

le  
Zine  
des  
Mômes

CLSM  
Conseil local de santé mentale



Semaines d'information  
SUR  
la santé mentale

Édition 2023

“À tous les âges de la vie,  
ma santé mentale est un droit”

# J'imagine mon jardin intérieur



Avec la participation des enfants  
des Centres socio-culturels  
Arc-en-ciel et Kairos  
à Metz



# La fabrique

## Parler de santé mentale avec des enfants

L'atelier "J'imagine mon jardin intérieur" a été réalisé dans le cadre de l'édition 2023 des [Semaines messines d'information sur la santé mentale](#). Il s'agissait à cette occasion de concevoir des actions sur la thématique "À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit".

L'idée de départ a été proposée par Francis Bullinger, président du Groupe d'entraide mutuelle (GEM) Camille Claudel, qui avait à cœur de sensibiliser les enfants aux questions de santé mentale.

Avec l'aide de Gaëlle Charles, référente familles du Centre socio-culturel Arc-en-ciel, et Stéphane Tinnes-Kraemer, coordonnateur du Conseil messin de santé mentale, l'idée s'est concrétisée sous la forme d'un atelier créatif.

L'outil "[Le jardin du dedans](#)" développé par le Psycom a servi d'inspiration pour imaginer une animation réalisable sur une durée d'une heure.

## Déroulement de l'atelier


Les enfants qui ont participé à l'atelier étaient accueillis dans une salle décorée sur le thème du jardin. Les animateurs étaient vêtus des appareils du jardinier.

Des affiches et la projection d'un court film d'animation extrait du "Jardin du dedans" ont été utilisées pour engager un échange avec les enfants autour de la question :


"C'est quoi pour toi, ton jardin intérieur ?"

Les enfants étaient ensuite invités à imaginer leur jardin intérieur au moyen d'images découpées dans des magazines pour remplir des silhouettes enfantines.





## Fiche projet



### J'imagine mon jardin intérieur

**Objectif :** sensibiliser les enfants à la notion de santé mentale en s'appuyant sur la métaphore du jardin intérieur.

**Lieu :** en salle

**Public :** enfants âgés de 8 à 12 ans

**Nombre :** 10 à 15


**Durée :** 45 à 60 min. (installation, activité, retour au calme).

**But de l'atelier :** créer une œuvre collective composée de silhouettes enfantines représentant les jardins intérieurs des participants.

**Consignes :** représente ton jardin intérieur en prélevant dans des magazines des images qui seront collées à l'intérieur de la silhouette tracée sur un support papier.

**Déroulement :** 1. Accueil des enfants dans une salle décorée sur le thème du jardin. 2. Explication de l'atelier et projection de film d'introduction "[Le jardin du dedans](#)". 3. Discussion avec les enfants en s'appuyant sur l'histoire du film et les posters affichés dans la salle pour les aider à mettre des mots simples sur la notion de santé mentale. 4. Création par les enfants de leur silhouette illustrée. 5. Partage des œuvres réalisées par les enfants. 6. Temps de retour au calme par une initiation à la méditation guidée pour les enfants.

**Matériels :** décoration, déguisement, appareil de projection, tables, silhouettes imprimées sur papier A3, magazines, colle, ciseaux, crayons/feutres de couleur.



