105 rue des Renards
- 🚊 Tram 2 (Chêne des Anglais ou Santos Dumont)
- 👥 Grand public, adulte

0251771912



Une soirée au festival Fauves

Mardi 7 octobre | 20h

Venez découvrir le TU Nantes pendant Fauves, le festival des créations émergentes. À 20h, nous vous invitons à partager un verre dans notre café-cantine « le UT-Café », lieu de convivialité ouvert en semaine et les soirs de spectacles. À 21h, nous continuerons la soirée dans notre salle de spectacle en découvrant Matcha Girl, un spectacle qui croise théâtre et cinéma et témoigne du récit intime d'une relation entre un père et sa fille.

📍 TU Nantes, chemin de la Censive du Tertre

🚊 Tram 2 (Facultés)

👤 Grand public, ados et étudiants

Sur inscription par mail auprès de Marie Fourcin

0253522380

m.fourcin@tunantes.fr avant le 4 octobre

Le temps d'un café

Mercredi 8 octobre | 9h à 11h30

Le temps d'un café a lieu tous les mercredis sur le quartier de la Boissière avec un accueil inconditionnel. C'est un moment convivial, de lutte contre l'isolement autour d'un café où les personnes se rencontrent, échangent... À 10h des informations sur les sorties, animations etc. sont communiquées et un service de la Ville ou une présente ses missions, actions et répond aux questions.

📍 L'Escale, 9 bis rue Jean de la Bruyère

🚊 Tram 2, bus 96 (Boissière), 26 (Vincent Scotto)

👤 Grand public, femmes et hommes de + 50 ans isolés, seniors

0240416130 - dq-nord@mairie-nantes.fr

Pesto du jardin

Mercredi 8 octobre | 17h30 à 19h

Venez découvrir le jardin et préparer un pesto avec les plantes qui y sont cultivées. Nous dégusterons ensuite le pesto ensemble.

📍 Jardin Sensive Terre, rue de l'Équateur, près de l'enclos à mouton

🚊 Tram 2 (Santos Dumont), bus 50 (Petite Censive)

👤 Grand public

0253782238 - contact@ecosnantes.org



© Loïc Gatteau - Nantes Métropole

Présentation du Réseau de Confiance Nantes Nord

Jeudi 9 octobre | 14h à 17h

mardi 14 octobre | 14h à 17h

Venez nous retrouver à l'entrée de la Maison de Quartier de La Mano pour découvrir le dispositif Réseau de Confiance, présenté par Le Coup de Main Numérique. Pour favoriser le lien social et lutter contre l'isolement des seniors, nous vous présenterons nos actions et notre lieu d'accueil au travers d'animations ludiques et d'échanges conviviaux.

📍 Maison de Quartier la Mano, 3 rue Eugène Thomas

🚊 Tram 2, C2 (Chêne des Anglais)

👤 Seniors, grand public

0630896141

rdc@le-coup-de-main-numerique.org

Peinture au jardin

Mercredi 15 octobre | 15h à 16h30

Et si nous repeignons les bacs du jardin pour lui donner plus de couleurs en toutes saisons? Le jardin collectif est un lieu ouvert où l'on jardine mais pas que ! C'est aussi un lieu de rencontre et de vie dans son quartier. Venez nous rendre visite et participez à l'embellissement de ce jardin.

📍 Jardin du Chêne, 1 rue Jacques Cartier

🚊 C2 (La Coulée), Tram 2, bus 96 (Chêne des Anglais)

👤 Grand public

0253782238 - contact@ecosnantes.org

Pause musicale la tête dans les nuages

Mercredi 15 octobre | 15h à 17h

Venez prendre une pause au sein de la serre Symbiose, au doux rythme de la musique. Vous pourrez même en profiter pour créer des décorations afin d'embellir le lieu pour les activités qui s'y déroulent tous les mercredis.

📍 Serre Symbiose, 1 rue Jacques Cartier

🚶 C2 (La Coulée), Tram 2 (Chêne des Anglais)

👤 Grand public

Gratuit, sur inscription,
nombre de places limité à 15

0253782238 - contact@ecosnantes.org

Stage inclusif « Faire la fête – une ode à la joie »

Lundi 20 au jeudi 23 octobre | 10h à 17h

Nous vous invitons à fabriquer une fête qui fait l'éloge du vivre ensemble et de la joie ! Pendant 4 jours, vous participerez à des ateliers de danse, à des séances de création de costumes et à des temps d'échanges pour organiser ensemble une fête à l'image du groupe de participantes et participants. C'est un stage inclusif où vous pourrez prendre part à tous les ateliers ou seulement ceux d'une thématique, selon vos envies et possibilités.

📍 TU Nantes, chemin de la Censive du Tertre

🚶 Tram 2 (Facultés)

👤 Grand public, ados et étudiants

Sur inscription par mail auprès de Marie Fourcin

0253522380

m.fourcin@tunantes.fr avant le 15 octobre

Nantes Sud

Tissons du lien en tissant de la laine

Lundi 6 octobre | 14h30 à 16h30

Rencontrons-nous autour de différentes techniques de tissage de laine, à partir d'un métier à tisser fabriqué en carton, en tissant sur une branche d'arbre ou dans un cadre.

