

Programme des animations gratuites dans l'Aube

Programme coordonné dans le cadre du Projet Territorial de Santé Mentale de l'Aube

PTSM10
PROJET TERRITORIAL DE SANTÉ MENTALE DE L'AUBE

Scannez le QR code pour accéder à la cartographie SISM ainsi qu'au programme détaillé et actualisé

Programme

SISM 2025 – Toutes les animations sont gratuites

06 au **17** octobre	***Portes ouvertes des France Services et animations : favorisons le lien social*** **Sur l'ensemble des France Service du département** France Services – Tout public Entrée libre	**Sur les horaires d'ouverture habituels**
07 octobre	***Présentation et visite Réh'Aube*** **Le nouveau Centre de Réhabilitation Psychosociale de l'Aube ouvre ses portes.** **Troyes -** 5, rue R. Burgard EPSMA, Centre de réhabilitation psychosociale – Tout public Entrée libre	**12H-16H**
08 octobre	***Bien vivre à tout âge : conférences, ateliers et village santé*** **Aix-Villemaur-Pâlis -** Salle polyvalente Les Petites Herbes et la maison de santé (CLS du Pays d'Othe) – Tout public - semaine bleue Entrée libre	**10H-18H**
	Porte ouverte autour du jeu, parlons santé mentale **La Chapelle Saint-Luc -** 24 quater av. Roger Salengro UNAFAM – Tout public Entrée libre	**10H-18H**
09 octobre	***Santé mentale des jeunes : ateliers et échanges autour de l'isolement*** **Troyes** - Lycée Marie de Champagne EPSMA, CATTP Temps du devenir – Lycéens Modalités à revoir au sein de l'établissement	**9H-13H**

09 octobre	***Escape Game Santé mentale*** **Troyes** - 24 rue de la Paix LADAPT - Adulte Sur inscription auprès de : guillon.emilie@ladapt.net	**10H-12H**
	Un toit pour soi(n) : soirée évènement autour du logement pour les personnes souffrant de troubles psychiques **Troyes** - 5 rue Marie Curie, Centre Sportif de l'Aube PTSM Groupe action logement - Tout public Sur inscription de préférence (info au 07 86 47 10 20)	**16H30-20H**
	Conférence sur la santé mentale et le travail : les risques psychosociaux **Troyes -** 24 rue de la Paix LADAPT - Entreprises et professionnels Sur inscription guillon.emilie@ladapt.net	**18H-19H**
10 octobre	***Colloque L'Humanité dans les soins avec la présence de Walter Hesbeen et Olivier Brisson*** **Troyes -** 5 rue Marie Curie, Centre Sportif de l'Aube EPSMA Collège des psychologues - Tout public Sur inscription (info au 07 86 47 10 20)	**9H-16H**
	Lancement du concours photos « Santé mentale et jeunes du pays d'Othe » **Aix-Villemaur-Pâlis** - Collège d'Othe et Vanne Collège d'Othe et Vanne et club ado (CLS Pays d'Othe) - Collégiens et parents Pour plus d'informations se renseigner auprès du collège	**Au cours de la journée**

13 au **18** octobre	***Portes ouvertes des associations locales*** **Mailly-le-Camp** ACM et EVS (CLS CCAMR) - Tout public Entrée libre	**Horaires d'ouverture des associations locales**
14 octobre	***Randonnée nature et relaxation yoga*** **Romilly-sur-Seine** - Stade Bardin Gousserey (près de la salle de réunion) CLS de Romilly sur Seine - Tout public Sur inscription au 06 44 11 15 24	**14H-16H30**
	Rencontre avec les animaux de la ferme **Romilly-sur-Seine** - La ferme pédagogique au cœur du parc de la Béchère CLS Romilly-sur-Seine/Ferme Pédagogique - Tout public Sur inscription par mail ferme.pedagogique@ccprs.fr ou au 06 41 99 23 76	**14H30-17H30**
	Conférence lutter contre l'isolement et visite guidée du musée d'Art Moderne **Troyes** - Musée d'Art Moderne Ville de Troyes et TCM - Tout public Sur inscription sur le site de la ville de Troyes	**16H30-18H**
15 octobre	***Jeux de société*** **Troyes** - Médiathèque de Troyes Ville de Troyes et TCM - Tout public Sur inscription sur le site de la ville de Troyes	**10H-12H**
	Randonnée : Aidants Aidés cheminons ensemble pour échanger **La Chapelle Saint-Luc -** Salle Edouard Herriot APEI et AFG Autisme - Tout public Entrée libre	**13H30 - 17H**

15 octobre

Olympiade sportive intergénérationnelle
A partir de 14H

Troyes – Cosec Henri Terré
Ville de Troyes et TCM – Tout public
Sur inscription sur le site de la ville de Troyes

Rencontre intergénérationnelle autour du jeu
14H-17H

Aix-Villemaur-Pâlis – EHPAD Tricoche Maillard
Club ado et EHPAD Tricoche Maillard (CLS Pays d'Othe) – Jeunes de 10 à 17 ans, résidents
Sur inscription de préférence renseignements auprès de Luca au 06 08 71 20 12 ou coordo.ados@aix-villemaur-palis.fr

Evènement : Y'a pas d'âge pour le lien social et bien vieillir incluant un théâtre forum
13H30-17H30

Méry-sur-Seine – Salle polyvalente
Foyer Rural et AGIRC ARRCO – Tout public
Sur inscription de préférence renseignements au 06 72 91 61 77

Découverte du Braille
14H, 15H ou 16H (3 séances)