# Retour en images



Atelier au Centre socio-culturel Arc-en-ciel à Metz-centre



# Retour en images



## Atelier au Centre socio-culturel Kairos à Metz-Bellecroix





# Atelier à Arc-en-ciel

ARTHUR

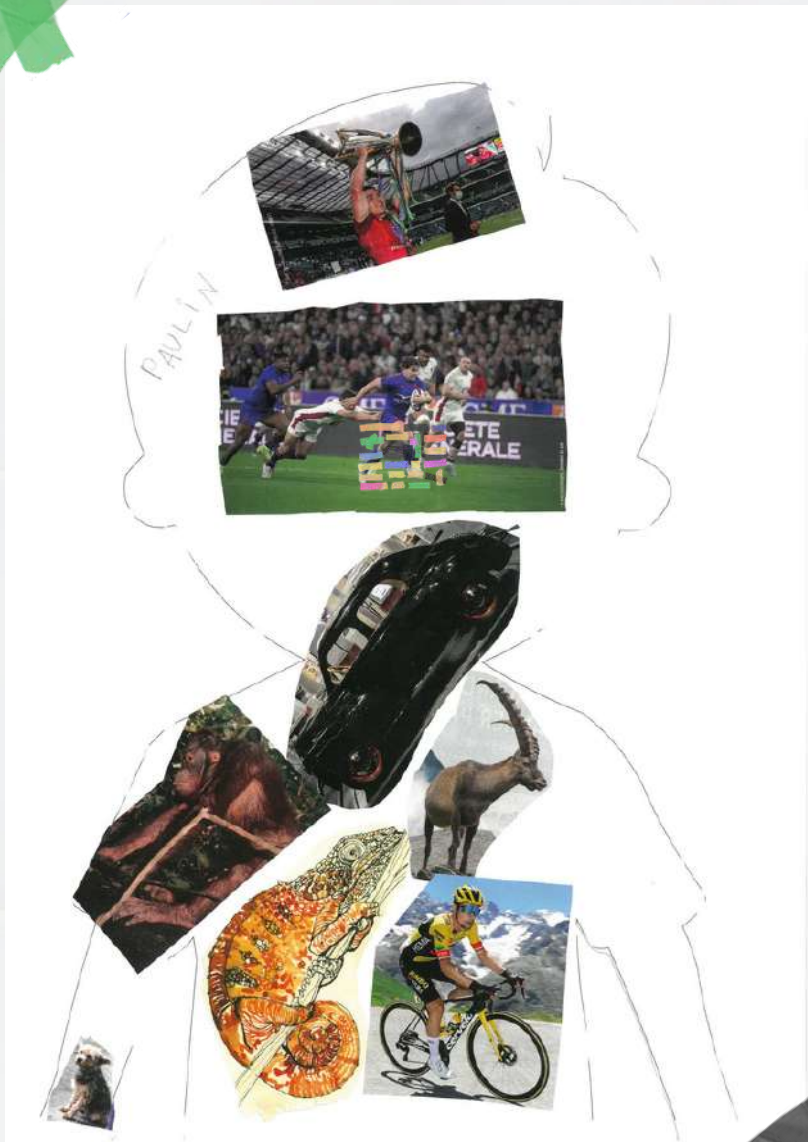


# Atelier à Arc-en-ciel

Ines-h-h



