

**6 / 19
oct.
2025**

Réparons
le lien social pour
**notre
santé
mentale**

CONFÉRENCES, EXPOS, CINÉ-DÉBATS, THÉÂTRE, PORTES OUVERTES, ANIMATIONS...

36^e
édition

Semaines d'information
sur la santé mentale

www.semaines-sante-mentale.fr

Tout au long des semaines. . .

GEM Au petit Grain et GEM La Boussole

INTERVENTIONS EN MILIEU SCOLAIRE

Les adhérents des GEM Au Petit Grain et La Boussole iront à la rencontre d'élèves d'établissements scolaires brestois afin de les sensibiliser à la santé mentale et déstigmatiser le handicap psychique.

*Établissements
scolaires brestois*

*Bar La Maison
Blanche 2840
Rte de Sainte-
Anne du Portzic,
29200 Brest*

Résidence Maden

EXPO DES ARTISTES DE LA RÉSIDENCE

Gravures, aquarelles et autres techniques avec Hélène Bascoul, artiste

UBO Service Santé des Étudiants

FRESQUE DE LA SANTÉ MENTALE DE NIGHTLINE

Plusieurs ateliers seront proposés aux étudiants de l'UBO afin de pouvoir parler de la santé mentale et des stratégies permettant d'aller vers le mieux-être.

UBO

Bellevue

**Service Promotion de la Santé,
Unafam avec le soutien du Centre Social de Bellevue**

ALLER-VERS LES HABITANTS DES QUARTIERS

Grâce au camion aménagé du centre social, au cours de ces 2 semaines l'Unafam ira vers les habitants du quartier de Bellevue afin d'échanger sur leur santé mentale.

Lundi 6 octobre - 17h / 19h

Syno'psy

TABLE RONDE

ENSEMBLE AUTOUR DU LIEN SOCIAL

ET DE LA SANTÉ MENTALE

L'émission de radio Syno'psy propose une émission spéciale en direct ouverte au public pour donner la parole aux acteurs locaux : usagers, professionnels, aidants et associations partageront leurs regards et actions autour du lien social en santé.



*Cinéma les Studios,
136, rue Jean Jaurès,
Brest*

*Et jeudi 9 à
Plougastel,
Cinéma Image
20h30*

Lundi 6 octobre - 20h / 22h

Unafam et Argos 2026

CINÉ-DÉBAT « LA VIE DE MA MÈRE »

DE JULIEN CARPENTIER

Pierre est un jeune fleuriste qui s'investit beaucoup dans la réussite de son magasin. Un jour, il apprend que sa mère, bipolaire, qu'il ne voit plus depuis deux ans, s'est échappée de sa maison de repos et rend la vie impossible à sa grand-mère. Il décide de la ramener à l'hôpital.



*Auditorium,
Ateliers des
Capucins,
25 rue de Pontaniou,
Brest*

*> Et en direct sur
Radio U 101.1 FM*

Mardi 7 octobre - 10h / 12h30

CHU - Hôpital de Jour de Bellevue

PORTES-OUVERTES

L'hôpital de jour est une structure de soins du CHU de Brest accueillant des personnes souffrant de troubles psychiques. Nous les accompagnons dans leur parcours de soins et de vie. Les soins, individuels ou collectifs, portent intérêt aux besoins uniques des personnes ainsi qu'à leur situation et s'adaptent à leur rythme de vie.



*Hôpital de Jour
de Bellevue,
51 Rue Professeur
Langevin,
Brest*



Mardi 7 octobre - 14h / 16h

Savs Samsah Don Bosco

JE JOUE, TU JOUES... NOUS JOUONS

Quand le jeu nous lie ! Jouer c'est plus qu'un passe-temps. C'est une activité qui développe de nombreuses compétences sociales : communiquer, collaborer, partager des émotions. Le jeu est un moyen formidable pour provoquer la mise en lien, nécessaire à notre bien-être émotionnel.



Médiathèque
François Mitterrand,
Ateliers des
Capucins,
25 rue de Pontaniou,
Brest



ITES
170 rue Jules
Janssen,
Guipavas

Mardi 7 octobre - 17h / 19h

Association Mental'o

TALK PSYCHIATRIE, TABLE RONDE

Discussion sur la psychothérapie institutionnelle. En partant d'un court-métrage relatant une nuit de garde d'une interne en psychiatrie, nos trois invités donneront leur regard de politique, de psychanalyste et de citoyen pour améliorer l'hôpital psychiatrique. Un temps d'échange avec le public est prévu.

