

# Calendrier des Semaines d'information sur la santé mentale

6 - 10 octobre

**LUNDI 6**

12h30 - 13h30

Apéro d'ouverture

Venez découvrir ce que sont les Semaines d'Information sur la Santé mentale !

**SSE** 18h - 19h

Atelier Relaxation

Par Sandrine

Tonadre

D3. 108

**MARDI 7**

18h - 19h

**SSE**

Atelier Méditation par  
Virginie de Charentenay  
en D3. 108

Débutant·e ou habitué·e, venez profiter d'un moment méditatif dans cet atelier !

**JEUDI 9**

**MISSION  
HANDICAP**

Conférence de Julie Dachez  
Amphi Descartes

Du stress minoritaire au burn-out autistique :  
comprendre l'impact de l'environnement social sur  
la santé mentale des personnes autistes

12h30 - 13h-30

**VENDREDI 10**

18h - 19h

Club アニメ

Club Animé  
projection  
*Komi cherche  
ses mots*

Une série touchante sur  
l'anxiété sociale en milieu  
universitaire

**MERCREDI 8**

18h - 19h

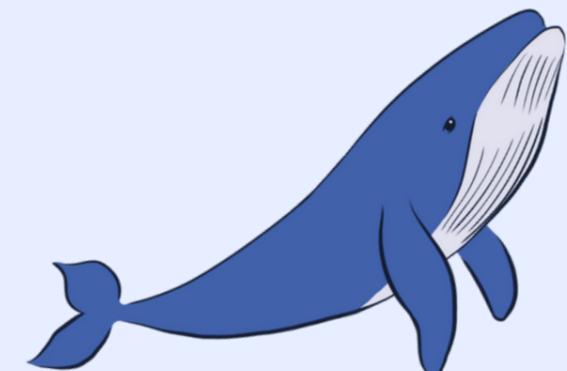


Discussion : l'amitié

Le thème de cette année : « Pour  
notre santé mentale, réparons le  
lien social »

**SSE**

Tous les événements se déroulent en D2.018, sauf si une salle est indiquée ici !



# Calendrier des Semaines d'information sur la santé mentale

10 - 17 octobre

## LUNDI 13

12h30 - 13h30

Conférence de Lara

Chéhade



Amphi A (Monod)

*Formatrice en santé mentale et patiente-experte, vient témoigner de son parcours et présenter la Trousse de secours mental*

**SSE** 18h-19h

Atelier Relaxation

Par Sandrine Tonadre

D3. 108

Un peu stressé-e ou juste envie de détente, venez profiter d'un moment relaxant dans cet atelier !

## MARDI 14

18h - 19h

**SSE**

Atelier Méditation

Par Virginie de

Charentenay

D3. 108

## JEUDI 16

18h - 20h

Atelier : introduction à l'écoute active

Découvrez au travers de petits ateliers les principes fondamentaux de l'écoute active !



## MERCREDI 15

18h - 20h

Discussion Luciole

Venez rencontrer l'association Luciole pour une discussion passionnante sur le lien social !

## VENDREDI 17

18h - 20h

Apéro de clôture des SISM

Venez clôturer ces deux semaines autour d'un moment convivial !

# SSE

Tous les événements se déroulent en D2.018, sauf si une salle est indiquée ici !

