

Colloque "En mouvement pour notre santé mentale"

15 octobre 2024 à 9h - Mulhouse , Centre sportif régional d'Alsace

Par le Comité d'organisation des SISM 68. Tout public, **sur inscription**

Modération : Pascal GARNIER, Pair-Aidant, Président de l'Association Argile, Président de GP3A
(Groupement de Pairs-Aidants Alsace et Alentours)

Dr Sylvain LEMOINE, Psychiatre, Praticien hospitalier, Chef de pôle, Hôpitaux Civils de Colmar

8h30 **Accueil**

9h **Ouverture**

Gérard STARK, Directeur du CH Rouffach, Secrétaire général de la Communauté Psychiatrique de Territoire du Haut-Rhin
Dr Henri METZGER, Conseiller municipal à la santé - Ville de Mulhouse

9h15 **Témoignage "Bouger pour se sentir mieux"**

Claude HUMBERT, Bénéficiaire, SAMSAH - ARSEA, Wintzenheim
Vidéo flashmob'

9h30 **Le sport n'a-t-il pas une face cachée ? Les ambiguïtés d'un outil de prévention**

Pr Gilles VIEILLE MARCHISET, Sociologue, Unité de recherche sport et sciences sociales, Université de Strasbourg

10h15 **Pause**

**Expérimentation de "Corps en mouvement",
"On marche sur la tête", Groupe d'Entraide Mutuel Les ailes de l'espoir - Mulhouse
Exposition photos, Groupe d'Entraide Mutuelle La navette - Mulhouse**

10h45 **Le carcan de la sédentarité**

Dr Luc DOUNOVETZ, Psychiatre, Praticien hospitalier - CH Rouffach

11h30 **Comment le sport m'a construit, comment le sport m'a presque tout pris,
comment le sport m'a sauvé la vie**

Guillaume JEANNIN, ex-Triathlète professionnel et champion du monde
de triathlon X-Terra, Entraîneur

12h10 **Pause déjeuner libre**

13h30 **Pour les volontaires : Expérimentation de "Corps en mouvement",
"On marche sur la tête", Groupe d'Entraide Mutuelle Les ailes de l'espoir - Mulhouse
Exposition photos, Groupe d'Entraide Mutuelle La navette - Mulhouse**

14h **Démonstration d'une chorégraphie, partage de ressenti et d'expérience**

Anne, Anthony, Bernadette, Bernadette, Céline, Fabien, Gérard, Jeanne, Jessica, Lisa, Magali et Rachel, Créateurs de
la chorégraphie, participants de l'atelier "Danse comme tu es" du Centre médical Le Roggenberg - Altkirch

14h30 **La place du sport à la Clinique de santé mentale Solisana de Guebwiller**

Anaïs BURCKEL, Psychologue clinicienne en TCC (Thérapies Comportementales et Cognitives)
Peggy REIMINGER, Aide-soignante et Animatrice fédérale diplômée de la FFEPGV

15h **Table ronde : sport adapté. Importance de l'activité physique pour le rétablissement ?**

Dr Henri METZGER, Conseiller municipal à la santé - Ville de Mulhouse

Chloé WISSON, Chargée de mission promotion de la santé séniors et handicap - Ville de Mulhouse

Adeline KIRSCHER, Coordinatrice sport-santé - Maison sport santé de Sud-Alsace, Pôle APSA Mulhouse

Maxime MUNDINGER, Éducateur sportif - CH Rouffach

Léon ZIMMERMANN, Éducateur en activités physiques adaptées - CH Rouffach

15h45 **Pause**

16h **Bien dans ses baskets, bien dans sa tête : le sport au service de la santé mentale**

Marie AGOSTINUCCI, Enseignante et Chercheuse en sciences et techniques des activités physiques - Equipe de
recherche en sport et sciences sociales

17h **Et si on se posait ? La méditation en prévention et en psychothérapie**

Dr Max FAIDHERBE, Psychiatre, Thérapeute en mindfulness - GHRMSA

