37e ÉDITION

sism

Semaines d'information
sur la santé mentale

PROGRAMME OFFICIEL - COLLECTIF SISM 43

https://www.promotion-sante-ara.org/sism2026-haute-loire/

INTRODUCTION

En 2026, ouvrons-nous aux arts

Du 5 au 18 octobre 2026 aura lieu la 37e édition des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM). Plus de 50 événements sont organisés partout en Haute-Loire pour promouvoir la santé mentale.

Vous pourrez retrouver des ciné-débats, spectacles, portes ouvertes, lectures, conférences, etc. La programmation 2026 est riche et ouverte à toutes et tous.

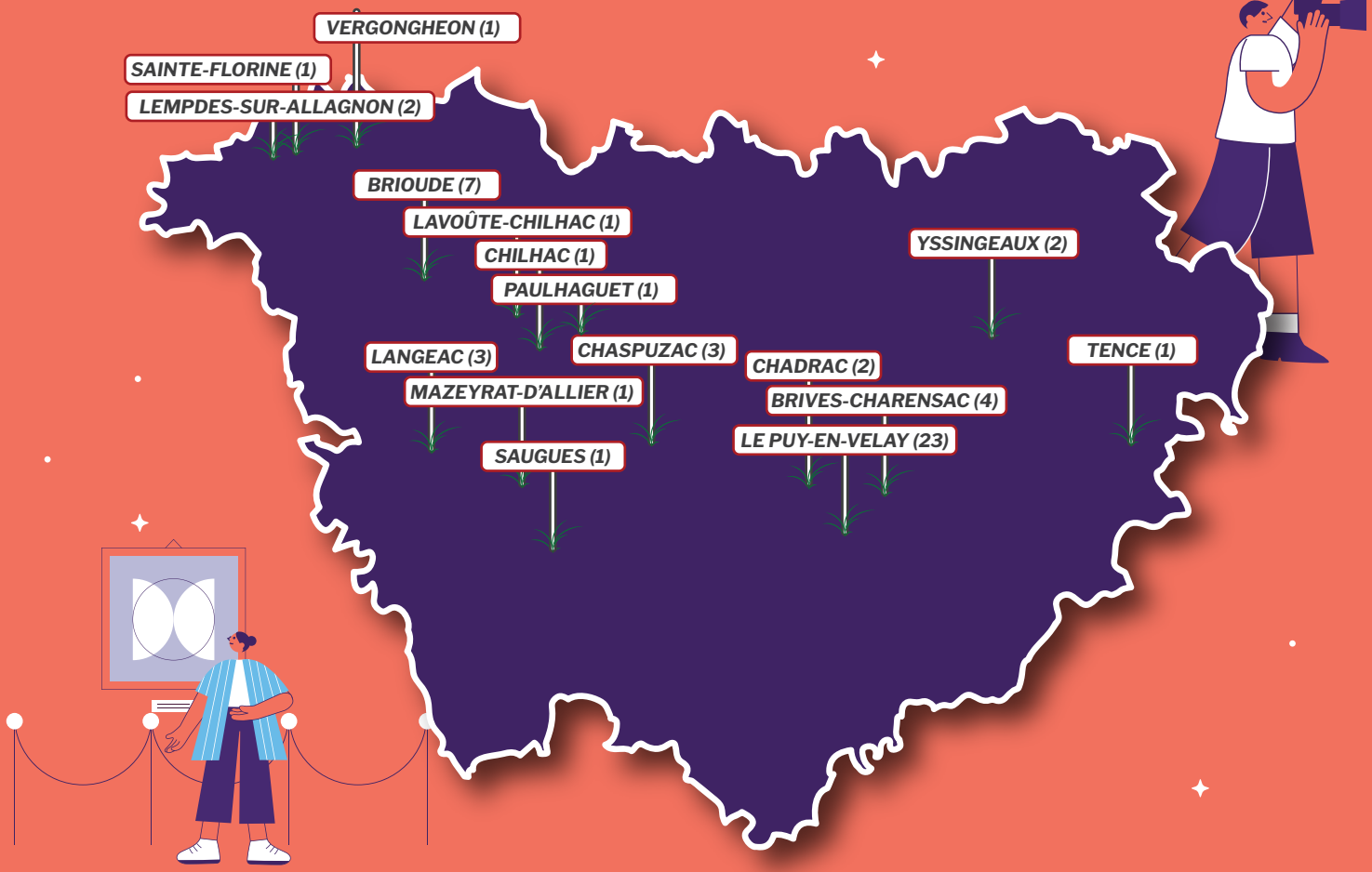
La thématique de l'année sur les arts s'appuie notamment sur le rapport publié en 2019 par l'Organisation Mondiale de la Santé, qui confirme les effets positifs des activités artistiques sur la santé mentale.
Selon l'OMS, les activités artistiques « apportent des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur et que l'art soit choisi par la personne ou orienté par un professionnel ».

Elles favorisent la régulation émotionnelle, réduisent le stress, renforcent les liens sociaux et participent à la prévention de la dépression et de l'isolement. Les arts jouent également un rôle dans le rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques et dans la réduction des inégalités sociales en santé, en facilitant la participation de publics souvent éloignés des dispositifs traditionnels.

+ d'infos sur les Sism ?

julia.malartre@promotion-sante-ara.org

Vos événements en Haute-Loire



ÉVÉNEMENTS GRAND PUBLIC

Du 1er au 12 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

9h30 > 12h ; 15h > 18h30

Médiathèque de Brioude, 2 Pl Lafayette, Brioude

Expositions « D'autres clichés sur la santé mentale » & « J'aime, donc je suis : autoportraits photographiques et littéraires »

« D'autres clichés sur la santé mentale » : Dans le domaine de la santé mentale, les idées reçues et les clichés sont nombreux.
« J'aime, donc je suis : autoportraits photographiques et littéraires » : Série d'autoportraits intimes, cette exposition cible davantage les personnes porteuses ou non d'un handicap psychique en mettant l'accent sur leur identité.

Tél. 04 71 74 56 05

+ d'infos !

- Médiathèque de Brioude
- CLSM du PETR du Pays de Lafayette

Du 5 au 18 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Le P'tit Café, 25 place du Marché couvert, Le Puy-en-Velay

PROD'ART

Créations artistiques sur le thème des émotions et de la santé mentale entre usagers du CAARUD et professionnels.

Exposition valorisation et échange avec les personnes présentes au P'tit Café et les passants.

