

36^e
ÉDITION

Semaines d'information
sur la santé mentale
Sism



POUR NOTRE SANTÉ MENTALE, RÉPARONS LE LIEN SOCIAL

Création graphique réalisée par Kristell Lozachmeur

Du 06 au 19 octobre 2025



Poher Communauté

Porte ouverte du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) du Poher

**Samedi 04 octobre 2025 - à partir de 14H
7 rue Voltaire, 29270 Carhaix-Plouguer**

Organisateur : GEM du Poher ; Public: tous publics

Les portes du GEM s'ouvrent à toutes et tous pour découvrir un lieu de vie, de partage et d'entraide entre personnes concernées par des troubles psychiques et l'isolement.

Animation, repas partagé, visite, témoignages, discussions, le GEM du Poher vous attends.

Entrée libre et gratuite

Goûter partagé

**Mercredi 08 octobre 2025 – 14H à 17H30
9 rue Victore Masse, 29270 Carhaix-Plouguer**

Organisateur : Ville de Carhaix, GEM du Poher, Association Kan Ar Mor , Pays COB ; Public: tous publics

Ce moment convivial rassemblera habitants, familles et partenaires pour partager un goûter, discuter et créer du lien dans un cadre chaleureux.

L'objectif est de promouvoir l'inclusion et la mixité sociale autour de la thématique de la santé mentale.

Animation, repas partagé, visite, discussions, on vous attends.

Entrée libre et gratuite



Poher Commuanuté

Stand de sensibilisation

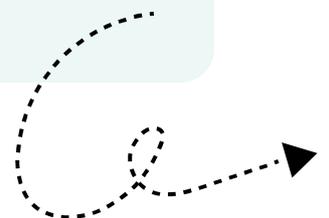
Samedi 18 octobre 2025 – 10H-12H

Place du Champ de Foire, 29270 Carhaix-Plouguer

Organisateur : Ville de Carhaix, GEM du Poher ; Public: tous publics

Des professionnels, des bénévoles et des personnes concernées par la santé mentale accueilleront le public pour échanger sur les idées reçues, l'isolement et les ressources locales disponibles pour prendre soin de sa santé mentale.

Entrée libre et gratuite



Monts d'Arrée Commauté

Forum du Bénévolat

Samedi 11 octobre 2025 - 14H-17H

Rue Saint Michel, 29190 Brasparts

Organisateur : Mont d'Arrée Cté ; Public: tous publics

S'engager, c'est aussi se faire du bien ! Donner de son temps, c'est rencontrer du monde, partager et se sentir utile. Autant de petits pas qui renforcent le moral et favorisent le bien-être. Une trentaine d'associations des Monts d'Arrée seront présentes et prêtes à accueillir de nouveaux bénévoles. L'occasion parfaite pour conjuguer solidarité et santé mentale !



Entrée libre et gratuite

Stand d'information et animations

Jeudi 16 octobre - 9H-12H

Place Aristide Briand, 29690 Huelgoat

Organisateur : Mont d'Arrée Cté , GEM du Poher ; Public: tous publics

Des professionnels, des bénévoles et des personnes concernées par la santé mentale accueilleront le public pour échanger sur les idées reçues, l'isolement et les ressources locales disponibles pour prendre soin de sa santé mentale.

Entrée libre et gratuite



Monts d'Arrée Communauté

Soirée Ciné-Papote autours de trois courts-métrages

Vendredi 17 octobre 2025 - 18H
Le, Salou, 29690 Botmeur

*Organisateur : Mont d'Arrée Cté , Café associatif " O p'ti Boneur" ;
Public: tous publics*

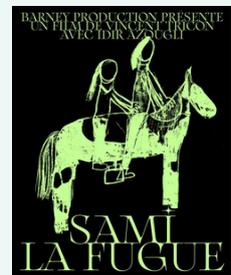
Là où vivaient les arbres maintenant (2023), de Séverine Cagnac (11'45)

Synopsis : « Dans le syndrome de Diogène, les objets prennent possession des lieux d'habitation. La maison devient un monstre qui avale la famille, la tendresse, et le rêve d'être ensemble. C'est ici que j'ai grandi. Josyane, Séverine et Ludovic tentent de donner une voix aux murs, à la solitude, pour trouver un chemin vers la résilience familiale ».



