37e ÉDITION

Sism

Semaines d'information sur la santé mentale



www.semaines-sante-mentale.fr

PROGRAMME

PUY-DE-DOME

Communiqué de presse
Septembre 2026

Objet : Programmation des Semaines d'information sur la Santé Mentale (SISM)

La 37e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale se déroulera du 05 au 18 octobre 2026 sur l'ensemble du Puy de Dôme

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) reviennent cette année autour d'un thème qui met en lumière les liens étroits entre création artistique et santé mentale :

« POUR NOTRE SANTÉ MENTALE, OUVRONS-NOUS AUX ARTS »

Du 5 au 18 octobre, des collectifs locaux s'unissent pour offrir un programme d'activités riche et diversifié dans tout le département.

Le saviez-vous ?

Les activités artistiques ont des effets positifs sur la santé mentale, physique et sociale. D'après l'Organisation mondiale de la Santé, les bienfaits des arts existent que l'on soit artiste, amateur, ou simple spectateur. Pratiquer, créer, écouter, regarder ou partager une expérience artistique permet notamment de réduire le stress, renforcer les liens sociaux, prévenir l'isolement et soutenir le rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques.

À l'occasion de cette 37e édition, temps fort de la *Grande cause nationale – Parlons santé mentale*, nous célébrons l'importance de l'art comme levier complémentaire de prévention, de soin et de promotion du bien-être individuel et collectif. Animations collectives, jeux, expositions, ciné-débats… autant d'occasions pour **échanger sur le bien-être mental, mais aussi pour découvrir les lieux, les ressources et les structures qui peuvent apporter écoute, soutien et information de proximité.**

Découvrez l'ensemble des intervenants et les lieux où se déroulent les actions via ce lien ou via le flash code ci-dessous.

Membres inter-collectif : Association Hospitalière Sainte Marie, Centre Hospitalier Universitaire de Clermont-Ferrand, CLS des Combrailles, CLS de l'Agglo Pays d'Issoire, CLS Plaine-Limagne, CLS de Thiers-Ambert-Billom, CLS du Grand Sancy, CLS de Riom Limagne et Volcans, CLS Mond'Arverne Communauté, CLSM de la ville de Clermont-Ferrand, Atelier Santé Ville de Clermont-Ferrand du Groupe AESIO SANTE, Promotion Santé ARA, GEM des Dômes, UNAFAM, Espérance 63, DSDEN 63, CCAS de Riom, ARS, PTSM du Puy-de-Dôme.

Contact :
Gabriela SALEM DEL DEBBIO, coordinatrice du Projet Territorial de Santé Mentale du Puy-de-Dôme
gabriela.salemdeldebbio@ahsm.fr - 04 73 43 53 84 / 07 89 67 96 35

Les Mains de l'amitié.

Exposition itinérante « Les Mains de l'Amitié » : un défi créatif mené par des élèves du Puy-de-Dôme autour de l'amitié, de l'entraide et de la santé mentale.

A l'occasion des SISM 2025, l'Intercollectif du Puy-de-Dôme, en partenariat avec l'Éducation nationale et l'Enseignement catholique, a proposé aux élèves un défi créatif visant à sensibiliser les enfants à la santé mentale de manière ludique et participative.

À travers des ateliers de réflexion et de création, des élèves de CM1 à la 6e ont exploré les liens qui contribuent au bien-être mental et réalisé des œuvres autour de l'amitié et de l'entraide.

Découvrez les créations des classes participantes à travers une exposition itinérante qui circulera sur plusieurs territoires du Puy-de-Dôme pendant les SISM :

Dates et lieux d'exposition

Du 18 septembre au 1er octobre 2026	Médiathèque Jack-Ralite – Clermont-Ferrand
Du 22 au 26 septembre 2026	Médiathèque Alain-Rey – Pont-du-Château
6 octobre 2026	Forum « Fais de ta vie une œuvre d'art » – La Halle aux grains - Issoire
7 octobre 2026	Forum « L'art dans tous les sens », Esplanade des Jardins de la Culture - Riom
Du 8 au 15 octobre 2026	Collège Alexandre Varenne - Saint-Éloy-les-Mines ***(exposition à destination des élèves)***
Du 16 octobre au 6 novembre 2026	Médiathèque Paul Valaude – Courpière

Retrouvez également l'ensemble des œuvres dans la **galerie numérique du défi « Les Mains de l'Amitié »** via le lien suivant : [Galerie « Les Mains de l'Amitié »] ou en scannant le QR Code ci-dessous :

Pour toute information :
lesmainsdelamitie@gmail.com

11 TERRITOIRES



LEGENDE :

PUBLIC CONCERNÉ PAR LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

- Tout public
- S'adresse aux jeunes (-18 ans)
- A partir de 18 ans
- Réservé aux professionnels

TERRITOIRE D'
AMBERT

01 JEUDI

18h30

THÉÂTRE CITOYEN

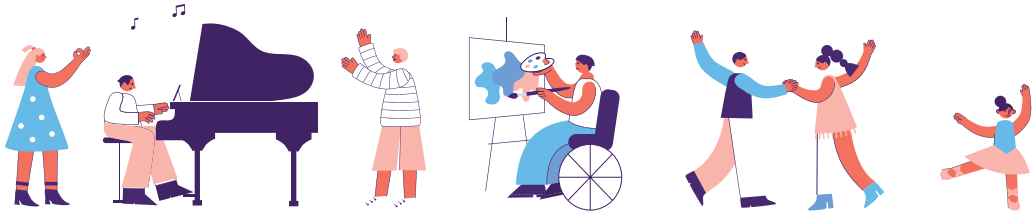
«PAS SEUL». NI HONTE NI TABOU
PARLONS DES PENSÉES SUICIDAIRES

Salle de spectacle Ambert en scène 10 rue Blaise Pascal 63600 Ambert

À travers des récits inspirés de situations de vie, des faits de société, 5 petites histoires dessinent avec délicatesse, et parfois humour les conditions particulières du mal-être, de son ressenti, jusqu'aux pensées suicidaires. Bienvenue dans ce moment de théâtre, plein de vie, qui questionne nos rapports aux autres, à l'existence. La représentation sera suivie d'un temps d'échange avec Cyril Marbois, psychologue et formateur en prévention du suicide, pour transformer les silences en dialogue. Avec la compagnie les Désaxés Théâtre. Dans le cadre du lancement du réseau local en santé mentale sur le territoire d'Ambert. Accès libre.

Inscription conseillée via le Qr Code .





06 MARDI

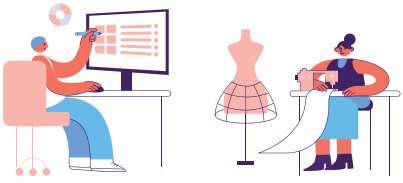
09h30

CINÉ DÉBAT

« LES RÊVES DANSANTS SUR LES PAS DE PINA BAUSCH »

Salle des fêtes d'Olliergues

En 2008, quelques mois avant sa mort, Pina Bausch décide de reprendre son célèbre spectacle Kontakthof, non plus avec sa troupe, mais avec des adolescents de 14 à 18 ans qui ne sont jamais montés sur scène et n'ont jamais dansé. Ce documentaire raconte leur histoire... Séance inscrite dans le cadre du dispositif Collège au cinéma, destinée aux élèves de 4ème et de 3ème du collège d'Olliergues (1 rue des écoles, 63880 Olliergues). La projection sera suivie d'un temps d'échanges animé par Paul-André Coumes, psychologue (CPTS Livradois-Forez), et Manon Montorier (EPE). Tarif collégiens : 2,80 € par élève, pris en charge par le collège. »



20h30

CINÉ DÉBAT

«TEHACHAPI»

Salles des fêtes de Tours sur Meymont, 4 route de Giroux, 63590 Tours-sur-Meymont

Les États-Unis représentent 4,2% de la population mondiale et 20% des détenus dans le monde. En octobre 2019, l'artiste JR obtient l'autorisation sans précédent d'intervenir dans l'une des prisons de haute sécurité les plus violentes de Californie : Tehachapi. Certains détenus y purgent des peines à perpétuité pour des crimes commis alors qu'ils n'étaient que mineurs. À travers son projet de fresque, JR rassemble les portraits et les histoires de ces hommes, offrant un regard différent sur le milieu carcéral et apportant un message d'espoir et de rédemption possible.

Pour les échanges :

Paul-André Coumes - psychologue CPTS Livradois Forez
Laure Joly - EVS Hôtel des voyageurs

Tarifs 2026 : 5.50 euros tarif plein, 3.50 tarif réduit.

07 MERCREDI

09h30

CINÉ-DÉBAT

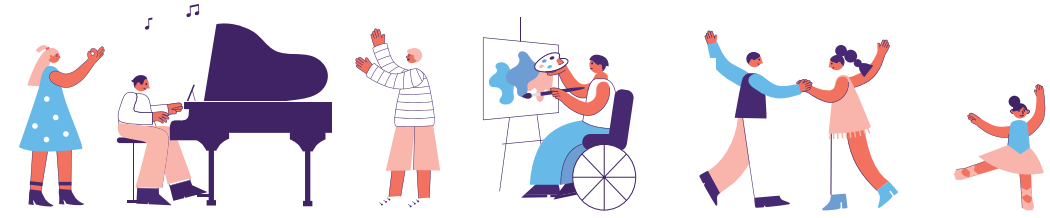
« LES RÊVES DANSANTS SUR LES PAS DE PINA BAUSCH »

Salle des fêtes de St Germain l'Herm

En 2008, Pina Bausch, quelques mois avant sa mort, décide de reprendre son fameux spectacle Kontakthof, non plus avec sa troupe, mais avec des adolescents de 14 à 18 ans qui ne sont jamais montés sur scène et n'ont jamais dansé. Ce documentaire est leur histoire... Inscrit dans le cadre de collège au cinéma.