Des temps d'échanges sont organisés le 07/10 de 13h30 à 15h30 et le 14/10 de 16h à 18h.

Tél. 07 78 68 53 37

- CAARUD La Plage
- Le P'tit Café

+ d'infos !

Du 5 au 18 octobre

13h > 20h

À distance

De 10 à 25 ans

Gratuit - Sans inscription

Je contacte Allo Ecoute Ado !

Envie de parler... Des psychologues pour t'écouter.
Pendant les SISM, Allo Écoute Ado étend ses horaires et te répond :

- Au téléphone, du lundi au vendredi de 13h à 20h ;
- Par écrit, via l'application mobile dédiée, sous 48h.

Tél. 06 12 20 34 71 • Allo Ecoute Ado

+ d'infos !

Du 5 au 18 octobre

13h > 20h

À distance

Parent d'un jeune de 10 à 25 ans

Gratuit - Sans inscription

Je contacte Allo Ecoute Parents

Parents d'adolescents : des psychologues à votre écoute.
Pendant les SISM, Allo Écoute Parents étend ses horaires et vous répond :

- Au téléphone, du lundi au vendredi de 13h à 20h ;
- Par écrit, via l'application mobile dédiée, sous 48h.

Tél. 06 01 18 40 36 • Allo Ecoute Parents

+ d'infos !

Du 5 au 18 octobre

Tout public*

Gratuit - Sans inscription

8h30 > 17h

Maison de quartier de Guitard,
rue Paule Gravejal, Le Puy-en-Velay

Mur d'expression

Il s'agira d'un espace dans le hall d'accueil du Centre socio-culturel qui permettra aux usagers d'exprimer leurs ressentis, leurs émotions ou leur état d'esprit à travers le dessin, l'écriture ou toute autre forme d'expression créative.

**Habitants de Guitard*

Tél. 04 71 05 60 97

- Centre Socio-Culturel de Guitard

+ d'infos !

Du 6 au 11 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Sur les horaires de la médiathèque

Médiathèque de Chaspuzac

Arthérapie , présentation et l'exposition « Là où d'autres ont échoué »

Rencontre avec Alain Lefebvre, éducateur pénitencier, praticant l'art-thérapie : le mardi 06/10 après-midi. Il laissera ensuite à disposition de la médiathèque l'exposition, qui a pour but de montrer que l'Art est l'expression de ce que la parole ne peut traduire. Les tableaux réalisés sont faits par des jeunes délinquants en situation d'enfermement par contrainte judiciaire. L'objectif est que ces jeunes, âgés de 15 à 18 ans, puissent s'exprimer différemment de leur façon habituelle (violences verbales et/ou physiques, subies ou portées). C'est un travail en étroite collaboration avec une psychologue. Les couleurs sont d'excellents repères d'accompagnement : signe du chemin parcouru. Cette art-thérapie leur montre aussi que sans être des dessinateurs, ils peuvent réaliser des œuvres personnelles qui leurs apportent souvent fierté et réconfort.

Tél. 04 63 84 99 41

- Lycée Simone Weil Le Puy-en Velay
- Médiathèque de Chaspuzac

+ d'infos !

Du 12 au 18 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Sur les horaires de la médiathèque

Médiathèque de Chaspuzac

Exposition d'œuvres créatives à visée thérapeutique.

Exposition d'œuvres créatives réalisées en support de soin dans le cadre d'activités thérapeutiques.
Par ces œuvres, l'objectif est de rendre le patient acteur, de déstigmatiser le trouble psychique, et de favoriser la considération de l'individu dans la société.
Ce travail thérapeutique a pour volonté d'utiliser l'art comme moyen d'expression et de favoriser la valorisation.

Tél. 04 63 84 99 41

+ d'infos !

- Médiathèque de Chaspuzac
- Hôpital de Jour L'Etrier (Sainte-Marie)

Du 26 au 30 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Horaires de la médiathèque

Médiathèque, 24, rue des Etats-Unis, Sainte Florine

Exposition « J'aime, donc je suis. »

Cette exposition fait suite à l'exposition « D'autres clichés sur la santé mentale ». Celle-ci cible davantage les personnes porteuses ou non d'un handicap psychique en mettant l'accent sur leur identité.

Tél. 04 73 54 24 37

+ d'infos !

- Médiation culturelle d'Auzon communauté
- Médiathèque de Ste Florine
- CLSM du PETR du pays de Lafayette

Du 26 au 30 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Horaires de la bibliothèque

Bibliothèque, Avenue de la gare, Lempdes-sur-Allagnon

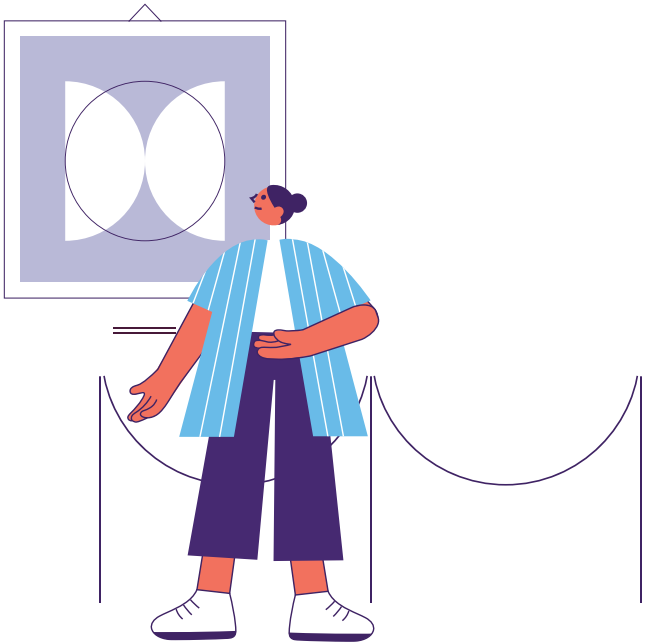
Exposition « D'autres clichés sur la santé mentale ».

Dans le domaine de la santé mentale, les idées reçues et les clichés sont nombreux. L'exposition vise à porter un autre regard sur la santé mentale. Les photographies interrogent, questionnent, bousculent ces clichés qui sont hérités de l'histoire, véhiculés par les médias et ancrés dans l'inconscient collectif.

Tél. 04 73 54 02 28

+ d'infos !

- Médiation culturelle d'Auzon communauté
- Bibliothèque de Lempdes-sur-Allagnon
- CLSM du PETR du pays de Lafayette



Les arts constituent un pilier essentiel pour la santé mentale.

