

# Focus sur la santé mentale avec le Carrefour des Familles

8 octobre 2024

Carrefour des Famille

**Santé mentale : tous concernés ! Le Carrefour des Familles aborde ce sujet à l'occasion de la 35<sup>ème</sup> édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM). Des ateliers et conférences seront proposés à partir du 16 octobre.**

La santé mentale sera au cœur des prochains temps forts du Carrefour des Familles. Elle sera abordée sous différentes formes et sous différents angles. Des conférences et échanges avec des professionnels ainsi que des ateliers seront proposés. Les répercussions, la prise en charge, la confiance en soi, la gestion du stress, les techniques pour retrouver un bien-être seront abordés.

*« Ces échanges s'adressent à tous les publics y compris aux collégiens avec un atelier spécifique pendant les vacances scolaires »* précise Manuela Lecallo, animatrice sociale au service Préventions sociales. *« On le sait, la santé mentale est devenue un sujet de société important. Nous souhaitons l'aborder concrètement ; chacun peut être concerné à un moment de sa vie par des difficultés psychologiques pour de multiples causes.*

*Toute l'année, tant au Carrefour des Familles qu'à l'Info Jeunes, la Ville met en place des dispositifs d'écoute, de soutien et d'information »* rappelle Valérie Sourisseau, Maire-Adjointe en charge de la Solidarité et de l'Action sociale.

## Des dispositifs gratuits au quotidien

Pour rappel, toute l'année, **une psychologue familiale, Alexandra Parois, est présente au Carrefour des Familles**. Sur rendez-vous, elle propose des consultations de soutien à destination des familles (parent seul ou en couple, avec ou sans leurs enfants, futurs parents, beaux-parents...). Un accompagnement ponctuel (5 séances maximum) pour permettre de prendre du recul et trouver de nouvelles ressources.

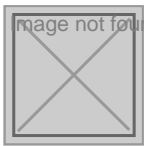
*Consultation non payante, réservée aux personnes habitant ou travaillant sur la commune, ou ayant un enfant y étant scolarisé. (Rendez-vous à prendre auprès du Carrefour)*

**Une psychologue est aussi présente à l'Info Jeunes**. Elle propose des consultations anonymes et gratuites pour tous les jeunes de 11 à 25 ans habitant ou étant scolarisés sur la commune. Quel que soit le problème (mal-être, échec scolaire, stress, problèmes familiaux, difficultés relationnelles...), elle est à l'écoute et apporte ses conseils. **Les permanences se déroulent le lundi à 17h et à 18h sur rendez-vous (Infos Jeunes : 06 75 02 39 07).**

**Santé mentale : tous concernés !**

## Programme

image not found or type unknown



Tout le mois d'octobre, il est possible de consulter des ouvrages sur la santé mentale sélectionnés par l'équipe de la médiathèque et le Carrefour des Familles

image not found or type unknown

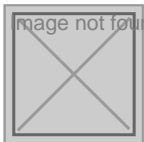
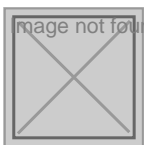


image not found or type unknown



■