Pour les échanges :
Laetitia Achaibi et Sandy Veyret - CMPEA Ambert
Sabine Chautard Croze - Médiation Santé Ambert

Elèves de 4ème et de 3ème du collège Gaspard des Montagnes
Les Granges 63630 St Germain l'Herm
Tarifs collégiens : 2,80 euros pris en charge par le collège.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

08 MERCREDI

09h30

SENSIBILISATION

« LES RÊVES DANSANTS SUR LES PAS DE PINA BAUSCH »

Salle des fêtes de Cunlhat

En 2008, Pina Bausch, quelques mois avant sa mort, décide de reprendre son fameux spectacle Kontakthof, non plus avec sa troupe, mais avec des adolescents de 14 à 18 ans qui ne sont jamais montés sur scène et n'ont jamais dansé. Ce documentaire est leur histoire...
Inscrit dans le cadre de collège au cinéma

Pour les échanges :
Paul-André - Coumes
psychologue CPTS Livradois Forez
Manon Montorier - EPE 63

Elèves de 4ème et de 3ème
du collège Lucien Gachon
Rue de Bourgeallat, 63590 Cunlhat
Tarifs collégiens : 2,80 euros pris en charge par le collège.

14 MERCREDI

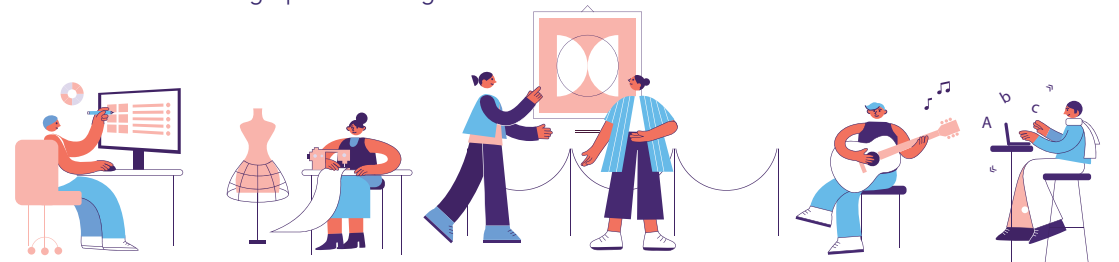
10h00-11h30 et 14h30-16h00

ATELIER

«CRÉER POUR RESSENTIR : UNE EXPÉRIENCE DU PROCESSUS CRÉATIF»

ESAT et foyers AUPERAS 5 route de Tours 63590 Cunlhat

Cet atelier propose au grand public une découverte de l'art-thérapie à travers une expérience créative accessible à tous. Sans recherche de performance ni compétence artistique particulière, les participants sont invités à explorer librement formes, couleurs et matières dans un cadre bienveillant et sécurisant. Cette proposition s'inscrit dans une démarche de sensibilisation et de prévention et ne constitue ni une thérapie ni une prise en charge de soin. (jauge de 6 personnes par atelier)
Accès libre sur inscription au 04 73 72 20 50



15 JEUDI

11h30

SPECTACLE DE MARIONNETTES

«LES QUATRAINS»

Aux Lococotiers 38 rue de Goye 63600 Ambert

Bienvenue, laissez vous guider dans le musée animé de Gisèle et Jean-Marc! Vous allez découvrir leur théâtre de papier, spécialement conçu pour vous faire entendre quelques quatrains choisis de Fernando Pessoa. Vous y trouverez des silhouettes échappées de tableaux de maîtres, de la légèreté, de la gravité, de la tendresse. Laissez-vous surprendre par cette piécette où la poésie côtoie le burlesque et l'absurde. Une petite forme de 20 minutes de théâtre de papier. Par la Trouée Compagnie. Gratuit. A partir de 6 ans.

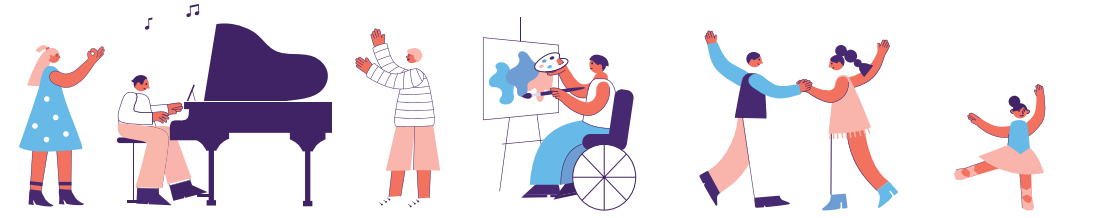
18h30

EXPOSITION

«ET NOS COULOIRS»

Aux Lococotiers, 38 rue de Goye 63600 Ambert

Suite à des ateliers artistiques de performance graphique et poétique sur les couloirs d'hôpitaux auxquels ont participé des patients du CMP d'Ambert et des soignants de juin à juillet 2026. Vernissage et présentation du livret réalisé. Gratuit.



17 SAMEDI

10h15

ATELIER

«VIENS RACONTER ET ANIMER EN MUSIQUE DES HISTOIRES»

Hôtel des Voyageur-euses 51 route de Giroux 63590 Tours sur Meymont

Animation ludique et interactive autour du Livre des instruments de musique à gratter, taper, souffler, agiter, des objets à bidouiller et actionner, une sélection de livres pop up rigolos et de livres d'aventures extraordinaires et...c'est parti : mille histoires musicales vont ainsi prendre vie... avec et pour les enfants ! (jauge de 10 enfants)
Enfant à partir de 5 ans, Accès libre sur inscription au 06 60 47 00 60

09h30-15h30

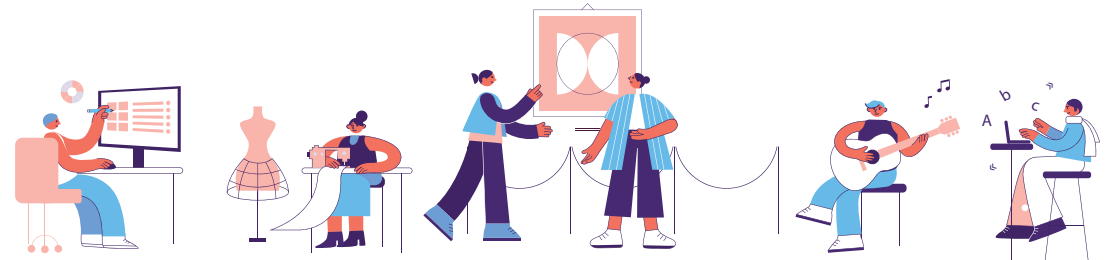
ATELIER

« LES RENCONTRES MUSICALES»

Hôtel des Voyageur-euses 51 route de Giroux 63590 Tours sur Meymont

Explorations sonores et musicales à destination des tout-petits (0-4 ans)

Venez nous rejoindre pour un voyage musical, poétique et sensible. Un temps suspendu de partage et d'écoute, au rythme des explorations sonores des enfants !
Enfants de 0 à 4 ans et au moins un accompagnant (parent, grand-parent, etc) Accès libre sur inscription au 06 60 47 00 60



Du 5 au 18 octobre (en journée)

ATELIER, GROUPE DE PAROLES

QUAND LES ARTS DEVIENNENT UN TERRAIN DE DÉCOUVERTE

Crèches d'Arlanc, de Marat, de St Anthème, RPE d'Ambert, Cunlhat

les structures petite enfance d'Ambert Livradois Forez (crèches Arlanc, Marat, St Anthème et RPE Ambert et Cunlhat) invitent les tout-petits à vivre une aventure artistique placée sous le signe de la curiosité, de la créativité et du partage. Au fil des ateliers, les enfants pourront peindre avec des glaçons, laisser les couleurs danser au rythme de la musique, explorer des parcours artistiques, se laisser porter par la musique classique ou encore partager des moments privilégiés avec les résidents de l'EHPAD. Ces expériences, adaptées à leur jeune âge, leur offrent l'occasion d'exprimer leurs émotions, de développer leur imagination, d'éveiller leurs sens et de créer des liens avec les autres. Parce que l'art permet aussi de grandir, de s'exprimer et de se sentir bien, dès la petite enfance.

Du 13 octobre au 13 novembre

EXPOSITION

CRÉER POUR RACONTER

Médiathèque de Cunlhat 4 rue St Pierre 63590

Cette exposition présente une sélection de créations réalisées par des usagers participant aux ateliers de médiation artistique des foyers de Cunlhat (AUPERAS). Dessins, peintures, collages et assemblages témoignent de parcours singuliers et de la richesse des processus créatifs. L'exposition ne vise pas à illustrer la maladie ou les difficultés vécues, mais à mettre en lumière la créativité, l'expression personnelle et la place des arts dans le mieux-être et le lien social. Les œuvres sont présentées dans le respect des personnes et de leur anonymat.

Pot de fin de l'exposition et rencontre discussion avec Nathalie Vivier, art-thérapeute au sein des foyers d'adultes de Cunlhat le 13 novembre de 17h à 18h30 (préparé et servi par des résidents du foyer)

RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

07 & 14

en journée

ATELIER

JE CRÉER POUR MA SANTÉ MENTALE

Centres de loisirs de St Germain l'Herm, de Marat, d'Eglisolles et de Cunlhat

Sensibilisation des enfants à la santé mentale à travers la création artistique dans plusieurs villes !

St Germain : « un jour un art » activités créatives

Marat : « arbre à fables » (illustrations, calligraphie, enluminures)

Eglisolles : activités land art

Cunlhat : activités arts plastiques

Pour les Enfants accueillis en ALSH

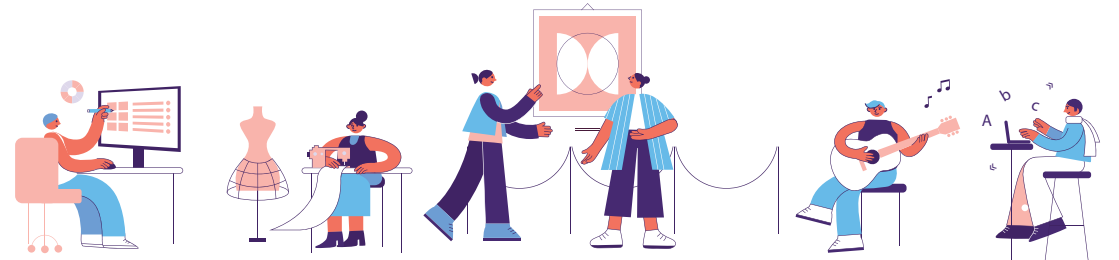
Du 2 septembre au 14 octobre (aux horaires d'ouverture)

EXPOSITION

SORTIR DE SA BULLE

Médiathèque de Cunlhat 4 rue St Pierre 63590

Le groupe photo du Centre Médico-Psychologique d'Ambert vous invite à découvrir son exposition « Sortir de sa bulle ». À travers leurs regards et leurs images, les participants invitent le public à explorer une exposition sensible et créative, reflet de parcours et d'émotions. Gratuit et en accès libre.



