

programme de Novembre

Les ateliers de la Maison



LA MAISON DE LA SANTÉ MENTALE DE
L'EUROMÉTROPOLE VOUS PROPOSE
4 RUE DES BONNES GENS
67000 STRASBOURG

ouvert du Lundi au Vendredi
9h/17h

groupe de parole

Au bon entendeur
groupe ouvert sur l'entente
de voix

LE 6 NOVEMBRE
14H
4 RUE DES
BONNES GENS



gratuit/ ouvert à tous

[HTTPS://WWW.HELLOASSO.COM/ASSOCIATIONS/MAISON-DE-LA-SANTE-MENTALE-DE-L-EUROMETROPOLE-DE-STRASBOURG](https://www.helloasso.com/associations/maison-de-la-sante-mentale-de-l-eurometropole-de-strasbourg)



groupe de parole

**groupe de parole entre pairs
sur inscription**

Pour toutes victimes de violence sexuelles.

contact@ouvronslesguillemets.org

FB: Ouvrons les Guillemets

Insta: Ouvrons les Guillemets

**dimanche 16
Novembre entre 14h
et 16h30**





Atelier "Récits croisés"



Mercredi 26 novembre
Maison de la Santé Mentale,
à Strasbourg de 16h à 19h

Après le podcast audio **Gueules cachées**,
Laetitia Forgeot d'Arc propose de réaliser un podcast
commun : regarder et partager les étapes de vies, les
bifurcations imposées par la maladie ou les troubles psy,
les issues ou les culs de sac. Puis décider d'enregistrer et
de témoigner, c'est ça l'expérience "Récits croisés"!

Avec le soutien de l'Unafam 67.
Gratuit, sur inscription (places limitées) : gueules.cachees@gmail.com



gratuit/ ouvert à tous



Atelier : Coming Out, Stigmatisation et Santé Mentale LGBTQIA+



Animer par la Maison de Santé Mentale et Thierry Goguel D'Allondans

**le 28/11
de 18h /20h**

Le coming out est un acte de courage, mais il s'inscrit souvent dans un contexte de stigmatisation qui pèse lourdement sur la santé mentale des personnes LGBTQIA+.

Cet atelier interactif est conçu pour aborder cette réalité de front, en deux parties essentielles :

1. Partie 1 : Récits et Réalités (Témoignages et Histoires) Nous commencerons par des témoignages percutants et des histoires vécues qui mettent en lumière les défis spécifiques du coming out, de l'homophobie/transphobie intériorisée et des stratégies de résilience.
2. Partie 2 : Débat et Solutions (Échange Participatif) Nous ouvrirons ensuite un débat collectif et bienveillant. Comment agir contre la stigmatisation ? Comment trouver et offrir du soutien ? Ensemble, nous explorerons des pistes pour améliorer le bien-être psychologique au sein de la communauté et auprès des alliés-es.



TypiK'AtypiK, l'association qui cultive la différence !

La Neurodiversité

est un spectre

La diversité est naturelle, et la différence
un élément normal et positif de la condition humaine



"Les personnes neuro-atypiques : HPI, TDAH, TSA, DYS, qui sont-elles
et comment les prendre en charge.

Présentation des profils, de la théorie à la pratique,
Définitions, symptômes, manifestation et retentissement,
Qui aller voir pour quel bilan,
Quelles ressources existent".

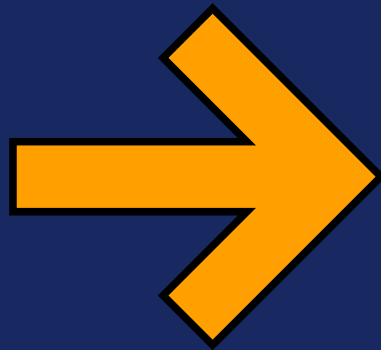
20/11
18h à 20h





Atelier écriture de Slam avec l'association "L'engage"

*Le 18/11
de 14h à 17h*



**4 rue des bonnes gens
Strasbourg**



ATELIER PHILO

LES DÉMÉNINGEURS

*Animé par Pierre Buckel
le 18/11/2025 à 18h30*





aquarelle
le 19/11
14h à 17h

concert
le 21/11
14h à 16h

L'Atelier des Rêves

pratiques artistiques croisées

Aquarelle et musique



Ateliers en 2 temps

Dans un premier temps

Cédric Andresz Artiste Aquarelliste
vous propose d'expérimenter
l'aquarelle comme outil ressource
méditatif et introspectif.
Venez laisser libre cours à votre
créativité pour dessiner vos rêves

Dans un second temps

Alba obert et Louise Garance
Wetterwald Musiciennes multi
instrumentiste vous proposent de
les traduire en musique pour
une performance concert
improvisé sur vos oeuvres.

C'est quoi La Maison de la Santé Mentale ?



Écoute

Accueil inconditionnel de la parole de chacun de manière non jugeante et empathique

Sensibilisation

Informier un maximum de personnes pour mieux comprendre les problèmes liés à la santé mentale afin de briser les tabous et les préjugés qui y sont associés, et promouvoir les différents accompagnements existants sur le territoire.

Orientation

Promouvoir les ressources du territoire et orienter vers les partenaires/dispositifs en fonction des besoins/demandes .

Déstigmatisation

Créer des espaces citoyens pour faire évoluer les regards et déconstruire les préjugés sur les questions de santé mentale ,les maladies psychiques et les troubles associés.

Prévention

Identifier les déterminants individuels, sociaux et structurels de la santé mentale , agir pour réduire les risques, accroître la résilience et créer des environnements propices à la santé mentale.

Éducation populaire

Ouvrir le lieu à la participation citoyenne sur les sujets de santé mentale qui nous concerne tous afin que chacun puisse être acteur de changement .

Nos Partenaires inter-associatifs

« La santé mentale, l'affaire de tous. »

POUR ADHÉRER

The central graphic features a QR code within a dark blue rounded rectangle, with the text « La santé mentale, l'affaire de tous. » above it and POUR ADHÉRER below it. Surrounding this central element are various logos of partner organizations:

- unafam BAS-RHIN
- CLSM
- adenium
- Grand Est CREHPSY
- Route Nouvelle Alsace
- Radio Barjols
- Au Bon Entendeur
- la maison perchée
- JAMES
- TypiK'AtypiK
- AUBE