📍 Le Ripaillon, 31 rue Esnoul des Châtelets

🚶 Tram 2 et 3, bus (Pirmil)

Sur inscription, places limitées

0686547764 - contact@bipoles44.fr

Bienvenue au Ripaillon !

Les mardis 7 et 14 octobre | 16h30 à 18h30

Les vendredis 10 et 17 octobre | 10h à 12h et 14h à 16h

Les samedis 11 et 18 octobre | 15h à 17h

Chaque semaine, le Ripaillon, lieu de vie convivial, participatif et solidaire à Pirmil, porté par un collectif de 9 associations et la Ville de Nantes, ouvre ses portes pour boire un café, papoter, faire un jeu, cuisiner, s'informer sur le quartier, proposer des idées... et refaire le monde ! Bienvenue à toutes et à tous !

📍 Le Ripaillon, 31 rue Esnoul des Châtelets

🚶 Tram 2 et 3, bus (Pirmil)

collectifripaillon@gmail.com

Ciné-débat autour du film « Sur la branche »

Lundi 13 octobre | 19h30

Bipôles 44 et le cinéma Bonne Garde vous proposent un ciné-débat autour du film « Sur la branche » de Marie Garel-Weiss, avec Daphné Patakia, Benoît Poelvoorde, Agnès Jaoui et Raphaël Quenard. Une comédie sur les traces de personnages qui vont se retrouver dans des situations cocasses. L'occasion d'aborder la question de l'insertion professionnelle et du lien social pour les personnes souffrant de bipolarité.

📍 Cinéma Bonne Garde, 20 rue Frère Louis

🚶 Tram 2 et 3, bus (Pirmil)

0686547764 - contact@bipoles44.fr

Découverte d'un atelier d'art-thérapie

Mercredi 15 octobre | 18h à 19h30

L'art-thérapie permet de s'exprimer autrement à travers peinture, modelage, dessin, photolangage, masques, musicothérapie... Aucune compétence artistique n'est nécessaire. L'objectif est de favoriser votre bien-être mental, corporel et émotionnel pour approfondir la connaissance de vous-même et cultiver votre positivité ! Bipôles 44 vous propose une présentation conviviale de l'art-thérapie et ses bienfaits, suivie d'une mise en pratique...

📍 Le Ripaillon, 31 rue Esnoul des Châtelets

🚶 Tram 2 et 3, bus (Pirmil)

👤 Grand public adulte

Sur inscription auprès de Bipôles 44

0750572857 - contact@bipoles44.fr

Direction de quartier de la Ville de Nantes

0680766174 - magali.royaux@mairie-nantes.fr

Dans les autres communes de la métropole



© Rodolphe Daroque - Nantes Métropole

Agissons ensemble pour briser les préjugés !

Mercredi 8 octobre | 14h à 17h

Trois ateliers sont proposés par l'Psy'Activ : santé mentale et travail, l'arbre à idées reçues et troubles psy et citoyenneté. Pour un temps d'information sur la santé mentale, désigmatiser le sujet des troubles psychiques et favoriser l'inclusion et le vivre ensemble.

📍 Super U, avenue du Souchais - Le Souchais

🚌 Bus 85, 95, E5, 75 (Fleuriaye)

0615275478 - cpp@psyactiv.fr



© Garance Wester - Nantes Métropole

Ciné-débat « Nous avons toutes et tous une santé mentale »

Mardi 14 octobre | 20h

Nous avons toutes et tous une santé mentale dont il est important de prendre soin. Elle se consolide ou se détériore en fonction de nombreux facteurs. En partenariat avec le cinéma Saint-Paul et l'UNAFAM, la ville de Rezé propose une soirée ciné-débat à partir de plusieurs courts-métrages abordant différentes facettes de la santé mentale.

📍 Cinéma St-Paul, 38 rue Julien Douillard

🚌 C4 (St-Paul – Salengro), (Pinier)

♿ Grand public

0240844525 - actionsociale@mairie-reze.fr



© Loïc Gatteau - Nantes Métropole

Agissons ensemble pour briser les préjugés !

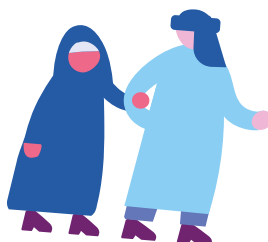
Jeudi 16 octobre | 15h à 18h

Trois ateliers sont proposés par l'Psy'Activ : santé mentale et travail, l'arbre à idées reçues et troubles psy et citoyenneté. Pour un temps d'information sur la santé mentale, désigmatiser le sujet des troubles psychiques et favoriser l'inclusion et le vivre ensemble.

📍 Leroy Merlin, 5 rue Ordonnai

🚌 Bus 26, 30, 36, 97 (Ordonnai)

0615275478 - cpp@psyactiv.fr



Santé au travail : (re)devenir acteur de sa santé au travail

Jeudi 9 octobre | 14h à 16h30

Le pari de Déclic Emploi est d'affirmer que le travail peut être source de rétablissement et de lien social. Pour cela, nous vous proposons de développer les compétences pour identifier plus facilement les facteurs d'épanouissement et de souffrance au travail, de repérer les personnes ressources et de savoir prendre soin de votre santé au travail.