PROGR

Du 2 au 14 octobre (horaires d'ouverture de la maison de santé)

EXPOSITION

SANTÉ MENTALE TOUS ET TOUTES CONCERNÉS PROMOTION SANTÉ

Maison de santé 1 rue des noisetiers 63590 Cunlhat

Exposition de photographies pour lutter contre les idées reçues sur la santé mentale. Gratuit

---

Du 2 au 30 octobre (horaires d'ouverture de la maison de santé)

EXPOSITION

SANTÉ MENTALE TOUS ET TOUTES CONCERNÉS PROMOTION SANTÉ

Maison de santé Philippe l'Héritier 3 place Simone Veil 63600 Ambert

Exposition de photographies pour lutter contre les idées reçues sur la santé mentale. Gratuit

---

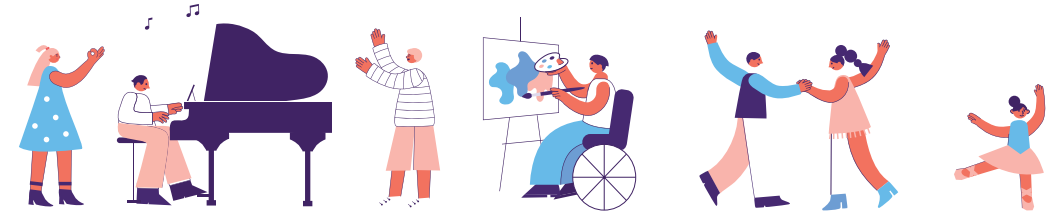
Du 15 au 30 octobre (horaires d'ouverture de la mairie)

ATELIER

D AUTRES CLICHES SUR LA SANTE MENTALE

Mairie, 7 place de la Mairie, 63880 Olliergues

Exposition de photographies pour lutter contre les idées reçues sur la santé mentale. Accès libre et gratuit.



Semaines d'information sur la santé mentale

14 & 15 & 16

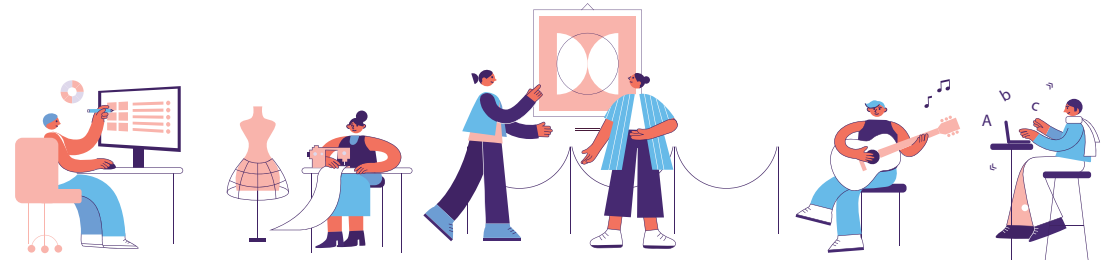
17h30 - 19h30

ATELIER

CRÉER EN DIALOGUANT AVEC NOTRE INCONSCIENT

Hôtel des Voyageur-euses 51 route de Giroux 63590 Tours sur Meymont

L'inconscient s'exprime à travers de nombreux supports.
Venez découvrir l'écriture automatique et le photolangage, deux outils permettant de lever les barrières de l'inconscient, et d'insuffler une inspiration artistique personnelle.
Mercredi : l'écriture automatique.
Jeudi : le photolangage
Vendredi : mélange des deux pratiques pour impulser un projet créatif.
Tout public à partir de 16 ans. Sur inscription à hdvprog@posteo.net
Prix libre à partir de 5€ pour les 3 ateliers.



Du 5 au 30 octobre

(aux horaires d'ouverture des Maisons de Services au Public)

EXPOSITION

REG'ARTS

du 5 au 9 Octobre à France Services Cunlhat

du 12 au 16 Octobre à France Services Arlanc

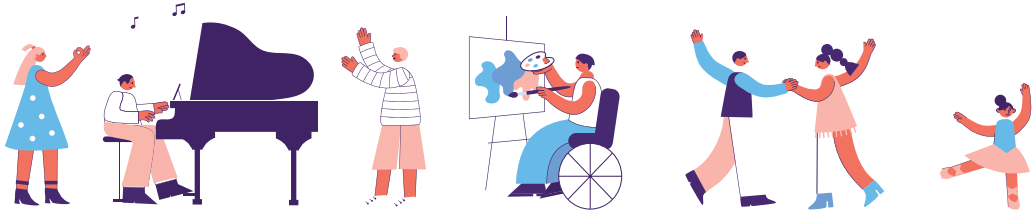
du 19 au 23 Octobre à France Services Olliergues

du 26 au 30 Octobre à France Services Viverols

La ville à travers l'œil des aînés. Photos prises en juin, juillet, août lors de promenades à travers la ville. Atelier d'écriture, création des légendes. Création d'un livret rassemblant les photos.

Vernissage le lundi 5 octobre à 16h à Frances Services Cunlhat.

Tout public, accès libre.



Du 5 au 18 octobre (Avant chaque projection de Ciné Parc dans le cadre des SISM)

CRÉATION DE 2 VIDÉOS

«LES BELLES AVENTURES DE RUMI ET DE SES AMIS»ET«LA METAMORPHOSE DE L AMOUR»

Collèges de Cunlhat, St Germain l'Herm, Olliergues,
Salle des fêtes de Tours sur Meymont

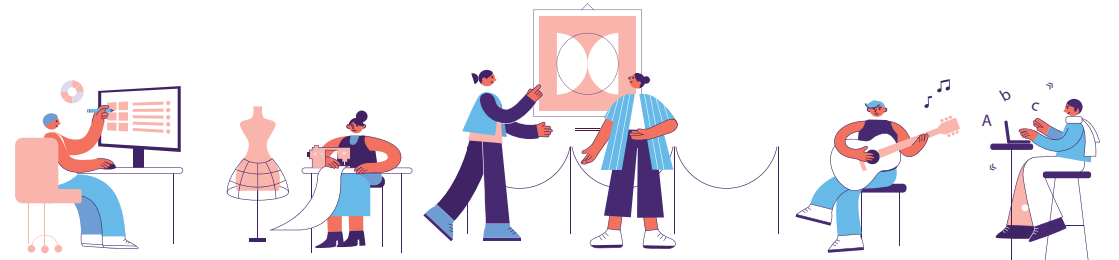
«Les belles aventures de Rumi et de ses amis»

Découvrez le projet vidéo réalisé par les enfants de l'atelier conte du CMPEA d'Ambert ! Ils ont entièrement inventé l'histoire, fabriqué les marionnettes, puis joué les scènes devant la caméra avant d'enregistrer leurs propres voix pour le doublage. Plongez dans leurs aventures captivantes mêlant deux sœurs, un sorcier maléfique, des licornes et des dragons.

«La métamorphose de l'amour»

« Place à la création des ados avec cette seconde vidéo, qui mêle habilement sculpture sur argile et animation façon flipbook. À travers ce travail minutieux de montage, les jeunes nous livrent une réflexion touchante sur le temps qui passe et le renouveau. »

Présentation d'une ou deux vidéos lors des SISM et lors des projections de Ciné Parc.



TERRITOIRE DE BILLOM

PROGRAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

08&09

9h00-12h et 13h00-16h00

ATELIER

«CRÉONS ENSEMBLE»

Salle du Moulin de l'Etang avenue de la République 63160 BILLOM

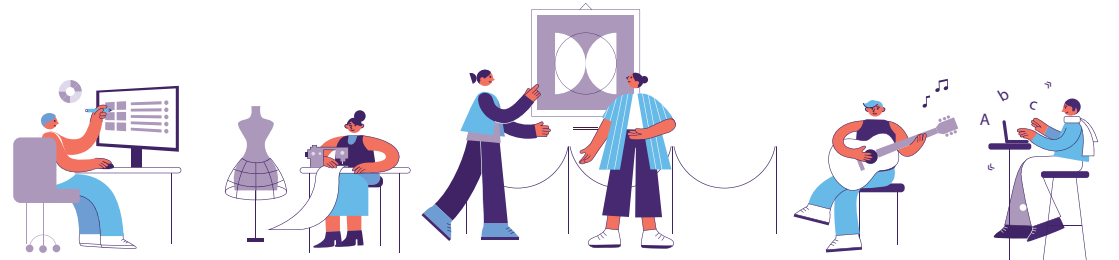
5 ateliers de créations artistiques Chaque atelier est composé de 3 séances de 2 à 3 heures en fonction des artistes :

1. Le journal créatif - Marine Larnaud (Régie de Territoire)

Sur un carnet composé de feuille blanche épaisse (l'encre ne doit pas transpercer), réaliser chaque jour une création artistique. Différentes techniques d'art peuvent être utilisées : Ecriture, peinture, collage, croquis... pour exprimer sont ressenti, une envie, un besoin, une frustration ou une colère... Le journal créatif peut être considéré comme un carnet d'expérimentation où le plus important est le processus de création et non pas le résultat ! C'est un outil qui invite à suivre notre intuition et permet d'évacuer nos émotions, libérer les tensions liées aux responsabilité quotidiennes. Le journal créatif se bâtit dans le temps, il devient un rituel, +/- 10 minutes par jours, Le matin pour déverrouiller la tête, le soir pour capturer la journée et le week-end pour explorer une technique. Gardez vos pages imparfaites. L'important, c'est la trace. (jauge de 10 personnes)

2. Musique assistée par ordinateur – David Frimas

On part de samples (échantillons) de sons enregistrés sur le moment et sur un ou des thèmes choisis par les participants. Des bruits concrets (grincements de mobilier, bruits de bouches...) des mots, des phrases, des chants en chorale, bref, tout ce qu'on veut / sent.