Sami La Fugue (2021), de Vincent Tricon (25')

Synopsis : « C'est l'hiver en Franche-Comté. Sami est interné en centre psychiatrique. Un jour de visite, sa mère et sa petite sœur lui apprennent que leur cheval est mort. »



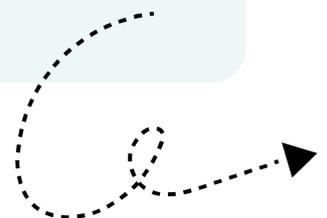
Une tête disparaît (2016), de Franck Dion (9'28)

Synopsis : Un film d'animation franco-canadien qui raconte l'histoire d'une « vieille dame, atteinte de démence, qui prend le train pour aller voir la mer ».



Petite restauration sur place

Entrée libre et gratuite



Communauté de Commune du Kreiz Breizh

Guinguette

Samedi 11 octobre 2025 : 14h-19H
Square de la Fontaine, 22110 Rostrenen

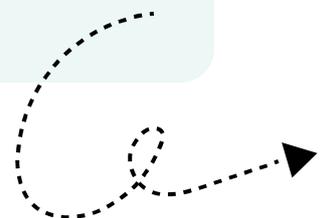
*Organisateur : GEM de Rostrenen, Association Hospitalière de Bretagne (AHB)
Ville de Rostrenen, Pays COB ; Public : tous publics*

Ce moment convivial rassemblera habitants, familles et partenaires pour partager un goûter, discuter et créer du lien dans un cadre chaleureux.

Au programme : animations fanfare Bazar Kalé, école de musique et cercle celtique de Rostrenen, Sitala percussions. Stands d'information sur la santé mentale. Petite restauration. Gratuit et ouvert à tous. Événement organisé dans le cadre des SISM.



Entrée libre et gratuite



Roi Morvan Communauté

Présentation d'équipes mobiles

Mercredi 08 octobre 2025 - 13H – 15H

Salle paroissiale – 56540 Le Croisty

Organisateur : l'EPSM Charcot, l'AHB et le CHPM ;

Public: professionnels de santé et élus du territoire

Ce rendez-vous permettra de découvrir deux équipes mobiles (EMIS et EMPC COB), de mieux comprendre leurs missions et territoires d'action, et d'échanger sur les situations où elles peuvent être sollicitées.



Entrée sur inscription

Pause Aidants. Pour vous, pour eux.

Lundi 13 octobre 2025 - 10H – 17H

2 Rue des Écoles, – 56320 Le Faouët

Organisateur : Roi Morvan Communauté



La journée Pause Aidants a lieu le 13 octobre de 10h à 17h au Faouët. C'est un moment pour les personnes qui accompagnent un proche malade, âgé ou en situation de handicap. Au programme : une conférence, un spectacle, des stands d'information et des ateliers pratiques. C'est gratuit et ouvert à tout le monde.

Entrée libre et gratuite



En lien avec le territoire : des ressources qui restent

Création d'un outil cartographique : « Les lieux qui me font du bien »

En parallèle des événements ponctuels, un travail de fond est en cours sur les territoires de Monts d'Arrée Communauté et de la Communauté de communes de Haute Cornouaille :

→ Il s'agit de construire deux cartes participatives des lieux qui "font du bien" : lieux de détente, de nature, de lien social, de ressourcement...

Cet outil a vocation à être partagé à long terme et pourra servir de support à des animations, balades commentées, groupes d'échange, etc.

Objectif : favoriser l'autonomie, la reconnexion au territoire et le bien-être de chacun·e.

Une campagne radio et numérique avec RMN

Tout au long des SISM, la radio RMN s'associe au Pays COB pour relayer les messages de la santé mentale auprès de tous les publics :

- Interviews croisées des GEM de Rostrenen et Carhaix
- Article thématique diffusé sur le site web
- Spot radio diffusé tous les 2 jours du 1er au 20 octobre
- Quiz santé mentale du 24 au 30 septembre avec un cadeau bien-être à gagner
- Ces contenus seront accessibles en ligne et partagés largement sur les ondes, les réseaux sociaux et les supports du Pays COB.