Avertissement : certaines images peuvent heurter la sensibilité du spectateur



Mercredi 8 octobre - 10h / 18h

Résidence Maden et Hélène Bascoul, artiste

PORTES-OUVERTES

Au cours de ces portes-ouvertes, les visiteurs pourront découvrir ce lieu d'habitation à destination des personnes en souffrance psychique. Vous aurez également l'occasion de découvrir la fresque sur le lien social réalisée par les habitants de la Résidence Maden.



Résidence MADEN
18 rue Cuirassé
Bouvet
Brest



Mercredi 8 octobre – 17h / 19h

Association Dialogue Ouvert Finistère et ITES

TABLE RONDE

« REPENSER L'ACCOMPAGNEMENT »

Comment penser un accompagnement qui, face à la vulnérabilité, articule horizontalité, reconnaissance des émotions, inclusion des proches, et ouverture aux savoirs pluriels, tout en préservant la souveraineté des personnes et en questionnant les normes établies ?



ITES
170 rue Jules
Janssen,
Guipavas



Centre social
Les Amarres
4 rue André
Messager
Brest

Mercredi 8 octobre – 17h / 19h

GEM Kereon et Théâtre du Grain

THÉÂTRE-DÉBAT

« Attraction » : Ida Hertu- Louise Morin – Texte Yan Marchand. L'action de ce texte se déroule en huis clos dans une rame de métro. Six personnages se rencontrent et se dévoilent le temps d'un parcours de station à station. Ils-elles vont connaître pendant ce voyage une intensité de rapports et d'émotion extraordinaire.



Mercredi 8 octobre – 18h / 19h

Anouk EDMONT, de la Compagnie La Stridente et le GEM
Au Petit Grain

ÉCOUTE PUBLIQUE

DU PODCAST RADIO CIBOULOT

Ouvrez bien vos oreilles parce que Radio Ciboulot c'est reparti pour un tour !

Les adhérentes et adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Au Petit Grain de Brest ont participé à la création de podcasts Radio Ciboulot. Ce projet leur permet de porter la voix des adhérentes et adhérents un peu plus fort, un peu plus haut et un peu plus loin !

Cette écoute sera suivie d'un temps d'échange avec Anouk EDMONT et les adhérents du GEM.



Le Grabuge
26 rue de la Porte
Brest





*Le Projet Sapristi,
10 rue de la porte,
Brest*

Jeudi 9 octobre – 09h / 11h50

Le Projet Sapristi et Aurélie Canadas, infirmière.

CAFÉ-PHILO : LE BÉNÉVOLAT

Ce café philo est une discussion philosophique et un partage d'expérience : ouvert à toutes et tous sur le thème du bénévolat comme élément-clé du lien social et de lutte contre l'isolement des personnes.

Jeudi 9 octobre – 13h30 / 16h30

CHU - Hôpital Relais

PORTES-OUVERTES

L'hôpital de jour est une structure de soins du CHU de Brest accueillant des personnes souffrant de troubles psychiques. Nous les accompagnons dans leur parcours de soins et de vie dans une démarche de réinsertion.

Les soins, individuels ou collectifs, portent intérêt aux besoins uniques des personnes ainsi qu'à leur situation et s'adaptent à leur rythme de vie.



*Hôpital Relais,
5 avenue Foch,
Brest*



*Faculté Victor
Ségalen
Amphithéâtre Yves
Morreau
20 rue Duquesne
Brest*

Jeudi 9 octobre – 17h / 19h

**Isabelle Courtel-Rannou, psychologue du Travail et
Cathy Guivarc'h Service Universitaire des Activités
Physiques et Sportive (SUAPS)**

CONFÉRENCE-DÉBAT :

COMMENT VA MA SANTÉ MENTALE

AU TRAVAIL

Cette conférence sera l'occasion de faire le point sur la santé mentale au travail et de proposer des clés pour l'améliorer.





MPT Saint-Pierre,
25 Rue Victor Eusen,
Brest

Jeudi 9 octobre - 17h / 19h

Aurélié Canadas, infirmière

ATELIER PRÉVENTION SANTÉ

SUR L'EMPATHIE

L'Atelier Prévention Santé est un atelier accessible à tous où est abordé une notion de la santé à travers les prismes médical, thérapeutique et philosophique. C'est un atelier interactif où se mêlent théories et pratiques.