Ces samples sont ensuite organisés sur un grand clavier avec lequel on peut jouer tous ces objets sonores. Une ou deux boîtes à rythmes et autres synthétiseurs sont là pour faire groover tout ce petit monde. En parallèle, des petites caméras manipulées par les participants seront présentes pour capter des intentions, actions, des visages, paysages, bref, de l'expression libre mêlée à de probables larsens (feedback) vidéo. Un court montage nous permettra de présenter une œuvre, un instantané en forme de petit court métrage témoignant de nos jeux et improvisations collectives.

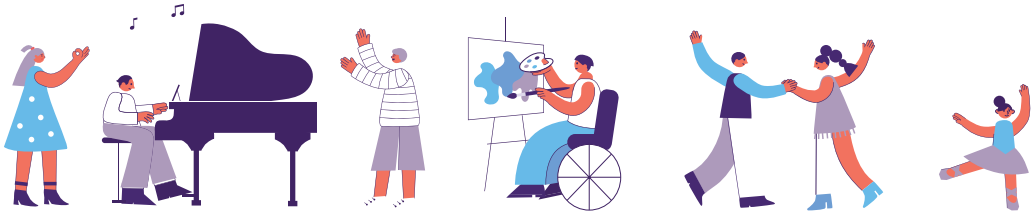
3. Création textile – Léa Décants

Il existe des lieux dans ce monde où les personnalités de nos vies quotidiennes sont portées en protectrices, presque en figure divine. Il en est ainsi à Naples, par exemple, avec l'ancien footballeur Maradonna. Véritable emblème de la ville, au même titre que la madonne et d'autres saints. Parfois aussi des figures animales, des symboles géométriques viennent orner les blasons de lieux... Au cours de ces quelques rendez-vous, on se proposera d'aller chercher dans nos mythologies intimes pour fabriquer des talismans. Poupées, étendards, ex votos, capes de protection... le textile nous permettra de matérialiser nos autoproclamé.es saintes patronnes et saints patrons. Les auspices et les élans que l'on se souhaite. Pour se fabriquer un petit autel rien qu'à soi en toute légèreté.

4. Danse – Léna Guicquéro

Découvrez le swing, un ensemble de danses afro-américaines nées dans les années 30 qui mettent à l'honneur la joie, l'improvisation et le partage. Pas de prérequis nécessaires en danse, apportez des chaussures confortables et votre bonne humeur !

Sur inscription à la maison du Quai par l'intermédiaire d'un travailleur social.



09 VENDREDI

09h30 -11h30

ATELIER

«CRÉONS ENSEMBLE!»

Médiathèque de Billom 1 rue Antoine Dischamps 63160 Billom

5. Atelier de collage intuitif. Être dans l'acte de faire : découper, déchirer, juxtaposer, superposer... sans réfléchir « ce qui interpelle » dans l'instant.

Gratuit et sur inscription à la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé Entre Limagne et Livradois par l'intermédiaire d'un travailleur social.

18h00

ANIMATIONS

«PARTAGEONS NOS CRÉATIONS »

Salle du Moulin de l'Etang avenue de la République 63160 BILLOM

Restitution des ateliers réalisés suivi à 20h00 d'un bal trad (La fringale de Trad'). Exposition de marionnettes par la Maison du Quai. Présentation de la cartographie qui localise tous les artistes du territoire. Stand d'information sur la vie culturelle locale. Buvette au profit de l'action. Gratuit et accès libre.



12 & 13

10h30 le lundi et 14h30 le mardi

« SOYONS CURIEUX »

VISITE

Office de tourisme 13 rue Carnot 63160 Billom

Visite du cabinet de curiosités sur Blaise Pascal accompagnée par le Pays d'Art et d'Histoire de Billom Communauté. Durée 30 à 45 minutes. Sur inscription à l'office de tourisme 04 73 68 39 85 par l'intermédiaire d'un travailleur social (jauge de 9 personnes).

16 VENDREDI

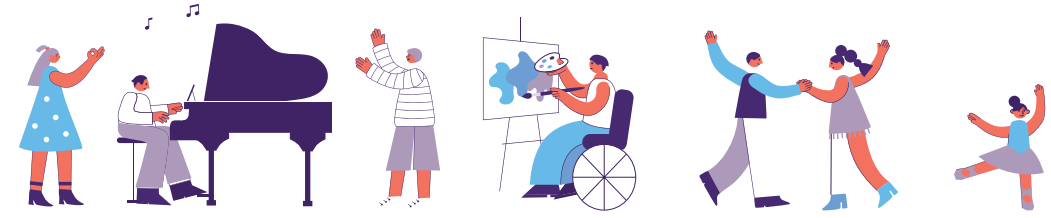
09h30 -11h30

ATELIER

«CONNEXION TERRE»

Médiathèque de Billom 1 rue Antoine Dischamps 63160 Billom

Atelier sensoriel : un temps pour ralentir ... et laisser les mains parler. Adulte sur inscription à la médiathèque 04 73 73 46 65 (jauge de 8 personnes)



14 MERCREDI

9h30-12h30 et 14h-17h

VISITES

«RENCONTRONS LES ARTISTES !»

Office de tourisme, 13 rue Carnot 63160 Billom

Visite de 5 ateliers d'arts de Billom accompagnées par le service culturel de la ville de Billom et le service culture de Billom Communauté:

9h30 - atelier de Véronique Dumarcet. Marionnettiste et directrice artistique de la compagnie « La Balançoire », elle développe des spectacles vivants autour des arts de la marionnette, principalement à destination du jeune public

10h30 - atelier du collectif des Vivaces.Collectif d'artistes pluridisciplinaires qui propose des installations et des performances à partir de matériaux végétaux et plus largement de matériaux naturels.

PAUSE DEJEUNER

14h - atelier de Ghislaine Haté. Artiste plasticienne, Ghislaine Haté utilise la peinture acrylique sur carton pour des créations qui composent un univers joyeux et fantasmagorique.

15h - atelier du Sinagot. Atelier de François-Noël Martin, collagiste installé à Billom depuis «presque toujours», qui recycle affiches et photographies en œuvres pop art ; l'Atelier du Sinagot évoque le voilier breton de ses origines.

16h - atelier de risographie de Microplanète. Microplanète est un collectif qui explore aussi bien le fanzine, que l'édition, la risographie ou encore la performance avec la même énergie. Le collectif fera découvrir ses créations graphiques et le procédé de l'impression par risographie.

FIN DES VISITES A 17H

PROGRAMME

Pour ceux qui souhaitent voir l'ensemble des ateliers prévoir un pique-nique ; des lieux de restauration sont aussi accessibles en proximité.

Accès libre sur inscription à l'office de tourisme avant le 9/10 au 04 73 68 39 85 (jauge de 9 personnes). Possibilité de s'inscrire pour le matin ou pour l'après-midi ou pour toute la journée.

ACTIVITÉ : 09H30

SCANNEZ LE QR CODE POUR EN SAVOIR

ACTIVITÉ : 10H30

SCANNEZ LE QR CODE POUR EN SAVOIR

ACTIVITÉ : 14H00

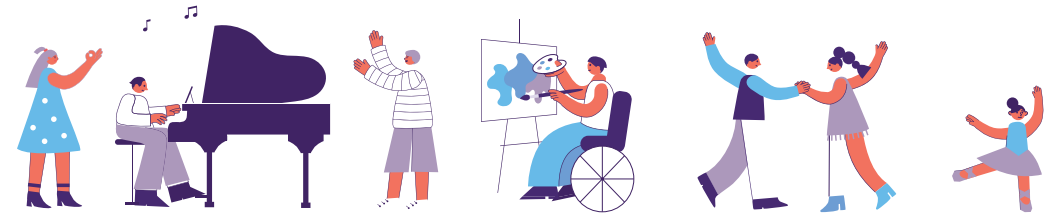
SCANNEZ LE QR CODE POUR EN SAVOIR

ACTIVITÉ : 15H00

SCANNEZ LE QR CODE POUR EN SAVOIR

ACTIVITÉ : 16H00

SCANNEZ LE QR CODE POUR EN SAVOIR



TERRITOIRE DE

CLERMONT FERRAND

PROGR

01 JEUDI

17h00 -22h00

FORUM

FORUM D'OUVERTURE DES SISM

Place de la Victoire, 63000 Clermont-Ferrand

Pour ma santé mentale «Ouvrons-nous aux arts» venez découvrir, jouer, participer au lancement de la 37e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale. Gratuit, ouvert à tous, le forum est l'occasion de s'informer, de rencontrer les ressources de la Ville et de découvrir la programmation!
Gratuit et ouvert à tous.

Au programme :
un jeu « Loup-garou » animé par Ethylot'Health, un casque de réalité virtuelle «Conduite & risques» pour vivre une immersion saisissante autour des effets de l'alcool ou du protoxyde d'azote, et un plateau radio en direct animé par Radio Campus !

03 SAMEDI

20h30

SPECTACLE THÉÂTRE

«TAILLEURS POUR DAMES» DE GEORGES FEYDEAU

Maison de la Culture, salle Boris Vian, rue Abbé de l'Epée, 63000 Clermont-Ferrand

Venez découvrir Tailleurs pour Dame de Georges Feydeau, interprété par la troupe de théâtre de l'Atelier, pour un momet de pur divertissement...et une bonne action! Tous les bénéfices seront reversés au GEM des Dômes, pour soutenir la santé mentale dans notre département. Sur réservation sur billetweb ou le jour J dans la limite des places disponibles au tarif de 10 à 15€.
Infos : gemdesdomes63@gmail.com

RÉSERVEZ VOS PLACES !

RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

05 LUNDI

13h30 -14h30

DANSE ADAPTÉE

ATELIER DANSE «SPORT ADAPTÉ»

Centre culturel Georges-Brassens, 2 rue Sévigné 63000 Clermont-Ferrand

Cours de Tango adapté ou comment reprendre soins de son corps à travers du sport adapté... version tango, avec l'association Vivo Tango (prise en charge des cours sur l'année en cas d'ALD)
Réservez au 06 66 92 34 87



06 MARDI

18h30-21h00

CINÉ-DÉBAT

«LES INTRANQUILLES» PAR JOACHIM LAFOSSE,

Ciné Pathé Capitole, 32 place de Jaude, Clermont-Ferrand

La MGEN en partenariat avec l'UNAFAM organise un ciné-débat autour du film «Les Intranquilles ».
Synopsis : « Damien, peintre réputé souffre régulièrement de troubles bipolaires. Il a déjà été traité à l'hôpital précédemment et, au cours de vacances à la mer, il se sent à nouveau « bien », trop bien aux yeux de sa femme Leïla, qui craint également pour l'équilibre de leur petit garçon Amine. Bientôt, pris d'hyperactivité, Damien ne dort plus, bouscule son entourage, agit de manière incohérente, met de la mauvaise volonté à prendre son traitement. Cependant, fiévreux et inspiré, il peint. Toile après toile. »
Prise des billets sur place.
Entrée gratuite.
La diffusion sera suivie d'un débat, avec l'intervention de Docteur Fabien BOURLOT, Psychiatre au Pôle de Psychiatrie du CHU.
Infos : puy-de-dome@unafam.org

06 MARDI

10h00

CAFÉ RENCONTRE

TEMPS D'ÉCHANGE AUTOUR D'UN CAFÉ

Centre culturel Georges-Brassens, Rue Sévigné, 63000 Clermont-Ferrand

Pour ouvrir la saison culturelle, ce premier Café culturel vous dévoilera la programmation du centre Georges-Brassens. Entre peinture, théâtre, bricolage et bien d'autres activités, chacun pourra laisser libre cours à sa créativité. Que vous soyez curieux, débutant ou passionné, cette saison vous offrira de belles occasions de découvrir, pratiquer et révéler vos talents artistiques. Pour information, centre Georges-Brassens 04 73 40 86 80

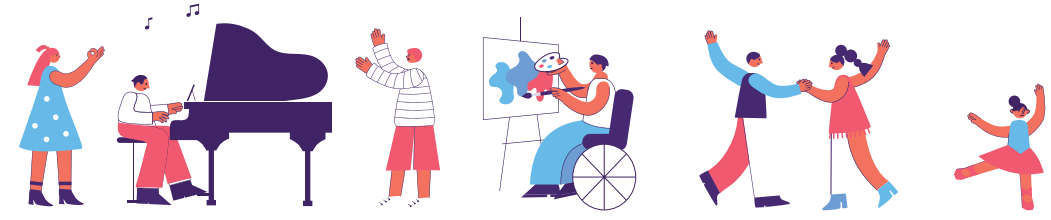
11h00 - 14h00

ATELIER

VILLAGE SANTÉ SUR LE THÈME DE LA SANTÉ MENTALE ET DU BIEN-ÊTRE

Place Vasarely, campus universitaire des cézeaux, Aubière

Journée sur le thème du bien-être à destination des étudiant.e.s de l'UCA. Plusieurs ateliers et stands sont proposés gratuitement pour permettre aux étudiant.e.s de découvrir des activités pouvant leur procurer du bien-être, du calme et de la sérénité (yoga, sophrologie, méditation, etc.).
Gratuit et ouvert à tous.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

06 MARDI

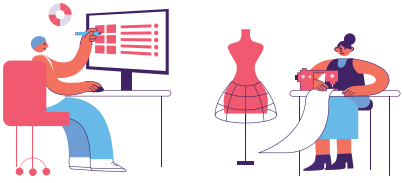
13h30 -17h puis 17h -19h

ATELIER

ATELIERS REFUGES

ZAOUM, 38 rue du Port
63000 Clermont-Fd

La proposition sera de construire une petite maquette de cabane qui viendra se greffer à l'exposition « Nid d'asile » à ZAOUM. Avec du bois, de la colle, du carton... nous fabriquerons une cabane miniature où s'abriter, se protéger, un endroit perché, à distance du réel. Chacun construira sa structure, l'aménagera et la décorera à son image. Toutes les cabanes seront ensuite placées sur la charpente de l'installation. Suivra un atelier d'écriture autour de la notion de refuge, de 17h à 19h, ouvert à tous : « fusje, refuge, le livre de l'hospitalité, asylum... ». Gratuit. Informations et inscriptions :
zaoum.tribu@gmail.com



14h00 à 16h00

SCÈNE OUVERTE D'EXPRESSIONS ARTISTIQUES

DES MOTS SUR DES MAUX

Hall du bâtiment A du pôle psychiatrie du CHU de Clermont-Ferrand

L'UNAFAM en partenariat avec le CHU et la Compagnie « Portée de Paroles » organise un spectacle dédié à la création artistique au plus près des personnes hospitalisées et de leurs proches.

Les 2 artistes de la compagnie présenteront les expressions artistiques qu'elles auront recueillies lors du forum d'ouverture de SISM et chacun dans le public sera libre de venir s'exprimer sur scène à travers une phrase, un poème, un slam, une chanson, un morceau de musique, une danse ou de le confier à exprimer par les artistes car « chacun a des choses à dire, à exprimer mais pas forcément les outils ou les occasions pour le faire».

C'est aussi pour l'UNAFAM l'occasion d'expérimenter à travers ce spectacle, une nouvelle forme de dialogue entre la personne touchée par la maladie et les proches.

Informations :
puy-de-dome@unafam.org

Gratuit et ouvert à tous : personnes concernées, proches et professionels.

07 MERCREDI

14h00-16h00

TABLE RONDE

LA CULTURE, POUR ALLER MIEUX

Maison Nelson-Mandela, La Gauthière, 33 Rue Tourrette, 63100 Clermont-Ferrand

Table ronde : regards croisés entre bénéficiaires et professionnels de santé. Comment la culture devient-elle un vecteur de lien social et d'inclusion ? À travers des expériences vécues et des témoignages, bénéficiaires et professionnels échangeront sur l'impact des projets artistiques et culturels dans le parcours de vie, le rétablissement et la participation à la vie sociale. Un moment d'échange pour découvrir le pouvoir fédérateur de l'art et de la culture. Ouvert à tous, gratuit, dans la limite des places disponibles.

14H00-16H00

ATELIER PARENTS ENFANTS

LES IMAGIERS DES PETITS ET DES GRANDS

Les Guillemets, 8 Rue Massillon, 63000 Clermont-Ferrand

Venez passer un moment convivial et créatif entre parents et enfants; création d'un imagier pour enfants. Public : parents et enfants de 18 mois à 10 ans.

Modalités d'accès : gratuit, sur inscription au 06 20 29 16 14

12h à 13h30 - 17h à 19h

PORTES OUVERTES

VENEZ DÉCOUVRIR LA MAISON DES ADOLESCENTS

80 rue Lamartine, 63000 Clermont-Ferrand

Ces portes ouvertes sont tout public et sans inscription ; les ados, jeunes adultes, familles ou professionnels pourront venir visiter et échanger avec des professionnels de la Maison des Ados.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

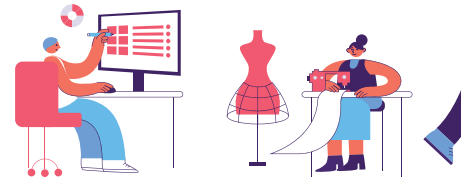
07 MERCREDI

09h30-12h00 / 13h30-15h30

BRADERIE SOLIDAIRE

Centre Hospitalier Sainte-Marie, accès par l'atelier d'Art-Thérapie du CHSM, 5 rue Antoine Menat, 63000 Clermont-Ferrand

La Petite Laine de Madeleine, vous invite à sa braderie solidaire : venez bénéficier de vêtements et accessoires à petits prix ! Merci de venir avec un sac ! Un atelier de conseil en beauté vous sera proposé (séance individuelle de 20 min environ). Celui-ci sera animé par Raquel BORY-MOTA, socio esthéticienne au sein du Centre Hospitalier Sainte-Marie Clermont-Ferrand. Gratuit et ouvert à tous. Informations au 04 73 31 15 42 ou pauline.krzesinski@ahsm.fr



14h00-16h00

ATELIER DESSIN

LAISSE PARLER TON CRAYON

Lieu Jeunesse Anatole France, Clermont-Ferrand

Comment le dessin peut-il nous aider à identifier, comprendre et exprimer nos émotions ? Venez découvrir un atelier dessin, suivi d'un temps d'échange avec Mme Tourgon, psychologue. Cet atelier est ouvert aux 12-25 ans. Sur inscription auprès de l'accueil du Lieu Jeunesse Anatole France au 04 73 40 33 44.

14h30

ATELIER

CUSTOMISATION DE CARNETS

Médiathèque Jack-Ralite Rue du Solayer, Clermont-Ferrand

Chaque participant sera guidé pour la personnalisation de son carnet. Au rendez-vous, des petites créations de toutes sortes : coloriage aux feutres, découpage, collage de papiers à motifs, carte à gratter, poésie, mini herbier sur papier musique, composition de plumes sur papier coloré et carte postale décorée aux stylos. Chacun pourra donner libre cours à sa sensibilité et à son imagination. Car il est important d'exprimer ses émotions et de les réguler pour une bonne santé mentale. Gratuit, sur inscription au 04 43 76 27 62.

PROGR

07 MERCREDI

14h00 -18h45

CONFERENCE ET DISCUSSION

COSA MENTALE : MÉDIATION ARTISTIQUE ET ARTISTES INTER-VENANTS

Maison des Sciences de l'Homme, 4 rue Ledru, Clermont-Ferrand.

Des auteurs-artistes exclus, malades, dessinent, écrivent, créent dans des hôpitaux, des foyers d'accueil. Leurs réalisations, autrefois symptômes psychiatriques, sont aujourd'hui reconnues pour leur forte authenticité : Art brut, expression singulière.

Conférences :

14h Professeur Alain Petit - ex Directeur de l'Institut de Philosophie - : L'art, seulement une thérapie ?

15h30 Professeur Valentin Biesse – Philosophe – : art, soin, médiations artistiques

17h Dr Jean-Philippe Mangeon - Psychiatre « Chercher l'art et vous aurez la thérapie »

18h Marion Arnoux – Plasticienne - Collectif d'artistes intervenants ZAOUM - à la Croix Marine : Intervention artistique, Quel « Dispositif » ?

Entrée libre, gratuite, ouvert à tous.