# Atelier à Arc-en-ciel



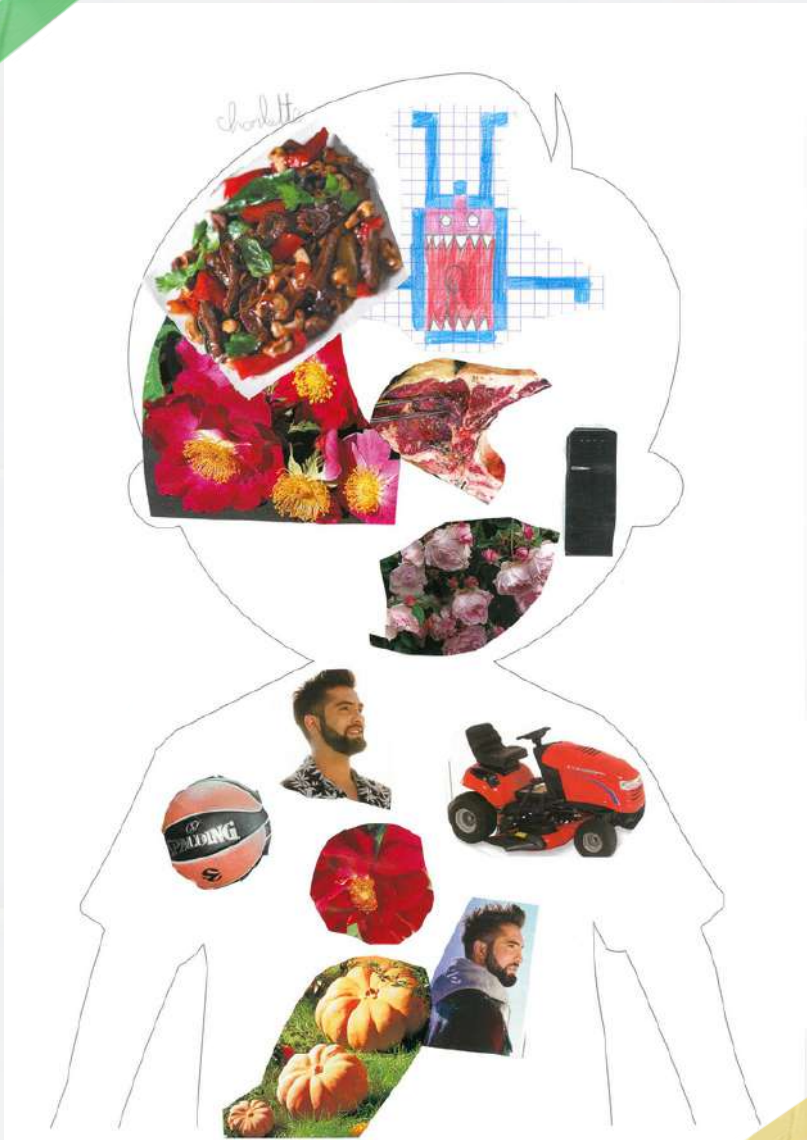


# Atelier à Arc-en-ciel

Cameron



# Atelier à Arc-en-ciel



# Atelier à Arc-en-ciel

AARON



# Atelier à Arc-en-ciel

Alis



LOUANE  
No

# Atelier à Arc-en-ciel





# Atelier à Arc-en-ciel

Dei Loubna



