

# On s'isole et tous !

*Pour notre santé mentale,  
réparons le lien social*

**DU 6 AU 19  
OCTOBRE**

Et si l'isolement ne touchait pas que nos aînés ?  
Et si le lien social était vital ?  
Et si partager un café, c'était prendre soin de soi et de sa santé mentale ?

Trouvons ensemble des réponses à ces questions grâce à des ciné-rencontres, des soirées théâtre, des repas et des cafés conviviaux, à la découverte des professionnels et des ressources pour prendre soin de soi.



**TOUT PUBLIC**



**Ouest Rhodanien**  
Communauté d'agglomération





MARDI 7 OCTOBRE

TARARE - DE 10H À 12H

📍 3 rue de la Providence

**Un zeste de lien, une pincée d'estime :  
recette pour aller bien**

L'atelier propose d'explorer les facteurs qui déterminent notre santé mentale. Socio-économiques, biologiques ou environnementaux, ils influencent et composent notre santé mentale.

MERCREDI 8 OCTOBRE

LAC DES SAPINS - DE 14H À 17H

📍 Maison de l'Europe

**Yoga du rire, activité d'éveil avec les animaux, balade ludique, jeux et goûter :  
un après-midi de partage.**



JEUDI 9 OCTOBRE

TARARE - DE 14H30 À 16H30

📍 Tiers-lieu La Bobine

**Atelier BLAB'art  
[et si on parlait café et thé ?]**

L'idée est d'explorer ces deux boissons comme sujets artistiques et culturels, en mobilisant les ressources du musée numérique et des temps de création collective.

Contact pour renseignements : 04 74 05 51 24

THIZY-LES-BOURGS - À 18H

📍 École de musique

**Atelier Musimage**

Musique à l'image avec l'école de musique de Thizy-les-Bourgs et l'ADAPEI.



## VENDREDI 10 OCTOBRE

### TARARE - DE 14H30 À 16H30

📍 Roche'n bar - 5 rue de la Providence

#### Crêpes et sourires : un cocktail pour le plaisir

Confection et dégustation de crêpes et de cocktails sans alcool au Roche'n'bar, avec l'aide du service d'accueil de jour de La Roche, et présentation des deux associations abordant les questions de santé mentale et d'addictions :

Un p'tit coup de pouce et le Centre de soins.

Contact pour renseignements : 06 27 91 11 77 / 07 50 65 45 24



### CHAMBOST-ALLIÈRES - À 20H

📍 Salle de spectacle

#### Ciné-rencontre autour du film *12 jours*.

Raymond Depardon filme l'antichambre de l'asile psychiatrique, ce laps de temps où le juge décide de la poursuite de l'internement ou non.

Tarif : 4 €

## SAMEDI 11 OCTOBRE

### GRANDRIS - À 18H

📍 Salle de l'Odysée

Bibliothèque vivante sur scène :  
la solitude, une affaire de tous ?



## LUNDI 13 OCTOBRE

### TARARE - DE 14H À 16H

📍 Tiers-lieu La Bobine

#### Un zeste de lien, une pincée d'estime : recette pour aller bien

L'atelier propose d'explorer les facteurs qui déterminent notre santé mentale. Socio-économiques, biologiques ou environnementaux, ils influencent et composent notre santé mentale.

## MERCREDI 15 OCTOBRE

### LAMURE-SUR-AZERGUES - DE 9H30 À 11H30

📍 Devant la pharmacie de Lamure-sur-Azergues

Café santé – Accueil café

### TARARE - À 10H

📍 Salle du Caveau

### Repas part'agé

Atelier cuisine participatif suivi d'un repas partagé : l'occasion d'échanger des savoir-faire, des recettes, et de favoriser le lien social entre générations.

Sur inscription auprès du CCAS au 04 74 05 49 08.

## JEUDI 16 OCTOBRE

### AMPLEPUIS - DE 9H À 12H

📍 25 avenue Jean Moos

Portes ouvertes à l'ESAT de la Blanchisserie

## SAMEDI 18 OCTOBRE

### POULE-LES-ÉCHARMEAUX - À 17H30

📍 Salle municipale

### Théâtre : *La Douceur*, de et avec Sabine Messina

Une petite fille, abandonnée dans un orphelinat, s'est choisie un prénom : Désirée, histoire d'avoir, pour une fois, son mot à dire. Croquant dans la vie à pleines dents, elle livre, dans un subtil décor de papier, avec pertinence, malice et humour, ce qu'elle écrit dans ses cahiers de brouillon : des poèmes, chaque moment de sa vie, ses amies... Jusqu'au jour où elle rencontre *La Douceur*...

Tarifs :

enfant jusqu'à 12 ans : 6 € ;

adulte : 12 €.



La Roche



Coopération d'élites  
à l'échelle de projets



Ouest Rhodanien  
Communauté d'agglomération