08 JEUDI

16h00

ATELIERS

LES ATELIERS COLLECTIFS DU 25-GISÈLE HALIMI : FAIRE DU LIEN, PRENDRE SOIN

25-Gisèle Halimi - 25, Rue Lucie et Raymond Aubrac, 63100 Clermont-Ferrand

Et si prendre soin de soi passait aussi par le collectif ? A l'occasion des Semaines de la santé mentale, le 25·Gisèle Halimi vous invite à un goûter discussion autour de ses ateliers bien-être, sportifs et artistiques. Des espaces de répit pour créer, bouger, échanger et (re) prendre confiance à son rythme. Sans visée thérapeutique, ces ateliers participent pourtant à l'essentiel : rompre l'isolement, se retrouver, respirer. Ouvert à toutes et tous sans inscription.



08 JEUDI

à partir de 19h00

AFTERWORK

NOLO'NIGHT : AFTERWORK FESTIF

Le Fotomat, 65 Bd Cote Blatin, 63000 Clermont-Ferrand

Une soirée pour faire la fête et se rencontrer autrement.

Au programme : DJ set, échanges, convivialité, bonne humeur, et informations sur la santé mentale, dans un cadre bienveillant où chacun peut trouver sa place. Cette soirée Nolo met à l'honneur une autre façon de faire la fête, en proposant une sélection de boissons sans alcool ou à faible teneur en alcool. L'objectif est de favoriser des moments de partage, de découverte et de convivialité, accessibles à tous, sans que l'alcool soit au cœur de l'événement.



Public ciblé : Personnes accompagnées par les secteurs sanitaire, social et médico-social, professionnels, étudiants ainsi que grand public, cette soirée est une invitation à faire tomber les préjugés, créer du lien et promouvoir une vision positive de la santé mentale.

Entrée + une consommation Nolo : 10€ (prévente en ligne 8€)

RÉSERVEZ VOS PLACES !

09 VENDREDI

10h00 - 11h15

ATELIER

SPORT ADAPTÉ

Centre Camille-Claudel, 3 rue Maréchal joffre, 63000 Clermont-Ferrand

Cours de Tango adapté ou comment reprendre soins de son corps à travers du sport adapté... version tango, avec l'association Vivo Tango (prise en charge des cours sur l'année en cas d'ALD).
Réserver au 06 66 92 34 87

18h00

DANSE

LES INVISIBLES

Foyer de la Comédie de Clermont-Ferrand, 69 Bd François Mitterrand, 63000 Clermont-Ferrand

Adaptation dansée de la pièce Les Invisibles, proposée par Stéphanie Jardin de la compagnie Soon. Ce travail est l'aboutissement d'une année de médiation autour de la danse menée avec les personnes concernées, les professionnels des Établissements Sainte-Marie Puy-de-Dôme - Allier et la chorégraphe. Informations et inscriptions : culture.cfd@ahsm.fr

10 SAMEDI

10h30

SPECTACLE

«Ô» POÈME À DANSER

Médiathèque Jack-Ralite
Rue du Solayer, Clermont-Ferrand

La compagnie «Comme un Pinson» présentera son spectacle «Ô», un moment de danse et de poésie sonore, pour parents et enfants de 18 mois jusqu'à 5 ans.. Gratuit, sur inscription au 04 43 76 27 62.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

10 SAMEDI

16h00

PROJECTION DÉBAT

BRICOLEURS DE PARADIS EN PRÉSENCE DE RÉMY RICORDEAU ET DU GEM

Médiathèque Jack-Ralite Rue du Solayer, Clermont-Ferrand

Nous recevrons Rémy Ricordeau, réalisateur de «Bricoleurs de paradis». Ce documentaire nous emmène à la rencontre d'Arthur, André, Michel, Concetta, et beaucoup d'autres, qui consacrent leur temps à s'occuper de leur jardin et à décorer leur maison. Mais à la différence de la plupart, eux les transforment, pour s'ériger des royaumes fantastiques et les peupler de créatures bariolées. A l'issue de la projection du film, nous pourrons échanger avec Monsieur Ricordeau et les membres du Groupe d'Entraide Mutuelle du Puy de Dôme sur notre rapport à l'art. Sur inscription au 04 43 76 27 62. Tout public.



12 LUNDI

14h00 à 16h00

CAFE DES PARENTS

JE N'EN PEUX PLUS ... LE BURN OUT PARENTAL

Maison Wangari Maathai, 13 rue Adrien Mabrut 63000 Clermont-Ferrand

Le burn out ou l'épuisement parental fait partie des expressions de malaise fréquent des parents de notre époque contemporaine.

Qu'est-ce que le burn out parental, peut-on prévenir et éviter l'épuisement? où et comment me faire aider?... Partageons nos expériences parentales !

Public : tout parent

Modalités d'accès : gratuit, sur inscription au 06 20 29 16 14



PROGR

13 MARDI

13h30 - 14h30

ATELIER DANSE

SPORT ADAPTÉ

Centre culturel Georges-Brassens, 2 rue Sévigné 63000 Clermont-Ferrand

Cours de Tango adapté ou comment reprendre soins de son corps à travers du sport adapté...version tango, avec l'association Vivo Tango (prise en charge des cours sur l'année en cas d'ALD)

Réserver au 06 66 92 34 87

accueil à partir de 9H00

CONFERENCE

CHANGER DE REGARD SUR LES ADDICTIONS ET LA SANTÉ MENTALE : DU RÉTABLISSEMENT À L'EMPLOI

Le PIC, 34 rue du Clos Four, 63100 Clermont-Ferrand

Organisation d' une journée de rencontres réunissant bénéficiaires, employeurs, partenaires et financeurs.

Cette journée a pour ambition de « changer le regard porté sur la santé mentale », de valoriser les compétences des personnes accompagnées et de favoriser les échanges autour de l'emploi, de l'insertion et du rétablissement.

Parce qu'un parcours ne se résume pas à ses difficultés, cet événement donnera la parole à celles et ceux qui construisent aujourd'hui leur avenir professionnel.

DÉCOUVREZ LE PROGRAMME



14 MERCREDI

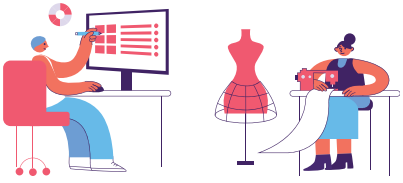
10h15 et 11h00

ATELIER

MATIÈRES PREMIÈRES: LA MATÉRIAUTHÈQUE DES BÉBÉS

Médiathèque Jack-Ralite, Rue du Solayer, 63100 Clermont-Ferrand

Un dispositif interactif d'Élise Gabriel, designer. Accompagné d'une création sonore de Yoann Sanson, musicien. Matières premières propose un voyage dans le monde de l'objet: objet connu, objet réel mais pas encore manipulé, objet sonore, autant de prétextes à découvrir ou redécouvrir ce qui compose notre quotidien. Le dispositif d'Élise Gabriel nous amène dans une exploration nouvelle des matériaux qui constituent ces objets. Une création musicale originale de Yoann Sanson nous plonge dans une matière sonore à écouter. Une production Mille Forme Clermont-Ferrand. Gratuit et sur inscription au 04 43 76 27 62.



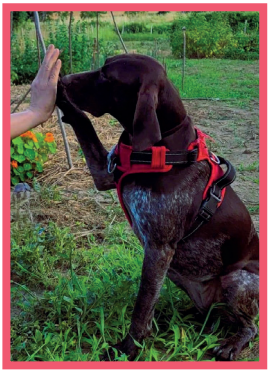
14h,14h25,14h50,15h15,16h10,16h35

ATELIER

LECTURES AVEC HÉRA, CHIEN MÉDIATEUR

Médiathèque Jack-Ralite, Rue du Solayer,63100 Clermont-Ferrand

Venez écouter les belles histoires de Nathalie, bibliothécaire, en présence d'Héra, chien-médiateur au bassin de lecture Nord.
Gratuit et sur inscription au 04 43 76 27 62.
Dès 4 ans.



15h30

MUSIQUE

VISITE DES STUDIOS IMAGO C2N

Médiathèque Jack-Ralite
Rue du Solayer, Clermont-Ferrand

Venez visiter les studios de répétition d'Imago C2N ainsi que l'espace musique de la médiathèque. Visite gratuite. Sur inscription au 04 43 76 27 62

14 MERCREDI

14h00

HOLLYWOOD ESCAPE GAME

Lieu Jeunesse Anatole France, 154 Rue Anatole France, 63000 Clermont-Ferrand

Prêts à entrer dans la tête de Tiago? Tiago a 24 ans et une opportunité incroyable s'offre enfin à lui : un tournage qui pourrait bien changer sa vie... Mais avant cela, il va devoir faire des choix importants. Ça paraît simple ! Pourtant, dans sa tête, les pensées s'enchaînent, les doutes s'installent et les émotions prennent parfois toute la place... À vous de plonger dans son esprit, de relever les défis et de l'aider à y voir plus clair !

Gratuit, dans la limite des places disponibles, sur inscription au 04 73 40 33 44

16h00 - 17h00

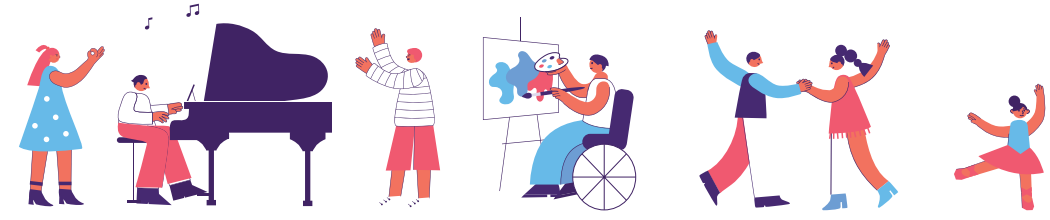
ATELIER

PHILO'ENFANTS : LE JARDIN DU DEDANS

Médiathèque Jacques-Prévert, parc de la mairie 63370 Lempdes

Un goûter philo pour enfants afin d'apprendre à se questionner sur le monde, développer sa pensée et écouter celle des autres. Un atelier pour échanger en toute bienveillance grâce au Jardin du dedans. La question philo du jour : La santé mentale, c'est quoi ?

Gratuit et sur inscription au 04 43 76 27 62. Atelier ouvert aux 8/12 ans uniquement.