📍 Déclic Emploi - Immeuble Sillon de Bretagne
20^e étage, 1 avenue de l'Angevinière

🚊 Tram 3, C8 (Sillon de Bretagne)

Sur inscription

0285670951 - contact@declic-emploi.org

Centre de posture psychiatrique. Venez nous rencontrer !

Jeudi 9 octobre | 14h à 17h

Le centre de posture psychiatrique La Chicotière vous accueille sur son hôpital de jour afin de présenter ses trois dispositifs de soins et d'accompagnement. Vous pourrez découvrir les créations artistiques réalisées et présentées par les participants aux ateliers « expression artistique » et « volume ». Vous pourrez également échanger avec des personnes accompagnées, des professionnels de la structure et l'artiste animant l'atelier.

📍 Hôpital de jour le SASVI, 3 rue de Sancerre

🚊 Bus 23, 59 (Village Expo), Tram 1, bus 91, C20 (Romanet)

👤 Adultes

0240464810 - lachicotiere@lesapsyades.fr

Conférence gesticulée « Burn-out parental : quand l'arrêt de travail n'est pas possible ! »

De et par Cécile Pénot

Lundi 13 octobre | 20h

La conférencière aborde avec humour et lucidité le quotidien des parents, la fameuse charge mentale, et les nombreuses injonctions à être un « bon parent ». Pendant 1h20, elle déconstruit les idées reçues, questionne les normes, et donne à chacun l'occasion de rire de ses contradictions et de ses imperfections. Dans une ambiance bienveillante et décontractée, elle propose un moment de recul et de réflexion sur la parentalité.

📍 Espace Phelippes Beaulieux, 21 rue de la Forêt

🚊 Bus 69 (La Ferme)

👤 Parents, famille

Sur inscription

0251778696 - contactccas@sautron.fr



© Cécile Pénot



Partenaires SISM 2025

- Accord
- Accompagnement soins et santé
- Adapeila 44
- Agence régionale de santé (ARS)
- Bipôles 44
- Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM)
- CEMEA (Centres d'entraînement aux méthodes d'éducation active)
- Centre de posture psychiatrique La Chicotière
- Centre de santé du Breil
- CHU de Nantes
- Cinéma Bonne Garde
- Cinéma le Concorde
- Cinéma le Katorza
- Cinéma St-Paul
- CLUBHOUSE de Nantes
- Compagnie Les Présents
- Conseil de développement de Nantes Métropole
- Crous Pays de la Loire
- Déclic Emploi
- Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sports (DRAJES)
- Dynamixt (Sport pour tous)
- Ecos
- Festival Cinéma à la Folie, nouveaux regards sur la santé mentale
- Kit ou double
- L'École des parents et des éducateurs de Loire-Atlantique (EPE44)
- L'Escale
- L'Unafam (Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques)
- La Clé Des Couleurs
- La Maison des ados de Loire-Atlantique
- Le collectif Ripaillon
- Le Coup de Main Numérique
- Leroy Merlin Rezé
- Les Apsyades
- Les Eaux Vives Emmaüs
- Les Forges Médiation
- Les GEM (Groupes d'Entraide Mutuelle)
- Librairie les Bien-Aimé-e-s
- Maison de santé Nantes Nord
- Maison Sport Santé de Bellevue
- Nantes Université
- Nightline
- ORPAN
- Psy'Activ
- Super U Carquefou
- TU-Nantes
- Ville de Carquefou
- Ville de Nantes
- Ville de Rezé
- Ville de Saint-Herblain
- Ville de Sautron

Festival Cinéma à la Folie

Nouveaux regards sur la santé mentale

Du 3 au 6 octobre

Un festival culturel et citoyen pour faire dialoguer cinéma et enjeux de santé mentale, déconstruire les clichés et partager avec des spécialistes et cinéastes en fin des séances. Objectif : faire évoluer les regards sur les troubles psychiques.

📍 Cinéma Le Concorde, 79 bd de l'Égalité

🚊 Tram 1 (Égalité), bus 10 et 11 (Convention), parking (Zola)

Sur inscription ou sur place (dans la limite des places disponibles)

www.cinema-a-la-folie.fr

Festival
CINÉMA
À LA FOLIE

#1

*Nouveaux regards
sur la santé mentale*

**Octobre
2025**
Boulogne-sur-Mer,
Clermont-Ferrand,
La Rochelle,
Nancy, Nantes,
Nîmes, Orléans,
Pau

Visual : l'effort de la Folie - M. L. L.

ALLIANCE POUR
LA SANTÉ MENTALE

ERIE

Parlons
santé
mentale!

festival
la rochelle
cinéma

FIPA
DOC

Rendez-vous
**au Village
de la santé
mentale, pour
recréer du lien !**

Mercredi 8 octobre



**De 13h à 17h30
Place du Bouffay
à Nantes**

Retrouvez le
programme page 4.