# Atelier à Arc-en-ciel

Gabriel

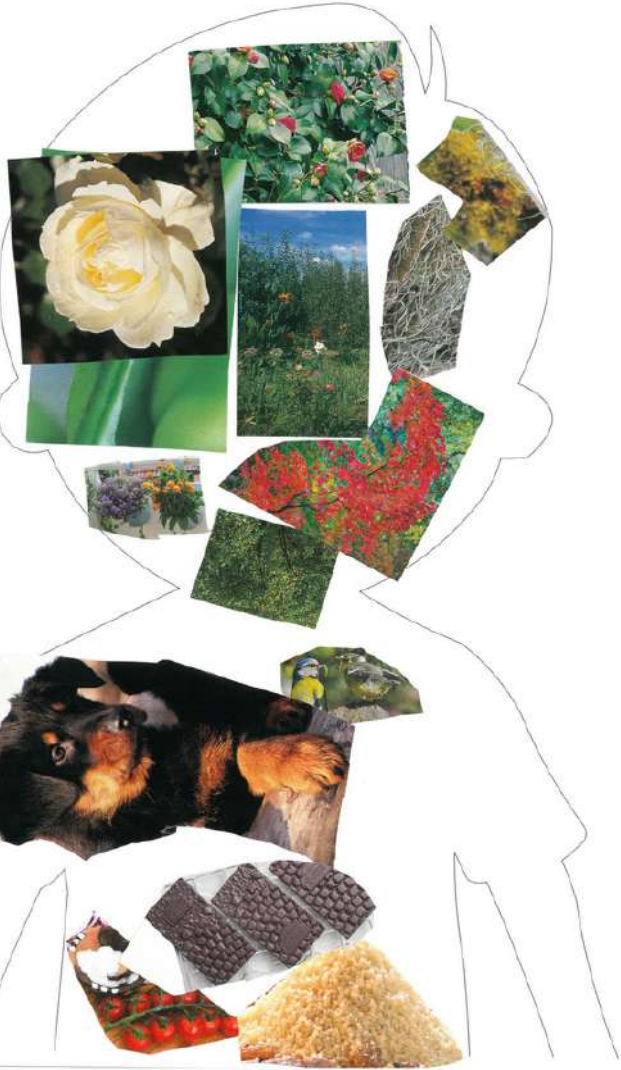


ciel



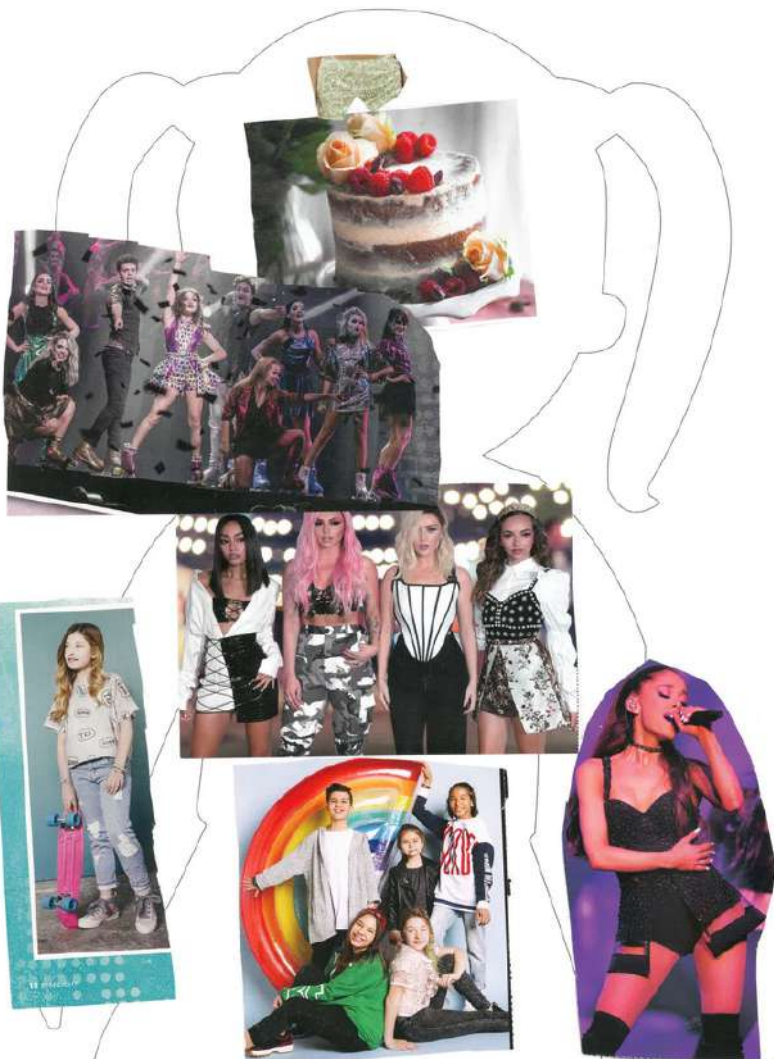
# Atelier à Arc-en-ciel

Low



# Atelier à Arc-en-ciel

clena

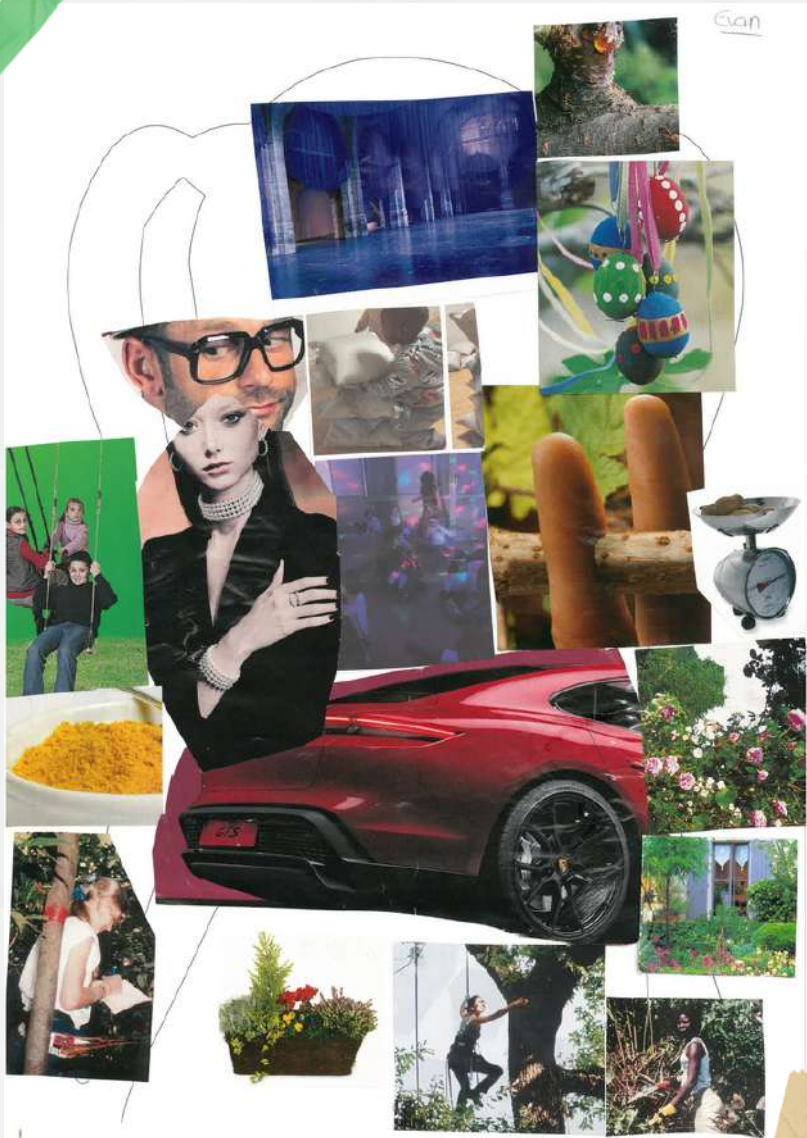






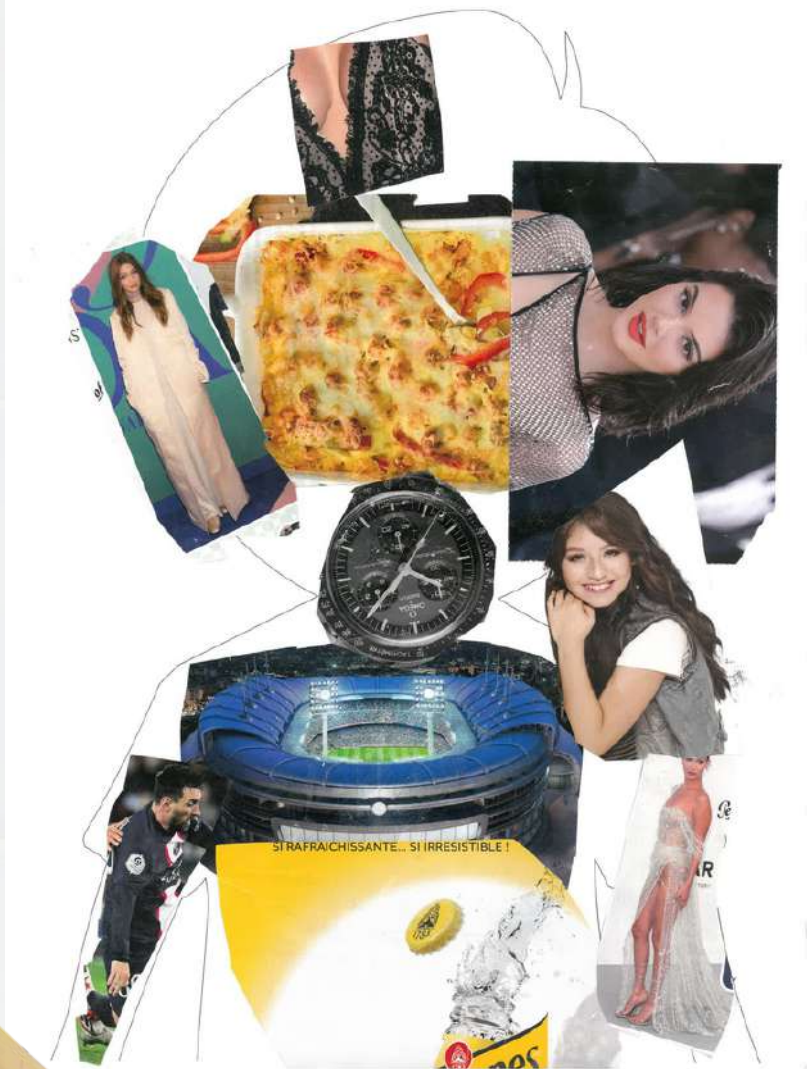