Mardi 6 octobre

19h > 20h30

Le P'tit Café, 25 place du Marché couvert, Le Puy-en-Velay

Adultes (14 ans et +)

Prix libre - Sans inscription

Psychosis 2.0

Deux comédiennes - Renée Defay et Zoé Z - sont assises face à face dans le cercle des spectateurs. La mère, l'enfermement psychiatrique, le trou de mémoire, l'enfance, le trauma, le théâtre, la vie rurale, tels sont les thèmes abordés durant ce spectacle. Rédigés durant de nombreuses années lors d'ateliers d'écriture et surtout de lecture, ces textes traduisent une recherche permanente d'authenticité dans la psychose. C'est une quête d'humanité dans laquelle l'origine de l'humanité et du théâtre est interrogée. Dans une extrême simplicité, chacun vit des moments de sincérité, d'humanité, d'émotion. Une expérience théâtrale des origines. Par le collectif « Parce qu'on est là ». Mis en scène par Bruno Boussagol.

cafejeunespousses@gmail.com
Tél. 07 78 68 53 37

- Le P'tit Café
- Collectif "Parce qu'on est là"

+ d'infos !

Mercredi 7 octobre

10h45 > 11h45

Médiathèque de Brioude, 2, place Lafayette, Brioude

Enfants

Gratuit - Sans inscription

Lecture d'ouvrages

Lecture d'ouvrages portant sur la confiance en soi, prêts d'ouvrages enfants portant sur la santé mentale, présentation du kamishibaï « Le jardin du dedans » : Ce kit pédagogique s'adresse aux enfants de 8 à 11 ans. Il comprend des conseils pour les adultes qui souhaitent parler de santé mentale avec les enfants. L'histoire s'articule autour de 4 grands thèmes : la santé mentale - éléments de compréhension, les mouvements et les influences de la santé mentale, les déséquilibres de la santé mentale et le poids du tabou, aller mieux - se soigner et s'entraider.

mediatheque@ville-brioude.fr
Tél. 04 71 74 56 05

- Médiathèque de Brioude
- PETR du Pays de Lafayette

+ d'infos !

Mercredi 7 octobre

Tout public

Gratuit - Sur inscription

14h

Espace Coluche, avenue du Val-Vert, 43000 Le Puy-en-Velay

17h

Salle Daniel-Balavoine, rue Paule Gravejale, 43000 Le Puy-en-Velay

Portes ouvertes hors les murs

Théâtre d'intervention par la compagnie « La belle Histoire » autour du thème de l'adolescence et des missions de la Maison des adolescents.

maison-des-adolescents43@laposte.net **Tél. 04 71 06 60 70**	•Maison des adolescents

+ d'infos !

Mercredi 7 octobre

Adultes (14 ans et +)

Gratuit - Sur inscription

16h - 17h30

Mission locale du Velay, 2 rue Pierret, Le Puy-en-Velay

Psychosis 2.0

Deux comédiennes - Renée Defay et Zoé Z - sont assises face à face dans le cercle des spectateurs. La mère, l'enfermement psychiatrique, le trou de mémoire, l'enfance, le trauma, le théâtre, la vie rurale, tels sont les thèmes abordés durant ce spectacle. Rédigés durant de nombreuses années lors d'ateliers d'écriture et surtout de lecture, ces textes traduisent une recherche permanente d'authenticité dans la psychose. C'est une quête d'humanité dans laquelle l'origine de l'humanité et du théâtre est interrogée. Dans une extrême simplicité, chacun vit des moments de sincérité, d'humanité, d'émotion. Une expérience théâtrale des origines. Par le collectif « Parce qu'on est là ». Mis en scène par Bruno Boussagol.

Inscription au 04 71 07 09 09	•Mission locale du Velay •Collectif Parce qu'on est là

+ d'infos !

Mercredi 7 octobre

17h > 19h

22 rue Reviran, 43190 Tence

Tout public

Gratuit - Sur inscription

Atelier découverte de l'art thérapie

Venez découvrir et expérimenter l'art-thérapie à travers différents médiums.

www.czajac-art-therapie.fr

Inscription au 06 60 08 31 63	•ZAZENCO

+ d'infos !

Mercredi 7 octobre

17h30

Médiathèque de Brioude,
2, place Lafayette, Brioude

Adultes

Gratuit - Sans inscription

Conférence

Conférence sur l'artiste peintre Séraphine de Senlis.

mediatheque@ville-brioude.fr Tél. 04 71 74 56 05	•Médiathèque de Brioude •Micro-folie de Brioude •PETR du pays de Lafayette

+ d'infos !

Jeudi 8 octobre

15h-16h30

Salle Daniel Balavoine, rue Paule Gravejal, 43000 Le Puy-en-Velay

Adultes (14 ans et +)

Prix libre - Sans inscription

Psychosis 2.0

Deux comédiennes - Renée Defay et Zoé Z - sont assises face à face dans le cercle des spectateurs. La mère, l'enfermement psychiatrique, le trou de mémoire, l'enfance, le trauma, le théâtre, la vie rurale, tels sont les thèmes abordés durant ce spectacle. Rédigés durant de nombreuses années lors d'ateliers d'écriture et surtout de lecture, ces textes traduisent une recherche permanente d'authenticité dans la psychose. C'est une quête d'humanité dans laquelle l'origine de l'humanité et du théâtre est interrogée. Dans une extrême simplicité, chacun vit des moments de sincérité, d'humanité, d'émotion. Une expérience théâtrale des origines. Par le collectif « Parce qu'on est là ». Mis en scène par Bruno Boussagol.

Tél. 04 71 05 60 97

- Centre Socio-culturel de Guitard
- Collectif "Parce qu'on est là"

+ d'infos !

Jeudi 8 octobre

18h (accueil à partir de 17h30)

Salle Jeanne d'Arc, 13 avenue de la Cathédrale, le Puy-en-Velay

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Entrez dans les coulisses de notre podcast !

Être parent, quel métier ! Le podcast sans filtre des parents de Haute-Loire. Émission spéciale : Histoires de famille. Assistez à l'enregistrement en public et participez au temps d'échange avec l'équipe et les invités.

Tél. 04 71 04 96 57

- UDAF 43 – Réseaux Parentalité de Haute-Loire

+ d'infos !

