



Merci à tous nos partenaires



Forum Santé Mentale

Santé mentale, tous concernés!



MER. 8 OCTOBRE

Palais des sports

10h à 17h30



Gratuit & ouvert à tous

Yoga, sophrologie, médiation animale, art thérapie, jeux d'énigme, ateliers mémoire et motricité, stands d'information, concert, théâtre-débat...





Le programme

Lundi 6 octobre

Centre social La Rotonde

18h30 Soirée théâtre-débat « être aidant en 2025 »

Mercredi 8 octobre

Palais des Sports

10h > 16h - Ateliers d'art thérapie

11h > 12h - Séance découverte du Yoga

11h30 - Concert de jazz du groupe Swing O'Too



13h30 > 15h30 - Atelier médiation animale

14h30 > 15h30 - Découverte de la sophrologie (relaxation dynamique)

15h30 > 16h - Temps d'échange avec la sophrologue

16h > 17h - Séance de sophrologie

Toutes les activités sont gratuites
& ouvertes à tous



Soirée théâtre-débat



ÊTRE AIDANT EN 2025

SPECTACLE-DÉBAT AUTOUR
DE LA POSITION D'AIDANT

Ce que raconte le spectacle...

Ils sont là, toujours, sans bruit et sans pause. Ils jonglent entre amour, fatigue et dévouement, oubliant parfois qu'ils existent aussi. Ce spectacle met en lumière ces invisibles du quotidien : les aidants. À travers une mise en scène sensible et rythmée, entre moments drôles et poignants, ce spectacle donne la parole à ceux qui portent, soutiennent et accompagnent sans attendre de merci. Parce que prendre soin des autres, c'est bien... mais penser à soi, c'est essentiel.

Les saynètes :

- Je dois être là pour elle
- Je dois bien m'alimenter
- Vous prenez ma place
- Je ne dors pas assez
- Je culpabilise de le laisser seul
- Je m'accorde du répit
- Je fais attention à ma propre santé

Écrit et mis en scène par Fabrice Décarnelle
Avec Aurore Néca, Cécile Migout et Nicolas Pierson

45'



18h30
Centre social
La Rotonde
Gratuit



64, Avenue de Paris - 02200 SOISSONS - 03.23.53.54.42 - www.theatresaintmedard.com



Licences d'entrepreneur de spectacles n°02-48, n°02-92, n°2-102822
Compagnie de théâtre professionnelle agréée d'éducation populaire,
soutenue par le Département de l'Aisne, la Ville de Soissons,
La Région Hauts de France, le Ministère de l'Éducation Nationale