# Atelier à Arc-en-ciel



# Atelier à Arc-en-ciel

Victor



# Atelier à Arc-en-ciel

Chloé



# Atelier à Arc-en-ciel

July









# Atelier à Arc-en-ciel

*Archie*



# Atelier à Arc-en-ciel

JULIE



3 MONTAGNES EN PARTI VISIBLES, OREGON, LES  
"SEASCAPE ROCKS"

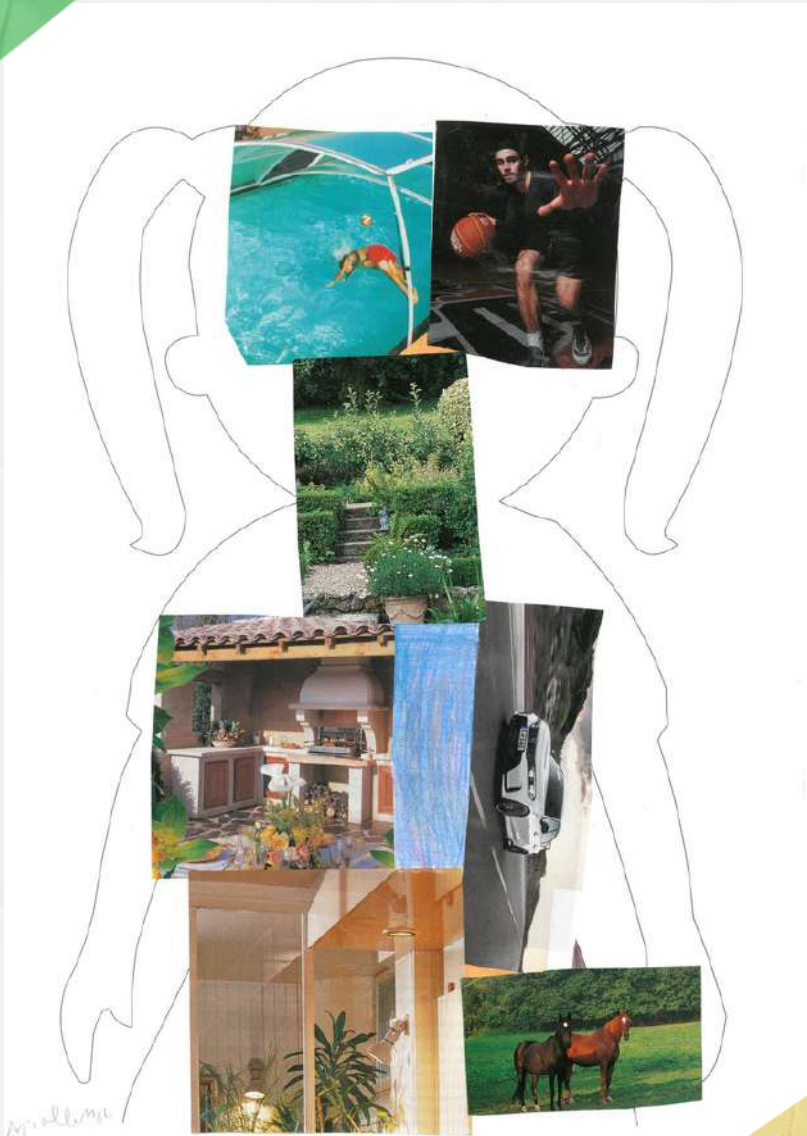


