

**Semaines d'Information
sur la Santé Mentale 2019**

BRESSUIRE

Jeudi 21 mars / 20 h

Cinéma Le fauteuil Rouge

Ciné-débat avec la projection du film « Her »

Débat avec Marion HAZA, psychologue, Dr en psychopathologie clinique,
sur le thème « réalité virtuelle » **Entrée 5 €**

Mardi 26 mars / 20 h 30

Salle des congrès

Conférence-débat

« la place des écrans dans la famille »

Avec François Camou, psychanalyste

Jeudi 28 mars / 9 h - 11 h

GEM « Espoir et Vie, 10 bd de Nantes

Petit déjeuner

« Paroles d'adhérents, échanges autour du
numérique »

Participation 2€ réservation avant le 20 mars au

05/49/80/37/71

Jeudi 28 mars / 11 h -12h

GEM « Espoir et Vie, 10 bd de Nantes

« *Présentation et expérimentation
de la cohérence cardiaque* »

*Découvrez une méthode simple basée sur la respiration qui
lutte contre le stress et améliore le rythme cardiaque.*

C'est tout une technique de respiration ».



**Semaines d'Information
sur la Santé Mentale 2019**

THOUARS

Evènements organisés par l'Université Citoyenne, les équipes
soignantes du thouarsais et le GEM Echap'à Thouars

Mardi 19 mars / 20 h 30

salle polyvalente collège J. Rostand

Soirée-débat

- ✓ Communication du Dr Chehade,
Psychiatre addictologue, sur le thème de l'addiction aux
écrans, prévention et accompagnement
- ✓ Témoignages d'utilisateurs
- ✓ Débat

Covoiturage possible à partir de 20 h 15 devant le théâtre
de Thouars

Réservation de covoiturage au GEM : 09 81 39 73 73 ou 06
48 94 92 35

Samedi 23 mars / 14 h

Salle J. Prévert (bd Jean Jaurès)

Concours de belote

Organisé par le GEM Echap'à Thouars

Ouvert à tous, inscription à partir de 13 h 30

Participation 6,50 € par personne

Mise à disposition d'un flyer sur les points d'accès
au numérique dans le thouarsais

Jeudi 28 mars / 14 h – 17 h

Portes ouvertes du GEM Echap'à Thouars

29 bd Thiers

