



GENEVOIS FRANÇAIS | 2021

Semaines d'information
sur la santé mentale



PROGRAMME & ATELIERS

- INFORMATION EXPOSITION
- COHÉRENCE CARDIAQUE
- SOMA BREATH
- YOGA DU RIRE
- SOPHROLOGIE
- MARCHE NORDIQUE
- THÉÂTRE D'IMPROVISATION

MA SANTÉ MENTALE J'EN PRENDS SOIN !

CINÉ DÉBAT
20H30 - 6.30€

Santé mentale : comment briser le silence ?

TOUTES LES INFOS :
SISM Annemasse
@sismannemasse

**N'OUBLIEZ PAS
VOTRE PASS SANITAIRE**



OUVERT À TOUS - GRATUIT

**SAMEDI
09 OCTOBRE 2021**

10H00 - 16H00
MJC ANNEMASSE
Site centre

Place du Clos Fleury, 74100 Annemasse



GENEVOIS FRANÇAIS | 2021

Semaines d'information
sur la santé mentale



PROGRAMME & ATELIERS

- INFORMATION EXPOSITION
- COHÉRENCE CARDIAQUE
- SOMA BREATH
- YOGA DU RIRE
- SOPHROLOGIE
- MARCHE NORDIQUE
- THÉÂTRE D'IMPROVISATION

MA SANTÉ MENTALE J'EN PRENDS SOIN !

CINÉ DÉBAT
20H30 - 6.30€

Santé mentale : comment briser le silence ?

TOUTES LES INFOS :
SISM Annemasse
@sismannemasse

**N'OUBLIEZ PAS
VOTRE PASS SANITAIRE**



OUVERT À TOUS - GRATUIT

**SAMEDI
09 OCTOBRE 2021**

10H00 - 16H00
MJC ANNEMASSE
Site centre

Place du Clos Fleury, 74100 Annemasse





PROGRAMME & ATELIERS

SANS INSCRIPTION

AVEC INSCRIPTION

10H00 - 10H30

COHÉRENCE CARDIAQUE

YOGA DU RIRE

10H30 - 11H00

SOMA BREATH

11H00 - 11H30

YOGA DU RIRE

SOPHROLOGIE
MARCHÉ NORDIQUE

11H30 - 12H00

COHÉRENCE CARDIAQUE

12H00 - 12H30

SOPHROLOGIE

12H30 - 13H00

SOMA BREATH

13H30 - 14H00

SOPHROLOGIE
MARCHÉ NORDIQUE

14H00 - 14H30

YOGA DU RIRE

14H30 - 15H00

SOMA BREATH

THÉÂTRE
D'IMPROVISATION

15H00 - 15H30

SOPHROLOGIE
MARCHÉ NORDIQUE

15H30 - 16H00

YOGA DU RIRE

SOMA BREATH

16H00 - 16H30



CINÉ DÉBAT
20H30 - 6.30€

DEMAIN... ET TOUS LES AUTRES JOURS
de Noémie Lvovsky, film français 2017 (1h31), avec
Mathieu Amalric, Elsa Amiel, Anaïs Demoustier.

Une séance intégrée au programme du CINÉ ACTUEL.
Débat animé par Positive Minders, le Collectif Prévention Burn Out 74 et KOLLAO.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS



SISM2021@annemasse-agglo.fr
ou auprès de l'un des partenaires du collectif d'organisation.



PROGRAMME & ATELIERS

SANS INSCRIPTION

AVEC INSCRIPTION

10H00 - 10H30

COHÉRENCE CARDIAQUE

YOGA DU RIRE

10H30 - 11H00

SOMA BREATH

11H00 - 11H30

YOGA DU RIRE

SOPHROLOGIE
MARCHÉ NORDIQUE

11H30 - 12H00

COHÉRENCE CARDIAQUE

12H00 - 12H30

SOPHROLOGIE

12H30 - 13H00

SOMA BREATH

13H30 - 14H00

SOPHROLOGIE
MARCHÉ NORDIQUE

14H00 - 14H30

YOGA DU RIRE

14H30 - 15H00

SOMA BREATH

THÉÂTRE
D'IMPROVISATION

15H00 - 15H30

SOPHROLOGIE
MARCHÉ NORDIQUE

15H30 - 16H00

YOGA DU RIRE

SOMA BREATH

16H00 - 16H30



CINÉ DÉBAT
20H30 - 6.30€

DEMAIN... ET TOUS LES AUTRES JOURS
de Noémie Lvovsky, film français 2017 (1h31), avec
Mathieu Amalric, Elsa Amiel, Anaïs Demoustier.

Une séance intégrée au programme du CINÉ ACTUEL.
Débat animé par Positive Minders, le Collectif Prévention Burn Out 74 et KOLLAO.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS



SISM2021@annemasse-agglo.fr
ou auprès de l'un des partenaires du collectif d'organisation.