Vendredi 10 octobre - 16h / 18h

Association Dialogue Ouvert Finistère

INITIATION DANSE BRETONNE

En lien avec le festnoz inclusif qui aura lieu le soir, un temps d'initiation à la danse bretonne est proposé pour toutes les personnes qui souhaitent faire leurs premiers pas de danse. Des musiciens seront présents pour animer ce temps convivial !



Centre Social
Horizons
Pontanezen,
5 rue Sisley,
Brest



Centre Henri
Queffelec,
rue de Reichstett,
Gouesnou

Vendredi 10 octobre - dès 17h

**Association Dialogue Ouvert Finistère
et collectifs d'associations**

FESTNOZ INCLUSIF ET FORUM

DES ASSOCIATIONS

Festnoz inclusif sans alcool. Dès 17h se tiendra un forum convivial avec les partenaires des SISM proposant des échanges autour de la santé mentale. À partir de 20 heures, le festnoz débutera.

Une attention particulière sera portée aux personnes ayant des besoins spécifiques. Une salle permettant de se mettre au calme sera disponible.

Une navette à la demande permettra de faire les trajets entre Brest et Gouesnou et assurera le retour.





Samedi 11 octobre – à partir de 14h

Espas Dezordr, collectif associatif

MAD PRIDE, MARCHÉ FESTIVE

Organisation de la première Mad Pride de Brest visant à déstigmatiser les troubles de la santé mentale : manifestation pour la reconnaissance des existences plurielles et la défense des droits à vivre telles et tels que nous sommes.



Départ 14h,
Place de la Liberté,
à Brest



Médiathèque
François Mitterrand,
Ateliers des
Capucins,
25 rue de Pontaniou,
Brest

Samedi 11 octobre – 14h30 / 15h30

Le Projet Sapristi

ÉCOUTONS ENSEMBLE, LECTURE PUBLIQUE

Deux lectures à haute voix suivies d'échanges au sujet de la santé mentale et l'engagement.

Samedi 11 octobre – 15h30 / 18h

Dialogue et périnatalité

LIEU DE PAROLE

Temps d'échange autour du vécu du deuil périnatal, temps de mise en mouvement douce du corps pour accompagner les émotions que les échanges auront suscitées et temps artistique de création d'un arbre du souvenir. Animé par Nathalie André et l'illustratrice Violette Suquet.



Médiathèque
François Mitterrand,
Ateliers des
Capucins,
25 rue de Pontaniou,
Brest

Lundi 13 octobre - 14h / 16h

Association Vert Le Jardin

PORTES OUVERTES DES FERMES URBAINES

Vert le jardin vous accueille au sein de ses fermes urbaines pour les découvrir et participer aux chantiers collectifs avec les bénévoles de l'association. Un moment de partage favorisant le lien social.



*Ferme de Quelibelle
Recouvrance,
1 rue de Quéliverzan,
Brest*



**Sur inscription au
service santé des
étudiants
02 23 23 55 05**

*Bibliothèque
Universitaire,
11 Avenue Foch,
Brest*

Lundi 13 octobre - 14h / 16h

**UBO Service Santé des Etudiants, PTSM,
CHRU Centre de réhabilitation psychosociale**

BIBLIOTHÈQUE VIVANTE

Venez à la rencontre de livres-vivants et écoutez le récit de personnes au sujet de leur parcours de vie en lien avec la santé mentale.

Lundi 13 octobre - 17h/19h

ITES, Harmonie mutuelle

THÉÂTRE-DÉBAT : LA PART SOMBRE

PIÈCE ÉCRITE ET INTERPRÉTÉE

PAR MAÏ DAVID

Spectacle puissant et sensible sur le vécu d'une femme en proie à des troubles schizophréniques. Elle perd pied, fait face au chaos et se relève.



*ITES
170 Rue Jules
Janssen,
Guipavas*





 *Cinéma les Studios,
136 rue Jean Jaurès,
Brest*

*Et jeudi 16 à
Plougastel,
Cinéma Image
20h30*

Lundi 13 octobre – 20h/22h

Unafam

**CINÉ-DÉBAT « HIKIKOMORI,
LES RECLUS VOLONTAIRES ? »**

Documentaire de Michaëlle Gagnet

Ils ne quittent pas leur chambre, restent enfermés chez eux des mois voire des années. Ces jeunes sont des «reclus volontaires», des Hikikomori, un mot japonais qui signifie se cloîtrer. En France, ils seraient des dizaines de milliers. Ce documentaire suit le travail de Marie-Jeanne Guedj, psychiatre à l'hôpital Sainte-Anne, une des premières à s'être intéressée à ces jeunes reclus. Projection suivie d'un débat avec des bénévoles.