Troyes – Parc des Moulins
Ville de Troyes et TCM – Tout public
Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

Atelier sur la respiration By Efficience
10H30 - 12H

Troyes – Parc des Moulins
Ville de Troyes et TCM – A partir de 10 ans
Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

16 octobre

Médiation par l'animal par AMAE Globe Trotters
13H30 (professionnels)
15H30 (adultes)
17H30 (enfants/ados)

Troyes – Parc des Moulins
Ville de Troyes et TCM – 3 séances
Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

16 octobre	***Sport adapté et santé mentale*** **Mesnil Sellières**- Salle Polyvalente LADAPT – Tout public Sur inscription : guillon.emilie@ladapt.net	**14H30-16H30**
	Soirée étudiante à la patinoire **Troyes** – Patinoire des 3 Seine Service Vie étudiante de TCM en partenariat avec la Ville de Troyes et le Crous de Reims - Etudiants Entrée libre sur présentation de la carte étudiante	**19H30-22H30**
	Jeu interactif – Les Créatures du Muséum **Troyes** – Parc des Moulins Ville de Troyes et TCM – A partir de 12 ans Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr	**19H-20H30**
17 octobre	***Découverte du centre-ville de Romilly sur Seine*** **Romilly-sur-Seine** – Office du Tourisme de Romilly CLS de Romilly sur Seine, office de tourisme - Tout public Sur inscription au 03 25 24 87 80 ou 03 25 39 43 16	**14H-16H**
18 octobre	***Marche nordique par les amis de la nature de l'Aube*** **Troyes** – Parc des Moulins Ville de Troyes et TCM – Tout public Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr	**10H-12H**
	Atelier cuisine anti gaspi **Troyes** – Parc des Moulins Ville de Troyes et TCM – A partir de 14 ans Sur inscription maisondesmaraichers@ville-troyes.fr	**16H-17H**

18 octobre	***Ciné débat « Soyons Fous »*** **Maraye-en-Othe -** Salle polyvalente Municipalité de Maraye-en-Othe et Ciné-ligue (CLS du Pays d'Othe) – Tout public Sur inscription par téléphone au 06 33 58 39 32 ou par mail chandioux.nathalie@msa-services-sc.fr	**19H30-22H**
19 octobre	***Land Art et Mandala*** **Troyes** – Parc des Moulins Ville de Troyes et TCM – A partir de 4 ans Sur inscription maisondesmaraichers@ville-troyes.fr	**10H ou 11H**
	Tai-chi par l'association Dragons Fées **Troyes** – Parc des Moulins Ville de Troyes et TCM – A partir de 12 ans Sur inscription : maisondesmaraichers@ville-troyes.fr	**14H-16H**

En bonus…

☞ **Visionnage du documentaire de présentation des GEM** Groupes d'Entraide Mutuelle pendant les semaines d'informations sur certains évènements

☞ **Lancement du dispositif Je Bouge pour Mon Moral sur l'Aube du 22/09/25 au 12/12/25**

Vous traversez une période de dépression, de burnout ou de moral bas ? Vous vous sentez parfois / souvent d'humeur triste ? Vous prenez moins de plaisir dans vos activités quotidiennes et dans vos interactions sociales ? Alors nous pouvons peut-être vous aider ! Retrouvez l'énergie et la motivation. Rencontrez de nouvelles personnes dans un cadre bienveillant Et surtout, reprenez une activité physique dans la durée !!!

Le programme est complet mais des nouveaux programmes seront prochainement disponibles…https://www.jebougepourmonmoral.fr/



Partenaires investis dans le programme

Addictions France / AFG Autisme / AGIRC ARRCO / APEI / ASSAGE / Associations locales de Mailly-le-Camp (ACM, EVS…) / CLS Pays d'Othe / CLS d'Arcis-Mailly-Ramerupt / CLS de Romilly-sur-Seine / CLS TCM / Club ado Aix-Villemaur-Pâlis / Conseil Départemental 10 / CPAM de l'Aube / CREHPSY / DDETSPP / DDT / DSDEN, Collège Othe et Vanne, Lycée Marie de Champagne /EHPAD Tricoche Maillard / EPSMA HCS, CATTP Temps du devenir, Centre de réhabilitation psychosociale, Collège des psychologues, IDEO / Ferme pédagogique de Romilly-sur-Seine / Foyer Rural de Méry-sur-Seine / France Services / GEM L'Ensemble Baralbin / GEM L'Envol / GEM L'Estime / Groupe Action Logement du PTSM /Je Bouge Pour Mon Moral / LADAPT / Les Petites Herbes / Maison de santé d'Aix-Villemaur-Pâlis / MSA Services / MSA / Nightline / Office du tourisme de Romilly-sur-Seine / PETR Othe-Armance / Promotion Santé Grand Est /Ville de Troyes, le Parc des moulins, la maison des maraîchers / Troyes Champagne Métropole, Maison des étudiants / Ville de Romilly-sur-Seine / UNAFAM / URCA, le Crous de Reims, service santé étudiant…

Pour tout renseignement
Sandrine Chaffaut, Coordonnatrice du PTSM 10
Tel. : 07 86 47 10 20

PTSM10 PROJET TERRITORIAL DE SANTÉ MENTALE DE L'AUBE

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Liberté Égalité Fraternité — ars Agence Régionale de Santé Grand Est — UNAFAM Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques — ASSAGE Siège social — Aube en Champagne Le Département — Hôpitaux Champagne Sud — epsm aube

© Direction de la communication des Hôpitaux Champagne Sud - Juillet 2025 - Ne pas jeter sur la voie publique