UN PAYSAN BÉNOL, BANJA SOUS LE CIEL JAUNÔTRE,  
2012, HILLARY SEWELL



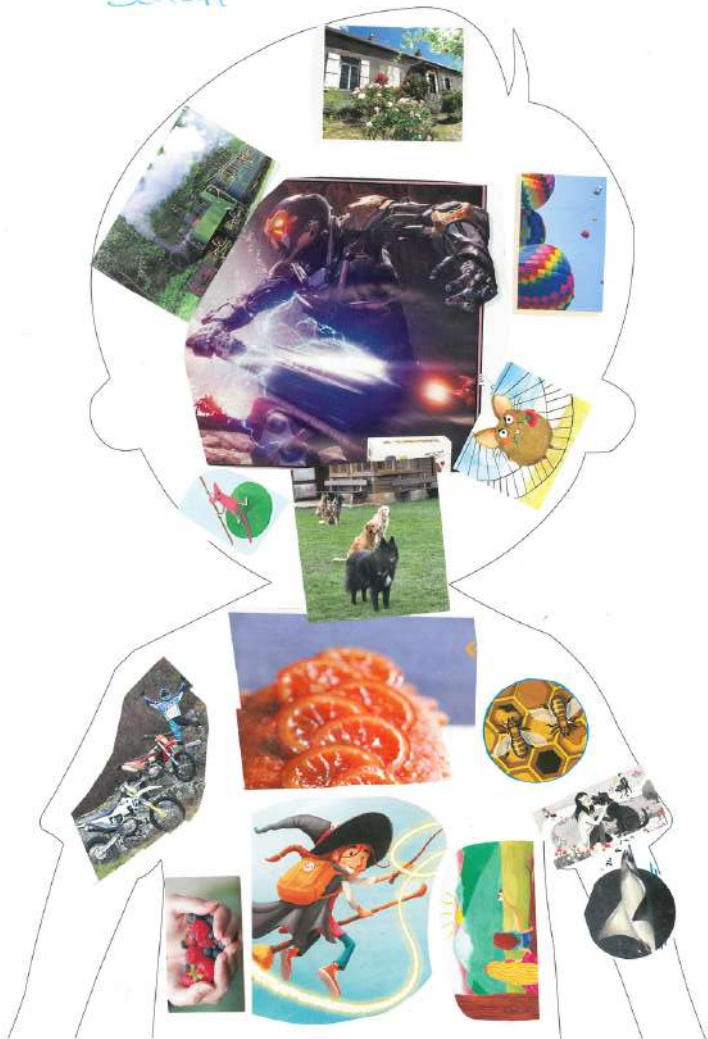
2011, CARL HALL, "GETTING THE VIBES OF THE SOUTH TROP"  
THEY'RE NOT NEARLY AS GOOD AS THE ORIGINAL, THERE  
ARE SOME DIFFERENCES BETWEEN THE ORIGINAL

