Santé mentale : l'art et le dialogue pour faire tomber les tabous

Cette année, le thème des Semaines d'information sur la santé mentale est l'art. À cette occasion, ce samedi 10 octobre, des associations locales de l'Agence de l'inclusion ont organisé des animations de sensibilisation pour le grand public.



Parmi la multitude de partenaires mobilisés, l'équipe d'Ateo 73 proposait une expérience immersive inédite : des séances de relaxation guidée à l'aide de casque audio, invitant les participants à travailler sur la respiration profonde et le lâcher-prise. Photo C.D.

À l'occasion de la 37 édition des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM), la Ville d'Albertville s'est animée, ce samedi 10 octobre, autour du thème national "Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts". Organisé par un vaste collectif associatif au sein de l'Agence de l'inclusion, au 9 rue de la République, cet après-midi visait à sensibiliser le grand public tout en profitant de l'affluence du Grand Déballage des commerçants du centre-ville.

« Au cours d'une vie, 25 % de la population sera confrontée à un problème de santé mentale »

Entre 14 et 18 heures, de nombreux ateliers créatifs gratuits, aquarelle, peinture sur figurines, poterie ou création d'autocollants, ont permis de démontrer à quel point la pratique artistique constitue un formidable levier pour apaiser l'anxiété, exprimer ses émotions et créer du lien social.

Pour Chloé Simus, psychologue au sein de l'association Espoir 73 (structure Le Chardon Bleu) et coordinatrice de l'événement, l'enjeu est majeur : « Au cours d'une vie, 25 % de la population sera confrontée à un problème de santé mentale. Il est essentiel d'en parler ouvertement. Même si les mentalités évoluent, ces initiatives permettent de rendre le sujet beaucoup moins tabou et de faire connaître toutes les ressources existantes sur le territoire. »

Qu'il s'agisse de baisses de moral passagères ou de situations de handicap plus lourdes, ces structures accompagnent les personnes concernées dans leur vie professionnelle, personnelle et sociale. Sur place, les bénévoles de l'association Psytruck sont allés directement à la rencontre des passants dans la rue piétonne, armés d'un questionnaire interactif destiné à briser la glace et à inciter les habitants à pousser la porte de l'Agence de l'inclusion. Parmi la multitude de partenaires mobilisés, l'équipe d'Ateo 73 proposait une expérience immersive inédite : des séances de relaxation guidée à l'aide de casques audio, invitant les participants à travailler sur la respiration profonde et le lâcher-prise. Un exemple concret des outils d'apaisement à disposition du public, Ateo 73 rappelant également l'existence de leur ligne d'écoute* et d'orientation dédiée à la santé mentale. En s'implantant au cœur de la cité, cette journée aura réussi à dédramatiser la santé mentale grâce à l'art, au dialogue et à la force du réseau associatif local.

● **Christophe Delapierre**

(*) Ligne d'écoute : 04 79 60 31 00.

Albertville

Patinage : Camille Racine sur le podium au trophée international du Lion à Belfort

Belle entrée en matière pour Camille Racine, jeune patineuse de l'Olympique Albertville short track (OAST), qui s'est illustrée les 10 et 11 octobre à Belfort, à l'occasion du trophée international du Lion.

Pour sa première compétition de la saison 2026-2027, la jeune Albertvilloise a réalisé de belles courses, décrochant une 4 place sur 500 mètres et une 3 place sur 333 mètres, lui permettant de terminer 3 au classement général de sa catégorie.

Une belle performance qui récompense son investissement à l'entraînement et témoigne de sa détermination sur la glace.

Ce premier podium constitue un début de saison encourageant pour Camille Racine, qui pourra aborder les prochaines compétitions avec confiance et ambition.

Une satisfaction également pour l'Olympique Albertville short track, qui voit sa jeune représentante porter fièrement les couleurs du club sur un podium international.

● **Mattias Courteville**



Camille Racine est monté sur la troisième marche du podium au classement général de sa catégorie, lors du trophée international du Lion à Belfort. Photo Joël Untersinger

TAF 73 enchaîne avec un nouveau succès

Albertville Foot 73 a confirmé sa bonne dynamique en l'emportant 3-0 dimanche 11 octobre contre Haute Tarentaise (2) en Départemental 4. Les Albertvillois ont fait la différence grâce à un doublé de Madjid Mecheloukh et un but de Redouane Benhilal : « C'est une belle victoire à domicile face à une équipe que l'on savait difficile à manœuvrer, commentait l'entraîneur, Oussama Abbaoui. Les joueurs ont fait preuve de sérieux et ont logiquement été récompensés ».

Albertville ●

Halloween s'invite à la patinoire de la Halle olympique

Les petits monstres, fantômes et autres sorcières vont envahir la patinoire de la Halle olympique d'Albertville, ce mercredi 14 octobre de 14 heures à 17 heures. Entre rires et frayeurs, le jeune public pourra profiter de la glace et des animations organisées pour cette séance spéciale autour d'Halloween. Bien sûr, il est conseillé de venir costumé pour ce rendez-vous.

Tarif : 9,90 euros (comprenant l'entrée à la patinoire, la location des patins, la buvette et toutes les animations). Tarif non-patineur : 5 euros. Gratuit pour les moins de 4 ans. Infos au 04 79 39 02 10 ou sur www.halleolympique.com

Albertville ● Football : un match nul et des regrets pour l'UOA

L'UO Albertville a partagé les points (2-2) à Yenne dimanche 11 octobre à l'occasion de la 5e journée de championnat de Départemental 2. Edis Agrabi avait ouvert la marque pour l'UOA, avant que les locaux égalisent puis prennent l'avantage. En seconde période, Nizar Alami ramenait le score à 2-2 : « Nous avons ensuite eu de nombreuses balles de match, expliquait l'entraîneur, Yannis Boustad. C'est frustrant car nous perdons deux points. Nous méritions clairement la victoire ». De son côté, la réserve s'est inclinée 5-1 face à Cognin (2) samedi 10 octobre, en Départemental 3.

Archives de presse OGCA–OAST — Saison 2026–2027

Camille Racine sur le podium à Belfort.png

Albertville

Patinage : Camille Racine sur le podium au trophée international du Lion à Belfort

10 et 11 octobre 2026

Belle entrée en matière pour Camille Racine, jeune patineuse de l'Olympique Albertville Short Track (O.A.S.T.), qui s'est illustrée les 10 et 11 octobre à Belfort, à l'occasion du Trophée international du Lion.

Pour sa première compétition de la saison 2026-2027, la jeune Albertvilloise a réalisé de belles courses, obtenant une 4e place sur 500 mètres et une 3e place sur 333 mètres.

Ces performances lui permettent de terminer 3e au classement général de sa catégorie, décrochant ainsi son premier podium de la saison.

Une belle performance qui récompense son investissement à l'entraînement et témoigne de sa détermination sur la glace.



Camille Racine est montée sur la troisième marche du podium au classement général de sa catégorie, lors du Trophée international du Lion à Belfort.
Photo Joël Untersinger