Jeudi 8 octobre

18h > 21h

Centre socioculturel, 1473 rue Léo Lagrange, Langeac

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Soirée de sensibilisation à la santé mentale :

« Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts. »

- Présentation des Equipes mobiles du Centre Hospitalier Sainte-Marie ;
- Concert du groupe Réhaccord ;
- Présentation du programme BREF par l'association d'aidants UNAFAM ;
- Saynètes de théâtre par le GEM Le chat typique ;
- Présentation du stand mobile sur la déstigmatisation de la santé mentale ;
- Echanges avec les équipes mobiles et pot de l'amitié.

sante@petrpaysdelafayette.fr
Tél. 06 83 43 42 37

•CLSM du PETR du Pays de Lafayette

+ d'infos !

Jeudi 8 octobre

20h

Maison Pour Tous, 1 route de Coubon, 43700 Brives-Charensac

Tout public

Gratuit - Sur inscription

Spectacle théâtral « En mode survie » :

comprendre nos ados sans mode d'emploi

Thématiques diverses abordées autour de l'adolescence et des missions de la Maison des ados.

maison-des-adolescents43@laposte.net
Tél. 04 71 06 60 70

•La Maison des adolescents

+ d'infos !

Vendredi 9 octobre

10h > 17h

Le P'tit Café, Place du marché couvert, Le Puy-en-Velay

Adultes

Gratuit - Sans inscription

Bibliothèque vivante :

« Santé mentale, arts, vie culturelle : quels liens ? »

La bibliothèque vivante se base sur la rencontre physique avec le vécu d'une autre personne, et permet plus facilement de s'identifier, de questionner ses représentations. Cela permet d'aller voir au-delà d'une étiquette pour découvrir des personnes dans leur globalité. Des personnes « livres » porteront un récit sur l'impact de l'art dans leur santé mentale. En tant que lecteur vous pourrez l'écouter puis échanger (durée des récits entre 10 et 20 minutes).

cafejeunespousses@gmail.com
Tél. 07 78 68 53 37

- Le P'tit Café
- Association Dis-Moi
- SAMSAH - ASEA43
- Secours Catholique

+ d'infos !

Vendredi 9 octobre

15h - 16h30

SAMSAH, 4 rue Richond des Brus, le Puy-en-Velay

Adultes (14 ans et +)

Prix libre - Sans inscription

Psychosis 2.0

Deux comédiennes - Renée Defay et Zoé Z - sont assises face à face dans le cercle des spectateurs. La mère, l'enfermement psychiatrique, le trou de mémoire, l'enfance, le trauma, le théâtre, la vie rurale, tels sont les thèmes abordés durant ce spectacle. Rédigés durant de nombreuses années lors d'ateliers d'écriture et surtout de lecture, ces textes traduisent une recherche permanente d'authenticité dans la psychose. C'est une quête d'humanité dans laquelle l'origine de l'humanité et du théâtre est interrogée. Dans une extrême simplicité, chacun vit des moments de sincérité, d'humanité, d'émotion. Une expérience théâtrale des origines. Par le collectif « Parce qu'on est là ». Mis en scène par Bruno Boussagol.

Tél. 04 71 04 13 36

- SAMSAH de l'ASEA43
- Collectif Parce qu'on est là

+ d'infos !

La culture constitue un puissant levier d’émancipation, de dignité et de citoyenneté.

Vendredi 9 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

18h30

Centre Social et Culturel La Couveuse, 10 Cr de la Liberté, Chadrac

Spectacle Connexion 222

18h30 : Venant d'une autre planète, Petit Soleil Doré, une clown poétique, attendrissante et avant-gardiste, arrive sur scène avec du matériel révolutionnaire, sophistiqué et expérimental. Elle a pour mission de le tester sachant que cet équipement permet de créer et de restaurer le lien. Le spectacle sera suivi d'un temps d'échange avec l'artiste puis d'un buffet à prix libre préparé par le GEM La Galaxie.

20h : Groupe de 6 musiciens et un ingénieur son. Groupe né au sein du Centre Hospitalier Sainte Marie, composé de patients et de soignants. Né de la volonté de faire de la musique ensemble, de travailler la confiance en soi et la déstigmatisation. Ensuite, temps d'échange avec Thibault Duchamp, musicothérapeute.

social@csc-chadrac.fr
Tél. 04 71 05 29 76

- UNAFAM
- MGEN
- GEM La Galaxie
- CSC La Couveuse

+ d'infos !

Vendredi 9 octobre

Tout public

Gratuit - Sur inscription

20h

Halle aux grains, Pl. Grégoire de Tours, Brioude

Spectacle théâtral « En mode survie » : *comprendre nos ados sans mode d'emploi*

Thématiques diverses abordées autour de l'adolescence et des missions de la maison des ados.

maison-des-adolescents43@laposte.net
Tél. 04 71 06 60 70

- La Maison des adolescents

+ d'infos !

Samedi 10 octobre

10h - 12h

Jardins partagés sise rue du canal, 43100 Brioude

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Atelier d'hortithérapie

Fresque collective, cyanotype, papier à incrustation florale, ou comment l'art peut se mettre au service de notre santé mentale.

marion.veaux@outlook.fr
Tél. 06 09 45 71 45

• Association Le chant de l'Ourse

+ d'infos !

Samedi 10 octobre

16h > 17h30

Le P'tit Café, 25 place du Marché couvert, Le Puy-en-Velay

Parents & Enfants 4 - 7 ans

Prix libre - Sur inscription

Atelier de gribouillage parents/enfants

Fabrice Gattier, art-thérapeute, propose un atelier de gribouillage parents/enfants. A l'aide d'une grande feuille accrochée au mur, de fusains, de peinture, de feutres, l'enfant et le parent vont dessiner ensemble des tracés libres, des choses abstraites, des formes, pour finalement réaliser une fresque murale collaborative pour « dire et se dire » !

cafejeunespousses@gmail.com
Tél. 07 78 68 53 37

• Le p'tit Café

+ d'infos !

Samedi 10 octobre

17h

Théâtre d'Yssingeaux, Pass. du Théatre, Yssingeaux

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Spectacle Connexion 222

Venant d'une autre planète, Petit Soleil Doré, une clown poétique, attendrissante et avant-gardiste, arrive sur scène avec du matériel révolutionnaire, sophistiqué et expérimental. Elle a pour mission de le tester sachant que cet équipement permet de créer et de restaurer le lien.
Le spectacle sera suivi d'un temps d'échange avec l'artiste.
« A travers Petit Soleil Doré, la comédienne développe un clown engagé, accessible et profondément tourné vers le lien social. Son approche mêle adresse directe au public, travail corporel, improvisation et poésie pour proposer un spectacle alliant humour, délicatesse et réflexion. »
Il s'agit de déstigmatiser la santé mentale en direction d'un public le plus large possible. Il s'agit de promouvoir une approche artistique autour de la question du lien entre les uns et les autres - comment le générer, l'entretenir et surmonter les obstacles ?