15 JEUDI

13h30 à 16h30

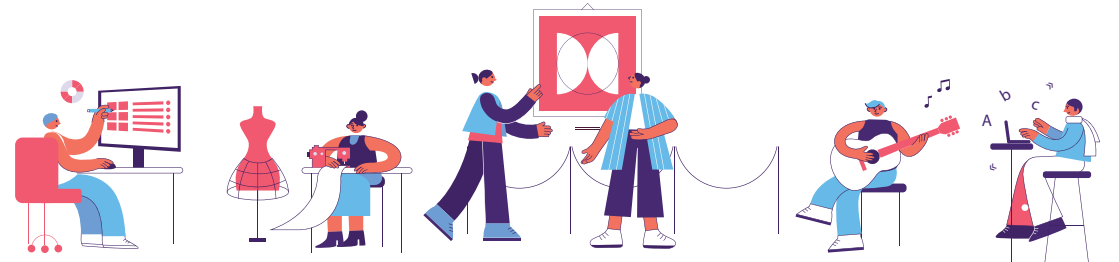
PORTES OUVERTES

DÉCOUVRIR LE RÉTABLISSEMENT EN ADDICTOLOGIE À TRAVERS LES MÉDIATIONS ARTISTIQUES

Hôpital de jour d'addictologie (Service d'addictologie et pathologies duelles, Bâtiment de psychiatrie B, CHU de Clermont-Ferrand, 58 rue Montalembert, 63000, Clermont-Ferrand / Accès par l'entrée spécifique de l'HDJA

L'hôpital de jour d'addictologie du CHU de Clermont-Ferrand propose une rencontre autour des médiations artistiques et thérapeutiques qui accompagnent les parcours de rétablissement. À travers une exposition photographique, des créations réalisées en atelier, la cuisine thérapeutique et différents supports d'expression, les participants pourront découvrir autrement le quotidien de l'unité et les ressources mobilisées par les personnes accompagnées.

Gratuit. Professionnels de santé et du médico-social, administratifs, usagers et personnes concernées, grand public.



13 & 14 & 15

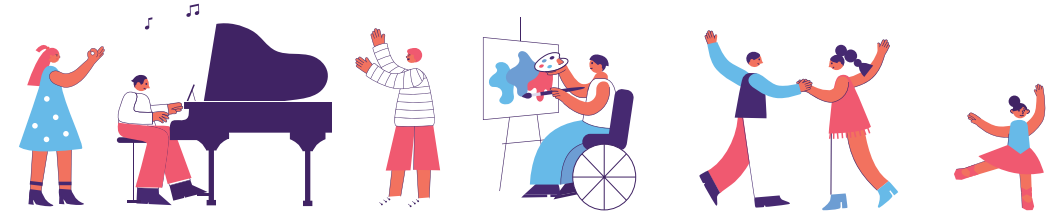
TIPS HOME

FORUM POUR ME SENTIR BIEN CHEZ MOI

Du 13 au 15 octobre, la CLCV 63 et le Crous Clermont Auvergne proposeront 3 forums dans 3 résidences universitaires pour donner aux étudiants des astuces pour bien vivre dans leur logement. Au programme : atelier sport en intérieur, loisirs créatifs, semis et bombes à graines, yoga... en présence de Marie Brébion, architecte et décoratrice d'intérieur, qui amènera des idées déco via des simulations virtuelles.

De 17h à 20h

> **Mardi 13 octobre** - Résidence des Cézeaux - Hall Cité 1 - 35 rue Roche Genès - Aubière
> **Mercredi 14 octobre** - Résidence Lebon - Hall et Kiosque Lebon - 28 bd Cote Blatin - Clermont-Ferrand
> **Jeudi 15 octobre** - Résidence Dolet - Hall - 25 rue Etienne-Dolet - Clermont-Ferrand



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

16 VENDREDI

9h00 - 12h00

ASSEMBLEE PLENIERE

Le lieu sera communiqué après validation de l'inscription

Venez découvrir le Conseil Local de Santé Mentale de la Ville de Clermont-Ferrand. Participation sur inscription : sgrasset@ville-clermont-ferrand.fr ou au 07 61 99 54 16.

14h00-17h00

PORTES OUVERTES

IMMERSION AU GEM: DÉCOUVREZ, PARTAGEZ, SAVOUREZ!

GEM de Clermont, 38 rue des Liondards, 63000 Clermont-Ferrand

Et si on se rencontrait? Au GEM, on vous ouvre nos portes pour un après-midi 100% échanges, 100% convivial. Au programme, activités, discussion sans tabou, visite des lieux et un goûter maison. Parce que la santé mentale ça se vit aussi ensemble!

Gratuit et sur inscription au 04 73 27 67 00 ou 06 87 93 95 06 ou par mail gemclermont@gmail.com

20h00

SPECTACLE

TOUT LE MONDE N'A PAS LA CHANCE D'ÊTRE BIPOLAIRE

Café Lecture Les Augustes, 5 Rue sous les Augustins, 63000 Clermont-Ferrand

Christophe Robillard a été diagnostiqué bipolaire à 20 ans. Trente ans plus tard, il en a fait une conférence — une guitare à la main, un paperboard à côté, et deux ou trois choses à dire sur ce qu'il bricole pour agir plutôt que subir. Gratuit et ouvert à tous.

09h00-12h00 / 13h00-15h00

PORTES OUVERTES

32 Rue Camille Desmoulins, 63000 Clermont-Ferrand

Venez découvrir les ateliers du CAT-TP Madeleine GAILLARD et rencontrer ses bénéficiaires. Visites guidées toutes les 30 minutes à partir de 10h00. Gratuit et ouvert à tous. Infos : 04 73 31 15 42 ou à l'adresse mail pauline.krzesinski@ahsm.fr



PROGR

ACTIVITÉS

Les accueils de loisirs de la Direction de la Jeunesse de la Ville de Clermont-Ferrand se mobilisent pour proposer aux enfants des activités autour de la santé mentale et de l'art. Mise en place d'ateliers ludiques, créatifs en lien avec l'expression artistique pour les 5-11 ans le 07 octobre de 14h30 à 17h00.

L EXPO LES MAINS DE L'AMITIÉ

EXPOSITION

Nous vous invitions à découvrir l'exposition « Les Mains de l'Amitié ». Sensibiliser les enfants aux questions de santé mentale via un défi ludique et créatif, tel a été le défi que se sont lancé les membres de l'Intercollectif SISM Puy-de-Dôme, l'Éducation nationale et l'Enseignement catholique. À travers différents ateliers, les enfants du CM1 à la 6ème du département ont été invités à réfléchir, s'exprimer et créer une œuvre sur ce qui favorise la construction de liens, l'entraide et l'amitié. À travers cette exposition, venez découvrir le fruit de leurs réflexions !

Gratuit et ouvert à tous.

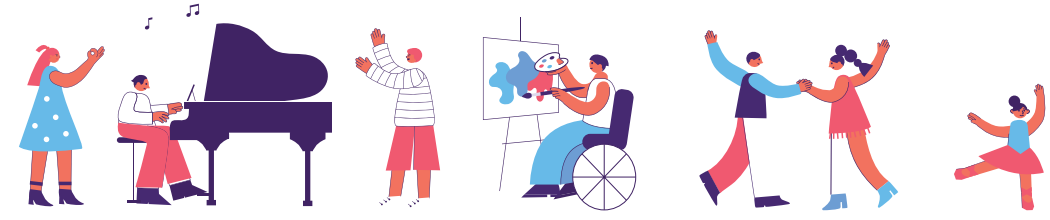
Plus d'informations : actionculturellebnord@clermontmetropole.eu

Du 18 septembre au 1 octobre (heures d'ouverture du lieu)

Médiathèque Jack-Ralite, Rue du Solayer, 63100 Clermont-Ferrand

du 22 au 26 septembre (heures d'ouverture du lieu)

Médiathèque Alain-Rey, 3 place de l'hôtel de ville 63430 Pont du Château



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

Du 18 septembre au 08 octobre

EXPOSITION : Nid d'Asile

du mardi au samedi de 15h00 à 19h00



ZAOUM, 38 rue du Port, 63000 Clermont-Fd

Thomas Montpellier et Clément Seger, dans un élan spontané marquant leur désir profond de travailler ensemble, partagent la joie de se noyer dans la sculpture... sans fléchir, sans trop réfléchir. Ils déploient ici un univers asilaire où s'entremêlent visages, corps, abstractions et architectures en tant qu'abris possibles... ou impossibles. Cette exposition/installation explore la notion de refuge, non pas comme abri où seraient enfermés indigents, épuisés, repenties... mais comme des espaces d'habitation vivants, libres, à partager et autorisant la création. Présentée dans le cadre de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale, cette œuvre résonne avec la quête de lieux d'hospitalité, de paix, de respiration et de créativité. Elle invite chacun à imaginer ces habitations comme des espaces d'accueil, de reconstruction et de construction.

Vendredi 18 septembre 2026 à partir de 18h00 :
Vernissage en présence des artistes
Entrée libre, gratuite, ouvert à tous.tes
Contact : Marion Arnoux 06 03 25 45 31

Du 03 au 24 octobre 2026

EXPOSITION PHOTOGRAPHIQUE

14h à 18h du mardi au samedi

Centre culturel Camille-Claudel, 3, rue Maréchal-Joffre
63000 Clermont-Ferrand

Exposition Nicéphore + 18e biennale internationale de la photographie avec l'association Sténopé. Gratuit. Plus d'informations : 04 73 42 37 27

PROGRAMME

Du 12 au 16 octobre

EXPOSITION ARTS PLASTIQUES ET EXPRESSION CORPORELLE :
« À LA POINTE DU GESTE »

Tous les jours de 14h à 17h

Annexe de l'Association Espérance 63 : 19 bis Boulevard Winston Churchill 63000 Clermont Ferrand

L'atelier d'Arts Plastiques des Airs et des Arts de L'Oasis, Service d'Accueil de Jour d'Espérance 63 propose une exposition qui met à l'honneur le geste en peinture issu d'un travail d'expression corporelle et de danse. Tout public, accès libre et gratuit



Samedi 10 octobre 2026

14h00 : Vernissage en présence des artistes
14h30 : Performance dansée
Ouvert à tous, buffet offert.

Prolongation : du 19 au 28 octobre 2026

Du Lundi au Mercredi de 14h à 17h
Tout public, acccès libre et gratuit.