# Atelier à Arc-en-ciel



# Atelier à Kairos

Mohammed  
Sulak





# Atelier à Kairos

EDIN





# Atelier à Kairos

Alberto Tomba  
FC METZ



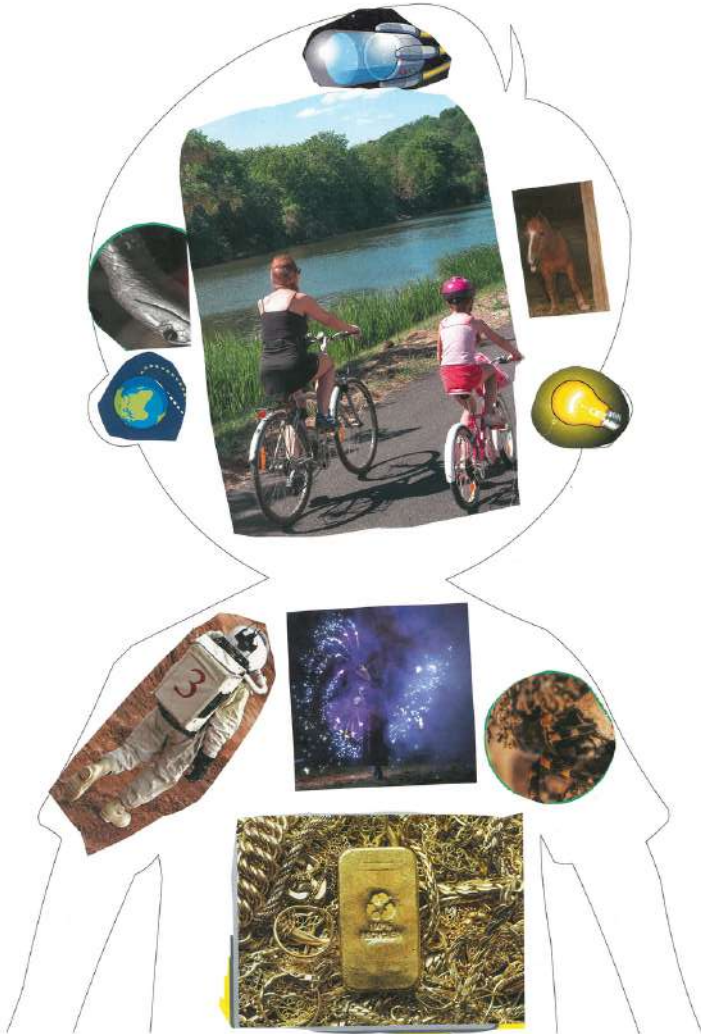


# Atelier à Kairos



# Atelier à Kairos

Karn





# Atelier à Kairos

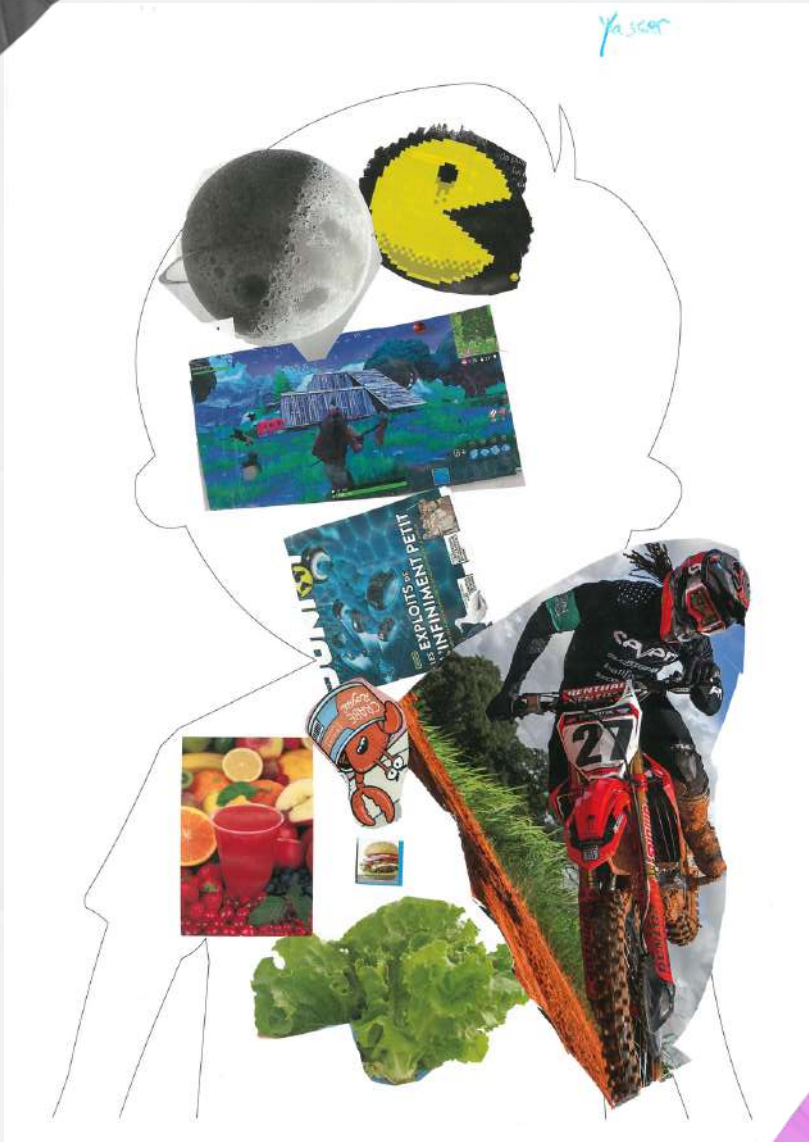
1. ATOUTS



Iran le...



# Atelier à Kairos



# Atelier à Kairos

Johnson et



## NOTRE AVIS

La pose en main  
La réalisation, impression et  
la qualité des impressions.  
Le programme. Tout cela nous  
impressionne par son mode  
de montage.

Quelques publications  
de placement de la carte qui  
ne sont pas toujours très bien  
thématisées.