« Le clown, poétique et parfois maladroit, vient toucher les enfants comme les adultes avec différents niveaux de lecture adaptés à tous les âges »

esperance43@orange.fr
Tél. 06 82 61 97 17

- UNAFAM
- MGEN
- GEM La Galaxie
- Théâtre d'Yssingeaux

+ d'infos !

Samedi 10 octobre

17h-18h30

Médiathèque de Chaspuzac,
1 place de l'Église, 43320 Chaspuzac

Adultes (14 ans et +)

Prix libre - Sans inscription

Psychosis 2.0

Deux comédiennes - Renée Defay et Zoé Z - sont assises face à face dans le cercle des spectateurs. La mère, l'enfermement psychiatrique, le trou de mémoire, l'enfance, le trauma, le théâtre, la vie rurale, tels sont les thèmes abordés durant ce spectacle. Rédigés durant de nombreuses années lors d'ateliers d'écriture et surtout de lecture, ces textes traduisent une recherche permanente d'authenticité dans la psychose. C'est une quête d'humanité dans laquelle l'origine de l'humanité et du théâtre est interrogée. Dans une extrême simplicité, chacun vit des moments de sincérité, d'humanité, d'émotion. Une expérience théâtrale des origines. Par le collectif « Parce qu'on est là ». Mis en scène par Bruno Boussagol.

Ouverture des portes dès 16h : exposition des patients de Sainte-Marie dans la galerie d'art.

Tél. 04 63 84 99 41

- Médiathèque de Chaspuzac
- Collectif Parce qu'on est là

+ d'infos !

Lundi 12 octobre

10h-17h

Devant la mairie du Puy-en-Velay

TOUT PUBLIC

Gratuit - Sans inscription

Sensibilisation et activité artistique

L'événement se déclinera en trois temps :
- Un temps de sensibilisation, autour de l'exposition "Mythes et Réalités», visant à déconstruire les idées reçues, lutter contre la stigmatisation liée aux troubles psychiques et rappeler que la santé mentale est l'affaire de tous.
- Un temps de contemplation et d'échange autour des œuvres d'art de la collection du Musée Crozatier.
- Un temps d'expression artistique animé par des enseignants des Ateliers des arts, permettant aux participants de traduire leurs émotions à travers une création artistique.

Tél. 04 71 07 01 30	•CCAS du Puy-en-Velay •Musée Crozatier •Atelier des Arts

+ d'infos !

Mardi 13 octobre

14h > 21h

GEM CHAT Typique, 18 ch. de Gendriac, Le Puy en Velay

TOUT PUBLIC

Gratuit - Sans inscription

Portes ouvertes

Cette journée sera l'occasion de venir à la rencontre du CHAT typique.
Les temps forts :
- 14h30 : vernissage d'une nouvelle exposition ;
- 16h30 : discussion sur un thème lié à la vie des personnes autistes.

coordinateur.gem@pep43.org	•CHAT typique (GEM autisme43)

+ d'infos !

Mardi 13 octobre

18h

Médiathèque de Saugues,
Pl. du 11 novembre, Saugues

Adultes

Gratuit - Sans inscription

Projection du film «L'énergie positive des Dieux », de Laeticia Moller (2022)

Leur musique est une déferlante de rock électrique. Leurs textes assènent une poésie sauvage. Accompagnés de quatre musiciens, Stanislas, Yohann, Aurélien et Kevin sont les chanteurs du groupe Astéréotypie. Issus d'un institut médico-éducatif accueillant de jeunes autistes, ils dévoilent sur scène leurs univers détonants, encouragés par Christophe, un éducateur plus passionné d'art brut que de techniques éducatives. Leur aventure collective est un cri de liberté.

a.boucard@rivesduhautallier.fr
Tél. 06 64 35 32 97

+ d'infos !

- Réseau de lecture de la Communauté de communes des Rives du Haut Allier
- Médiathèque de Saugues
- CLSM du PETR du pays de Lafayette

Mercredi 14 octobre

13h-17h

Devant la mairie du Puy-en-Velay

Tout public

Gratuit - Sans inscription

Sensibilisation et activité artistique

L'événement se déclinera en trois temps :
- Un temps de sensibilisation, autour de l'exposition "Mythes et Réalités», visant à déconstruire les idées reçues, lutter contre la stigmatisation liée aux troubles psychiques et rappeler que la santé mentale est l'affaire de tous.
- Un temps de contemplation et d'échange autour des œuvres d'art de la collection du Musée Crozatier.
- Un temps d'expression artistique animé par des enseignants des Ateliers des arts, permettant aux participants de traduire leurs émotions à travers une création artistique.

Tél. 04 71 07 01 30

- CCAS du Puy-en-Velay
- Musée Crozatier
- Atelier des Arts

+ d'infos !

Mercredi 14 octobre

À partir de 18h

Salle du Prieuré, Pl. du fer à cheval, Lavoûte-Chilhac

TOUT PUBLIC ENFANTS

Gratuit - Sans inscription

Rencontre, exposition

Rencontre avec l'autrice Myren Duval animée par le libraire de Langeac, autour notamment de 2 de ses livres pour enfants et ados "Merci pour la tendresse" (2022) et "Pablo dans les bois" (2026).
Exposition « D'autres clichés sur la santé mentale » : Dans le domaine de la santé mentale, les idées reçues et les clichés sont nombreux. L'exposition vise à porter un autre regard sur la santé mentale.
Exposition « J'aime, donc je suis : autoportraits photographiques et littéraires » : Cette exposition fait suite à l'exposition « D'autres clichés sur la santé mentale ». Celle-ci cible davantage les personnes porteuses ou non d'un handicap psychique en mettant l'accent sur leur identité.
Présentation du kamishibaï « Le jardin du dedans » : Ce kit pédagogique s'adresse aux enfants de 8 à 11 ans. Il comprend des conseils pour les adultes qui souhaitent parler de santé mentale avec les enfants. L'histoire s'articule autour de 4 grand thèmes : la santé mentale-éléments de compréhension, les mouvements et les influences de la santé mentale, les déséquilibres de la santé mentale et le poids du tabou, aller mieux - se soigner et s'entraider.

a.boucard@rivesduhautallier.fr

- Réseau de lecture de la Communauté de communes des Rives du Haut Allier
- Bibliothèque de Lavoûte-Chillac
- CLSM du PETR du pays de Lafayette

+ d'infos !

