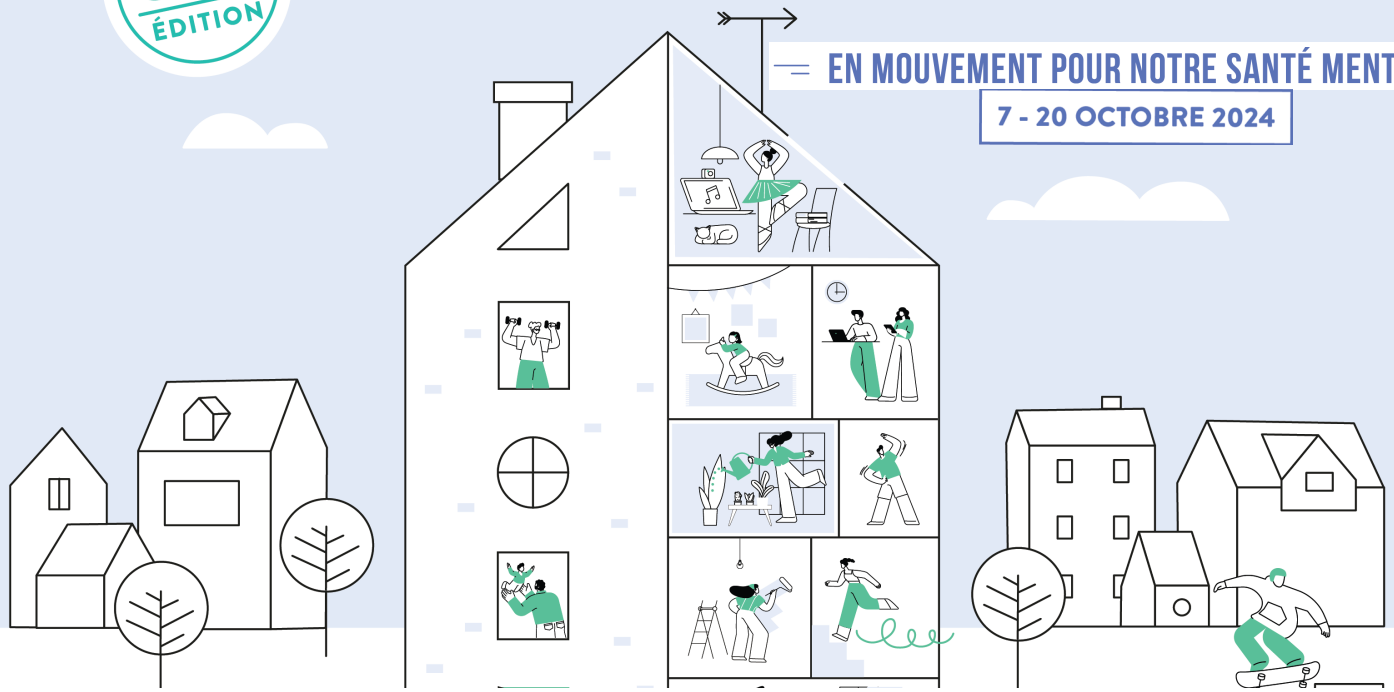


35<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale  
**SiSM**

EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

7 - 20 OCTOBRE 2024



[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)



## Evènements en Tarentaise

### Table thématique « santé mentale » à la médiathèque

Du 7 au 20 octobre, horaires d'ouverture de la médiathèque

Médiathèque de Moûtiers (Place Louis Lungo)

Ouvert à tous, gratuit / Contact : CLS Tarentaise-Vanoise, [jessica@latraceduflocon.art](mailto:jessica@latraceduflocon.art), 07 60 06 76 07

### Psytruck : escale du camion où l'on parle de santé mentale

Mardi 15 octobre, 10h30-13h30 Place des Victoires, Moûtiers

Ouvert à tous, gratuit / Contact : CLS Tarentaise-Vanoise, [jessica@latraceduflocon.art](mailto:jessica@latraceduflocon.art), 07 60 06 76 07

### Ciné-débat « En corps » de Cédric Klapisch

Mardi 15 octobre, 18h30 / Rex Cinéma, Moûtiers (Avenue des Belleville)

Ouvert à tous, tarif cinéma / Contact : CLS Tarentaise-Vanoise, [jessica@latraceduflocon.art](mailto:jessica@latraceduflocon.art), 07 60 06 76 07

### Conférence « Les bons réflexes pour se sentir bien » par Thomas Clément, médecin

Jeudi 17 octobre, 18h-20h / Salle des fêtes, Moûtiers

Ouvert à tous, gratuit / Contact : CLS Tarentaise-Vanoise, [severine.benoit@arcodv.fr](mailto:severine.benoit@arcodv.fr), 06 11 28 68 26



35<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale  
sism



[www.semaines-sante-mentale.fr](http://www.semaines-sante-mentale.fr)



À l'occasion de la 35<sup>ème</sup> édition des **Semaines d'Information sur la Santé Mentale** (SISM), un collectif départemental de professionnels et bénévoles engagés organise des événements pour lutter contre la stigmatisation des troubles psychiques et offrir à la population des espaces d'échange et d'information sur la santé mentale.

La santé mentale est une préoccupation omniprésente qui nous touche tous directement ou indirectement. Le thème de cette année, **"Tous en mouvement pour notre santé mentale"**, met en avant les bienfaits de l'activité physique, qui contribue au bien-être physique, mental, psychologique et social. L'activité physique permet d'agir favorablement sur la réduction de l'apparition du stress, de l'anxiété et des troubles psychiques mais aussi dans le renforcement de l'estime de soi.

De nombreuses activités sont prévues, dont un « Psytruck » itinérant, un camion qui voyagera de territoire en territoire pour venir vers vous et échanger au sujet de la santé mentale. **Rejoignez-nous pour faire de cette édition un succès collectif ! Ensemble, faisons un pas vers une meilleure santé mentale !**

## Retrouvez le programme des SISM en Savoie



Sur : [www.chs-savoie.fr](http://www.chs-savoie.fr)

Ou sur la page Facebook :

[Semaines d'Information sur la Santé Mentale - Territoire de la Savoie](#)

Pour plus d'informations : [contact73@promotion-sante-ara.org](mailto:contact73@promotion-sante-ara.org)