Mardi 14 octobre – 10h30 / 16h

GEM La Boussole

PORTES-OUVERTES

Le Groupe d'Entraide Mutuelle est une association portée par et pour des usagers en santé mentale permettant de se retrouver, de s'entraider, d'organiser des activités visant au développement personnel, de passer des moments conviviaux et de créer des liens.



*GEM La Boussole,
192 Rue du
Commandant
Drogou,
Brest*



 *Auditorium des
Capucins,
25 rue de
Pontaniou,
Brest*

Mercredi 15 octobre – 18h / 20h

**CPTS Brest Santé Océane,
avec le Dr Florian Stephan et Pauline Rébulard**

**TABLE RONDE : SOINS, HÉBERGEMENT
ET ENSEIGNEMENTS DES MINEURS ISOLÉS**

Soigner, héberger, enseigner : trois leviers fondamentaux face à l'exil et à la rupture culturelle. Cette conférence explore comment, sur la ville de Brest, les soins psychiques, un hébergement digne et un apprentissage adapté du français peuvent réinscrire ces jeunes dans un lien humain et un avenir possible.



*Les insolites,
Ateliers des Capucins
25 rue de Pontaniou,
Brest*

Mercredi 15 octobre - 14h30

Le Projet Sapristi & Vert Le Jardin

TEMPS CONTÉ

Intervention d'une conteuse sur le thème de la santé mentale, la nature et le maraîchage. Un petit goûter, à l'initiative de Vert Le jardin, vous sera proposé après un échange avec la conteuse.



Jeudi 16 octobre - 11h / 11h50

Le Projet Sapristi

PARTAGE D'EXPÉRIENCES

ET BIENFAITS DU BÉNÉVOLAT

Le Projet Sapristi porte deux librairies solidaires où le livre d'occasion est un vecteur de lien social. Venez échanger avec deux bénévoles déjà engagés.



*Boutique la PAM,
56 Rue d'Aiguillon,
Brest*



*GEM
Au Petit Grain,
192 Rue du
Commandant
Drogou,
Brest*

Vendredi 17 octobre - 10h30 / 16h

GEM Au Petit Grain

PORTES-OUVERTES

Le Groupe d'Entraide Mutuelle est une association portée par et pour des usagers en santé mentale permettant de se retrouver, de s'entraider, d'organiser des activités visant au développement personnel, de passer des moments conviviaux et de créer des liens.



Vendredi 17 octobre - 14h / 16h

Aurélie Canadas, infirmière

ATELIER PRÉVENTION SANTÉ :

LA MARCHÉ COMME SUPPORT

DE LIEN SOCIAL

L'Atelier Prévention Santé est un atelier accessible à tous où est abordé une notion de la santé à travers les prismes médical, thérapeutique et philosophique. C'est un atelier interactif où se mêlent théories et pratiques.

*MPT Saint-Pierre,
(salle Odyssée)
25 Rue Victor Eusen,
Brest*





Que sont les Semaines d'information sur la santé mentale ?

Les Semaines d'information sur la santé mentale s'adressent à toutes et tous. Il s'agit d'un événement national annuel qui vise à sensibiliser le public aux questions de la santé mentale. Il a pour objectifs d'informer, d'apporter et enrichir les connaissances sur la santé mentale et de faire évoluer les représentations.

Retrouvez toutes les informations sur le site :
www.semaines-sante-mentale.fr

À Brest, ces actions sont coordonnées par le Conseil local de santé mentale dont les membres sont : Ville de Brest, UNAFAM 29, Espas Dezordr, Résidence MADEN, GEM Kéréon, GEM Au Petit Grain, GEM La Boussole, SAVS SAMSAH Don Bosco, Argos 2006 Finistère, Dialogue Ouvert en Finistère, CHU de Brest, PTSM, UBO, radio U et Syno'psy, Sapristi, Mental'O, Vert le Jardin, ITES, Théâtre du Grain, CPTS Brest Santé Océane, Dialogue et périnatalité

Avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé Bretagne.