Mercredi 14 octobre

18h > 20h

Le P'tit Café, 25 place du Marché couvert, Le Puy-en-Velay

Adultes

Prix libre - Sur inscription

Atelier d'art-thérapie

Fabrice Gattier art-thérapeute, propose une méthode de soin et d'accompagnement. Cette pratique permet de dépasser les difficultés personnelles par le biais d'une stimulation des capacités créatrices. Une expérience poétique offrant une expression autre, quand les mots viennent à manquer. Ce temps proposé peut permettre à chacun de mobiliser sa créativité et son inventivité afin d'apaiser des tensions internes, ou des souffrances.
Pour bricoler et jouer, l'art-thérapeute apportera sa (grande) palette remplie de trésors, de boîtes à rêver, de couleurs, de papiers de soie, de crayons, d'argile, de boutons, de fil...et encore de couleurs !

cafejeunespousses@gmail.com
Tél. 07 78 68 53 37

- Le P'tit Café

+ d'infos !

Pratiquer un art c'est être actif dans la création ou être réceptif.

Jeudi 15 octobre

Tout public*

Gratuit - Sur inscription

9h (pour les marcheurs)

Place Blanche à Brives-Charensac (pour les marcheurs)

10h (pour les non marcheurs)

Maison de la Citoyenneté pour covoiturage (pour les non marcheurs)

Randonnée accessible & visite culturelle !

Rendez-vous pour une marche / visite culturelle.
Abbaye de Doué par GR de Saint-Jacques de Compostelle (5km).
Visite guidée de l'Abbaye.
Retour sur Brives-Charensac à 12h.

**Pas besoin d'être bon marcheur, PMR possible, publics adultes ou enfants avec accompagnateur.*

15 personnes maximum
Inscription auprès de Philippe MARTEL : 06 22 89 52 98

- Association Dis-moi

+ d'infos !

Jeudi 15 octobre

Adultes

Gratuit - Sans inscription

20h30

Salle de l'École des Soeurs de Chilhac, Chilhac

Projection du film «L'énergie positive des Dieux », de Laeticia Moller (2022)

Leur musique est une déferlante de rock électrique. Leurs textes assènent une poésie sauvage. Accompagnés de quatre musiciens, Stanislas, Yohann, Aurélien et Kevin sont les chanteurs du groupe Astéréotypie. Issus d'un institut médico-éducatif accueillant de jeunes autistes, ils dévoilent sur scène leurs univers détonants, encouragés par Christophe, un éducateur plus passionné d'art brut que de techniques éducatives. Leur aventure collective est un cri de liberté.

biblio.chilhac@gmail.com
a.boucard@rivesduhautallier.fr
Tél. 06 64 35 32 97

+ d'infos !

- Réseau de lecture de la Communauté de communes des Rives du Haut Allier
- Bibliothèque de Chilhac
- CLSM du PETR du pays de Lafayette

Vendredi 16 octobre

Tout public*

Gratuit - Sur inscription

14h > 16h30

Centre socio-culturel de Guitard, rue Paule Gravejal, Le Puy-en-Velay

Atelier Art Thérapie

Atelier Art thérapie autour de la création de bracelet en macramé et perles.
Objectifs : Favoriser le bien-être mental à travers une activité manuelle apaisante. Développer la créativité et la confiance en soi. Offrir un espace de détente et de déconnexion.

**Habitants de Guitard*

Renseignement auprès d'Ornella : 04 71 05 60 97	•Centre Socio-Culturel de Guitard

+ d'infos !

Vendredi 16 octobre

Adultes

Payant* - Sans inscription

14h

Cinéma le Paris, Place de la liberté, Brioude

Projection du film

« Séraphine de Senlis, histoire d'une peintre »

Ce biopic raconte l'histoire de la peintre autodidacte Séraphine de Senlis (de son vrai nom Séraphine Louis, interprétée par Yolande Moreau), de 1912, année de sa rencontre avec le collectionneur Wilhelm Uhde, à son internement à l'asile psychiatrique, en 1932.

**8,20€, 6,70€ en tarif réduit*

Tél. 04 71 74 56 05	•Cinéma le Paris, Médiathèque de Brioude •CLSM du PETR du pays de Lafayette

+ d'infos !

Vendredi 16 octobre

Adultes (55 ans et +)

Gratuit - Sur inscription

14h

Centre Social et Culturel La Couveuse, 10 Cr de la Liberté, Chadrac

Conférence "Nutrition et Santé Mentale"

La conférence sera animée par Christelle Gaillard, consultante en micronutrition et psychonutrition.

social@csc-chadrac.fr **Tél. 04 71 74 56 05**	•Centre Social •Cuturel Chadrac •ARSEPT

+ d'infos !

Vendredi 16 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

15h > 20h30

Salle André Olivier, Pl. de la Favière (mairie), Langeac

Permanence sur la partie ouest du département à Langeac

Dans le cadre du développement de permanences dans différentes communes du « Pays de Lafayette », le CHAT Typique assure cette journée de présence pour que les personnes puissent venir s'informer sur le CHAT Typique (GEM autisme 43).

coordinateur.gem@pep43.org	•CHAT Typique (GEM autisme 43)

+ d'infos !

Samedi 17 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

10h - 12h

Jardins partagés sise rue du canal, 43100 Brioude

Atelier d'hortithérapie

Fresque collective, cyanotype, papier à incrustation florale, ou comment l'art peut se mettre au service de notre santé mentale.

marion.veaux@outlook.fr
Tél. 06 09 45 71 45

• Association Le chant de l'Ourse

+ d'infos !

Samedi 17 octobre

Enfants

Gratuit - Sans inscription

À partir de 10h30

Bibliothèque de Mazeyrat-d'Allier, Place de l'Eglise, 43300 Mazeyrat-d'Allier

Moment lecture en famille, présentation d'albums et kamishibaï

Moment lecture en famille à 10h30. Venez partager un temps convivial en famille autour d'une sélection de livres pour bien grandir. Présentation d'albums, lectures et kamishibaï (« Le jardin du dedans ») Ce kit pédagogique s'adresse aux enfants de 8 à 11 ans. Il comprend des conseils pour les adultes qui souhaitent parler de santé mentale avec les enfants. L'histoire s'articule autour de 4 grand thèmes : la santé mentale - éléments de compréhension, les mouvements et les influences de la santé mentale, les déséquilibres de la santé mentale et le poids du tabou, aller mieux - se soigner et s'entraider.

a.boucard@rivesduhautallier.fr
Tél. 06 64 35 32 97

+ d'infos !