# Atelier à Kairos

Aer.wam





# Atelier à Kairos

0183



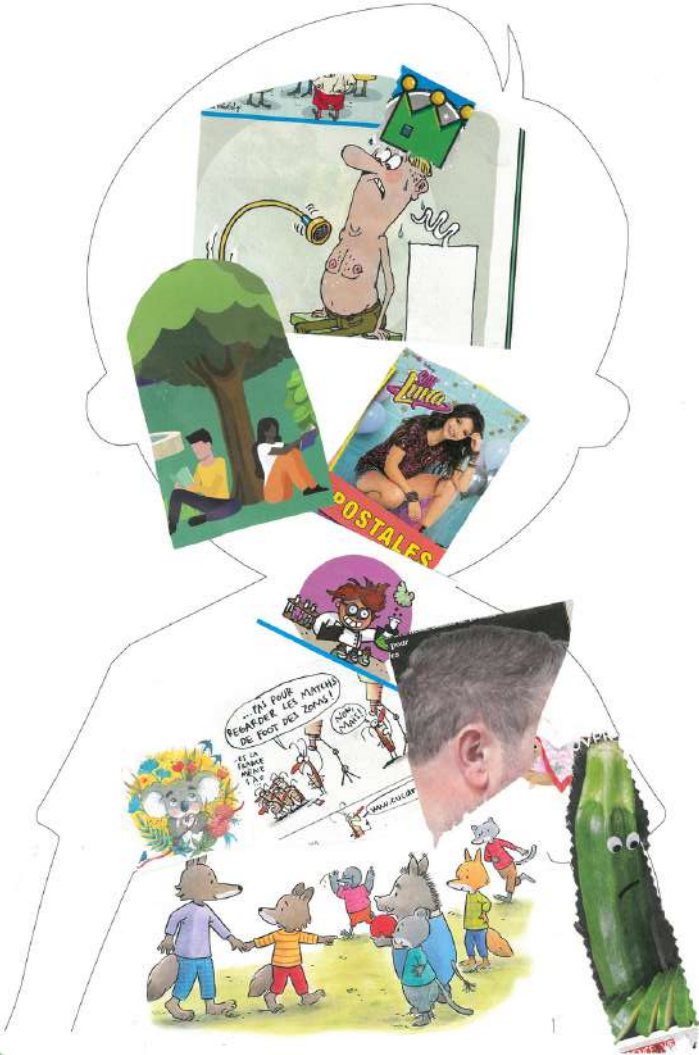
# Atelier à Kairos

Namados.



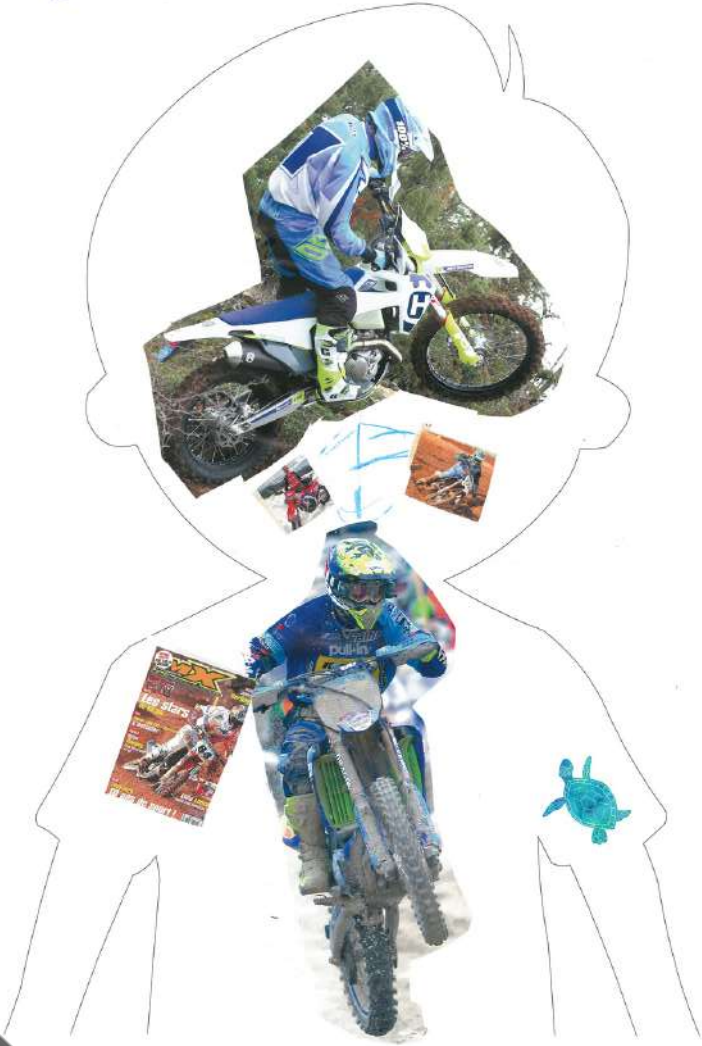
# Atelier à Kairos

Hugon



# Atelier à Kairos

Yassin







Projet réalisé lors des

Semaines d'information  
sur la santé mentale

Zine conçu par le

**CLSM** TERRITOIRE  
MESSIN  
Conseil local de santé mentale

En collaboration avec



Centre  
socio-  
culturel  
Kairos

