

Semaines d'information
sur
la **santé mentale**

> 18 - 31 MARS 2019 <

30^e
ÉDITION

SANTÉ MENTALE à l'ère du NUMÉRIQUE



Les écrans : Parlons en !

**Soirée d'échanges
autour des usages des écrans**

**Mardi 19 mars 2019
À partir de 18h30**

**Gratuit et
Ouvert à
tous**

Randonnée Connectée

Départs Lac de Virlay

**Mercredi 27 mars 2019,
À partir de 14h**

Contact : Amandine FRÉMONT, Animatrice territoriale de Santé en charge du Contrat Local de Santé du Pays Berry St-Amandois

02 48 63 16 82, amandine.fremont.pbsa@orange.fr



19 mars 2019 : Les écrans : Parlons en !

**À partir de 18h, Salle du théâtre, Citée de l'Or,
à Saint-Amand-Montrond**

De 18h à 19h30 : animation et stands d'information sur l'utilisation des écrans, rencontre avec les acteurs locaux

De 19h30 à 20h : Pause convivialité,

De 20h à 21h30 : Conférence

Thématique : La place des écrans au sein de la famille ... Quels bénéfices ? Quels risques ? Quel repérage ? Quel accompagnement ?

Intervenants : Docteur Amandine DUBOIS, Pédopsychiatre, un professionnel de la Maison des Adolescents du Cher et un professionnel de l'ANPAA 18 (Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie).

27 mars 2018 : Randonnée Connectée

Lac de Virlay (côté plage), route de Bourges à St-Amand-Montrond

3 départs :

- ◆ 14h, 15h (initiation géocaching)
- ◆ 16h (initiation géocaching et montres connectées)

Géocaching : chasse au trésor, pour laquelle vous devez être équipés d'un GPS (smartphone ou GPS de randonnée) et être inscrits sur le site Geocaching.com (c'est gratuit) : les "trésors" sont des boîtes de différentes tailles, cachées par d'autres géocacheurs à des coordonnées spécifiques que vous devez rejoindre, avant de chercher... plus ou moins facilement ;)

Attention ! Contrairement à une chasse aux trésors classique, les boîtes que l'on découvre doivent rester sur place ! Mais vous pouvez laisser une trace de votre passage....

CONTACTS

Retrouvez d'autres actions :

Sur St-Amand :

Amandine FRÉMONT

02-48-96-16-82,

amandine.fremont.pbsa@orange.fr

Sur Bourges :

Mireille LEROY

02-48-65-61-32,

mireille.leroy@ville-bourges.fr

Sur Vierzon :

Florence FOUCHER

02-48-52-61-96,

florence.foucher@ville-vierzon.fr