Réseau de lecture de la Communauté de communes des Rives du Haut Allier
Bibliothèque de Mazeyrat-d'Allier

Samedi 17 octobre

Tout public

Payant* - Sur inscription

18h

Auditorium - Conservatoire,
32 rue du 86e RI, 43000 Le Puy-en-Velay

Spectacle « Poussières d'étoiles »

Le spectacle que vous irez voir sera présenté par des personnes qui vivent parfois de grandes difficultés, physiques, psychiques... Ces personnes s'investissent tout au long de l'année dans des ateliers artistiques hebdomadaires, encadrés par des artistes professionnels, au sein du projet porté par l'association DIS-MOI.

**10€ (5€ pour les adhérents)*

projetdismoi@gmail.com Tél. 07 57 08 55 56	Association DIS-MOI

+ d'infos !

Mercredi 28 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

09h30 > 12:00 ; 15h > 18h30

Bibliothèque de Vergongheon,
19 Rue Marcel Ustachon,
43360 Vergongheon

Lecture d'ouvrages portant sur la santé mentale des enfants, présentation du kamishibaï « *Le jardin du dedans* »

Lecture d'ouvrages portant sur la santé mentale des enfants. Présentation du kamishibaï, « Le jardin du dedans » : Ce kit pédagogique s'adresse aux enfants de 8 à 11 ans. Il comprend des conseils pour les adultes qui souhaitent parler de santé mentale avec les enfants. L'histoire s'articule autour de 4 grand thèmes : la santé mentale - éléments de compréhension, les mouvements et les influences de la santé mentale, les déséquilibres de la santé mentale et le poids du tabou, aller mieux - se soigner et s'entraider

lecture@auzoncommunaute.fr Tél. 04 73 54 24 37 + d'infos !	Médiation culturelle d'Auzon communauté Médiathèque de Ste Florine CLSM du PETR du pays de Lafayette

Vendredi 30 octobre

Tout public

Gratuit - Sans inscription

18h30

Avenue de la gare,
Lempdes-sur-Allagnon

Conférence portant sur les bienfaits du sport sur la santé mentale

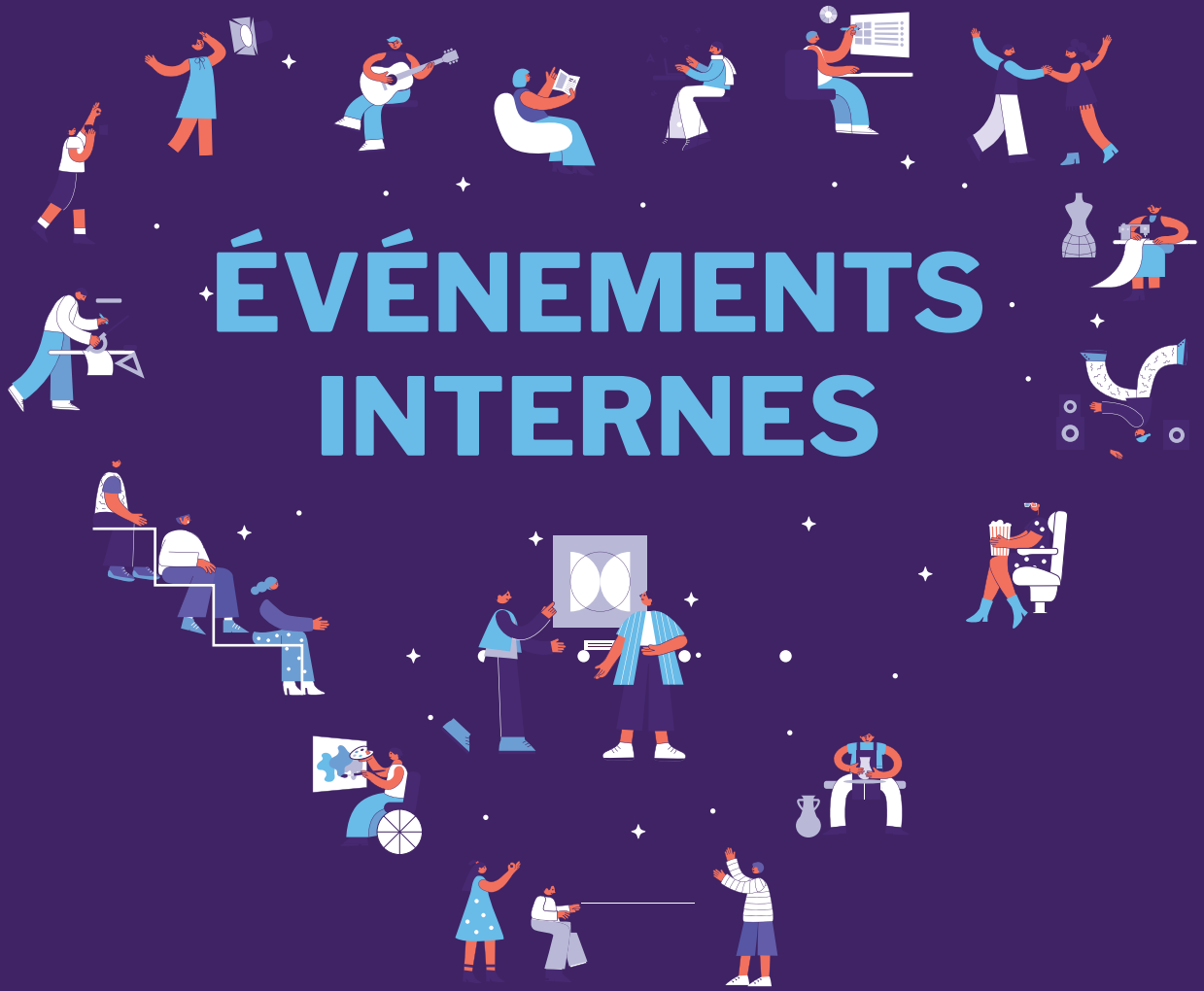
Conférence animée par M. Simon Pointud, Chargé d'accompagnement / Coordonnateur DAHLIR Santé (Dispositif d'Accompagnement du Handicap vers des Loisirs Intégrés et Réguliers), DAPAP (Dispositif d'accompagnement vers la pratique d'activité physique).

lecture@auzoncommunaute.fr
Tél. 04 73 54 02 28

+ d'infos !

Réseau des bibliothèques de la Communauté de communes d'Auzon communauté
Bibliothèque de Lempdes-sur-Allagnon
CLSM du PETR du pays de Lafayette

ÉVÉNEMENTS INTERNES



Du 5 au 18 octobre

Lycée Simone Weil, Le Puy-en-Velay

Lycéens et personnel

Bibliothérapie

Mise à disposition d'une bibliographie orientée « santé mentale, bien-être ».

Proposé par le Lycée Simone Weil

Du 5 au 18 octobre

Lycée Simone Weil, Le Puy-en-Velay

Lycéens et personnel

Musicothérapie

Intervention d'une musicothérapeute auprès des élèves. Ateliers musicaux ciblés « santé mentale » en option musique.

Proposé par le Lycée Simone Weil

Du 5 au 18 octobre

Lycée Simone Weil, Le Puy-en-Velay

Lycéens et personnel

Atelier d'écriture

Les élèves de HLP (Humanité Littérature Philosophie) vont organiser et participer à des ateliers d'écriture, incitant à exprimer leurs émotions, ressentis, sensibilités.

Proposé par le Lycée Simone Weil

Du 5 au 18 octobre

Lycée Simone Weil, Le Puy-en-Velay

Lycéens et personnel

Salle Snoezelen « Bulle zen »

Participe à la promotion de la santé mentale en offrant un environnement propice au ressourcement, à l'expression des émotions et à l'inclusion (ex : élèves porteurs de TSA).

Proposé par le Lycée Simone Weil

Du 5 au 28 octobre

Etablissements médicosociaux et EHPADS du territoire du Pays de Lafayette

Publics vulnérables (séniors et personnes souffrant de troubles psychiques)

L'art en lumière en jardin

Ces ateliers vont permettre à leurs bénéficiaires de mêler des décors naturels, des tissus et autres matériaux, autour des œuvres La Polynésie et la mer d'Henry Matisse, et de l'œuvre de Cécilia Paredes, incrustant les images de corps au milieu d'éléments naturels. Ces actions permettront de travailler en hortithérapie, la détente, la régulation émotionnelle, l'imaginaire, le sentiment de bien-être, le lien au vivant et à son environnement.

Proposé par la l'Association Le chant de l'Ourse / CLSM du PETR du pays de Lafayette, le Doyenné - Espace d'art moderne et contemporain

Des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur.

Mercredi 30 septembre

Brives Charensac

Les personnels de l'Education Nationale

Ateliers « Santé mentale et outils pédagogiques »

Présentation d'outils pédagogiques pouvant être mis en œuvre auprès des élèves.

Proposé par la MGEN et Promotion Santé

Mardi 6 octobre

Lycée Simone Weil, Le Puy-en-Velay

Élèves du Lycée Simone Weil

Arthérapie , présentation et l'exposition " Là où d'autres ont échoué »

Les tableaux réalisés sont faits par des jeunes délinquants en situation d'enfermement par contrainte judiciaire. L'objectif est que ces jeunes, âgés de 15 à 18 ans, puissent s'exprimer différemment de leur façon habituelle (violences verbales et/ou physiques, subies ou portées).

Proposé par le Lycée Simone Weil Le Puy-en Velay

Jeudi 8 octobre

Maison Pour Tous, Brives Charensac

Scolaires

Intervention de la compagnie « La belle histoire » à destination des scolaires

Présentation autour de l'adolescence et des missions proposées par la Maison des ados.

Proposé par la Maison des adolescents et la MGEN

Vendredi 9 octobre

Lycée Simone Weil, Le Puy-en-Velay

Lycéens

Escape Game "Dans la tête d'Amélie"

Activité destinée aux 15-25 ans, leur permettant d'apprendre à reconnaître les signes de mal-être et identifier les ressources locales.

Proposé par le Lycée Simone Weil et la CPAM43

Mercredi 14 octobre

Mission Locale Jeune Loire et ses rivières (Yssingeaux)

Jeunes accompagnés par la Mission Locale

Escape Game "Dans la tête d'Amélie"

Activité destinée aux 15-25 ans, leur permettant d'apprendre à reconnaître les signes de mal-être et identifier les ressources locales.

Mission Locale Jeune Loire et ses rivières / CPAM463

Mercredi 14 octobre

Paulhaguet

Professionnels agissant auprès des 0-6 ans sur le territoire du Pays de Lafayette

Formation « Bien-être et rythmes de vie des 0-6 ans : concept et ressources »

Cette formation permet donc d'aborder les rythmes de vie du jeune enfant et les leviers pour agir.

Proposé par le CLSM du PETR Lafayette, Promotion Santé ARA 43

Jeudi 15 octobre

Mission locale du velay

Public de la Mission Locale

Initiation à la poterie

Dans une ambiance conviviale et bienveillante, chacun avance à son rythme et repart avec sa création. Un moment pour créer, échanger et prendre soin de sa santé mentale autrement.

Proposé par la Mission locale du velay

MERCI !

Merci à toutes et tous pour votre mobilisation !

L'équipe organisatrice des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) tient à exprimer sa profonde gratitude à l'ensemble des acteurs mobilisés en amont et tout au long de ces deux semaines.

Un remerciement tout particulier aux intervenant.e.s, professionnel.le.s et artistes qui mettent au profit des SISM leurs énergies, leurs compétences et leurs œuvres. Leur engagement et leur créativité contribuent à la richesse de cette édition.

Les nombreuses initiatives portées collectivement montrent combien l'art est un formidable vecteur de bien-être, de résilience, d'expression et de lien social. Elles témoignent de la force du collectif lorsqu'il s'agit de faire évoluer les représentations, de lutter contre les préjugés, et de faire connaître les ressources d'accompagnement de proximité.

Merci également au public qui répondra présent à ces différents rendez-vous et contribuera, par sa participation et ses échanges, à faire vivre cette belle dynamique territoriale autour de la santé mentale.

Ensemble, continuons à ouvrir les regards, à créer du lien et à faire de la santé mentale l'affaire de toutes et tous.

Partenaires & membres du collectif SISM 43

Notes (mes événements à ne pas manquer)

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux arts

Semaines d'information
sur la santé mentale