Du 06 au 09 octobre (09h00 - 18h00)

STAND

PRÉVENTION DU SUICIDE AU SOMMET DE L'ÉLEVAGE

GRANDE HALLE D'AUVERGNE, 3 boulevard Danielle Mitterrand, 63800, Cournon-d'Auvergne

Stand porté par le collectif local de prévention du suicide du Puy-de-Dôme, avec la participation des professionnels du Centre Hospitalier Universitaire de Clermont-Ferrand, SOS Phoenix. Entrée simple : 14 € / Entrée groupe : 7 € (à partir de 15 personnes) / Entrée gratuite pour les moins de 14 ans, les visiteurs internationaux et DOM-TOM (sur présentation d'une pièce d'identité) et les personnes handicapées (sur présentation d'une carte d'invalidité).

TERRITOIRE DES

COMBRAILLES

SMAD des Combrailles

CCV Chavanon Combrailles & Volcans Communauté

Allocations Familiales

REAAP • 63 Réseau d'Écoute d'Appui & d'Accompagnement des Parents du Puy-de-Dôme

msa santé famille retraite services

Centre Hospitalier Sainte-Marie Clermont-Ferrand

CEM des Dômes

Combrailles, Sioule & Morge Communauté de Communes

La Passe Brindille Le réseau des jeunes aidant-es

Pays de Saint-Eloy communauté de communes

Pontaumur

L'Assurance Maladie Puy-de-Dôme

Association Addictions France

Mission Locale Riom Limagne Combrailles Auvergne-Rhône-Alpes

PROGR

07 MERCREDI

après-midi

ANIMATION

ESCAPE GAME SANTÉ MENTALE DE LA CPAM « DANS LA TÊTE D'AMÉLIE»

ALSH Planète Loisirs 16 Rue du Sioulet, 63380 Pontaumur

« Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... à toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cette Escape Game immersif décrypter les indices relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Saurez-vous résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? »

Un arbre des ressources sera réalisé en fin d'Escape Game avec Mylène Espagnol, Art-Thérapeute. (à confirmer) Flyers et Goodies en fin de séance. Prévu pour les adolescents du centre de loisirs.

09 VENDREDI

fin de journée/début soirée

ANIMATION

ESCAPE GAME SANTÉ MENTALE DE LA CPAM « DANS LA TÊTE D'AMÉLIE»

l'ALSH Les P'tits Volcans 5 rue du Frère Genestier, 63230 Pontgibaud

« Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... à toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cette Escape Game immersif décrypter les indices relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Saurez-vous résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? »

Un arbre des ressources sera réalisé en fin d'Escape Game avec Mylène Espagnol, Art-Thérapeute. (à confirmer) Flyers et Goodies en fin de séance. Prévu pour les adolescents du centre de loisirs.

AMME

Semaines d'information sur la santé mentale

13 MARDI

09h00

ANIMATION

ESCAPE GAME SANTÉ MENTALE DE LA CPAM « DANS LA TÊTE D'AMÉLIE»

Salle de réunion de La Lanterne Rue du Puits Saint-Joseph, 63700 Saint-Éloy-les-Mines

« Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... à toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cette Escape Game immersif décrypter les indices relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Saurez-vous résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? » Un arbre des ressources sera réalisé en fin d'Escape Game avec Mylène Espagnol, Art-Thérapeute (à confirmer). Flyers et Goodies en fin de séance Destinée au groupe de jeunes de la Mission Locale RLC.

10h30-15h00

EXPOSITION ET ATELIERS CRÉATIFS

« L'ART EN ACTION : PATIENTS DU CMP ET ADHÉRENTS DU GEM EXPOSENT ET ANIMENT DES ATELIERS CRÉATIFS »

Hall de la Lanterne Rue du Puits Saint-Joseph, 63700 Saint-Éloy-les-Mines

« Découvrez l'exposition des œuvres des patients du CMP et des adhérents du GEM St Eloy, avec la participation de Micro Folie autour des médias numériques. Au programme : un stand d'information sur la santé mentale en lien avec la médiathèque de St Eloy, une sensibilisation à l'art-thérapie avec des ateliers créatifs (modelage, pliage de livres, haïku) animés par les professionnels du CMP ainsi qu'un atelier animé par les adhérents du GEM.»

10H30 12H et 13H30 14H30 Possibilité de participer aux ateliers créatifs Durant toute la durée de l'action, visite libre de l'exposition et échanges avec les professionnels, possible également entre 12H et 13H30 Gratuit, entrée libre pour l'exposition Pour les ateliers, sur inscription : 04 73 52 72 89 ou 06 77 03 46 09

PROGR

16 VENDREDI

fin de journée/début soirée

ANIMATION

ESCAPE GAME SANTÉ MENTALE DE LA CPAM « DANS LA TÊTE D'AMÉLIE»

Bourg Lastic

« Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... à toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cette Escape Game immersif décrypter les indices relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Saurez-vous résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? » Un arbre des ressources sera réalisé en fin d'Escape Game avec Mylène Espagnol, Art-Thérapeute. (à confirmer) Flyers et Goodies en fin de séance. Prévu pour les adolescents du centre de loisirs. Plus d'informations : 04 73 79 70 70 - 06 40 75 40 39

17 SAMEDI

20h30

THÉÂTRE COMPAGNIE LA VOLGA

ROJÉO ET MULIETTE

03420 Marcillat-en-Combraille

Un couple en EHPAD qui perd la tête... Muliette par la maladie et Rojéo plutôt par l'âge... et qui se mobilise l'un et l'autre autour d'une activité préparer une dernière représentation... Très intéressant le rapport à l'activité artistique, la santé mentale en EHPAD et la vision de la fin de vie en EHPAD

Animation des échanges après la pièce de théâtre par un psychologue Entrée libre et gratuite. Pour plus d'information : 06 30 18 30 94



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

20 MARDI

14h00 à 17h00

ANIMATION

ESCAPE GAME SANTÉ MENTALE DE LA CPAM « DANS LA TÊTE D'AMÉLIE»

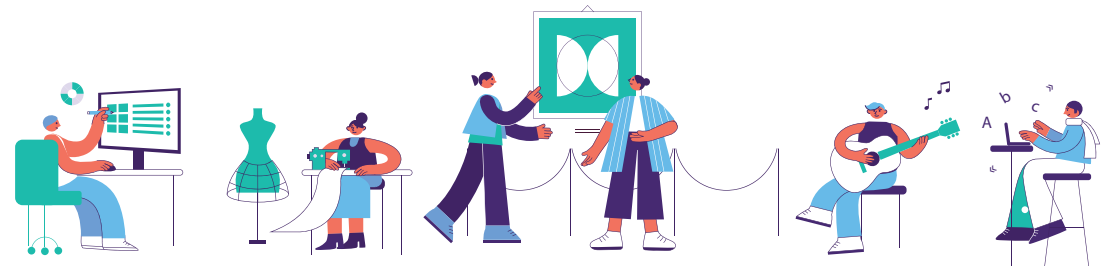
Salle de la Maison du Peuple 63460 Combronde

« Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... à toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cette Escape Game immersif décrypter les indices relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Saurez-vous résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? »

Un arbre des ressources sera réalisé en fin d'Escape Game avec Mylène Espagnol, Art-Thérapeute (à confirmer). Flyers et Goodies en fin de séance

Prévu pour les adolescents du centre de loisirs, de la Mission Locale RLC et des personnes âgées.

PLus d'informations : 06 08 03 19 34



TERRITOIRE DE

COURNON







PROGRAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

06 MARDI

20h30

SPECTACLE THÉÂTRE

«TAILLEURS POUR DAMES» DE GEORGES FEYDEAU

Coloc de la Culture, 58, avenue de la Libération, 63800 Cournon d'Auvergne

Venez découvrir Tailleurs pour Dame de Georges Feydeau, interprété par la troupe de théâtre de l'Atelier, pour un momet de pur divertissement...et une bonne action! Tous les bénéfices seront reversés au GEM des Dômes, pour soutenir la santé mentale dans notre département. Sur réservation sur billetweb
ou le jour J dans la limite des places disponibles au tarif de 10 à 15€.
Infos : gemdesdomes63@gmail.com

RÉSERVEZ VOS PLACES !



08 JEUDI

15h00-17h00

ATELIER RENCONTRE

UNE BULLE POUR S'EXPRIMER

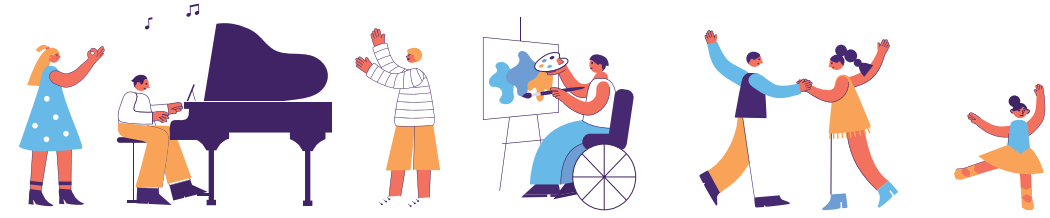
STUDIO MERAKI, 15, avenue du Roussillon, 63170 Aubière

Le STUDIO MERAKI, nouvelle association artistique à Aubière, est une véritable bulle de partage, d'expression et de bienveillance, où chacun peut apprendre, oser et briller à son rythme.
À l'occasion des SISM, le Studio MERAKI s'associe au GEM des Dômes et ouvre ses portes pour un après-midi de rencontre, de sensibilisation et d'expression autour de la santé mentale.

Au programme : échanges, témoignages, et tournage vidéo pour faire entendre les voix et faire évoluer les regards... puis un moment artistique imaginé spécialement pour l'occasion, entre émotions, musique, danse et quelques surprises.
Un après-midi pour se rencontrer, s'écouter, partager... et célébrer, ensemble, toutes les façons d'être et de s'exprimer.

Modalités : Sur inscription sur gemdesdomes63@gmail.com, gratuit, public adultes.

Contact : 04 73 79 02 79 ou gemdesdomes63@gmail.com



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

14 MERCREDI

15h00-16h30

ANIMATION DANSE

LE BAL BALADE

Départ du GEM de Cournon, 6 avenue de la République 63800 Cournon d'Auvergne

Retrouver un peu d'émerveillement et de beauté quand la réalité nous paraît parfois un peu terne... Explorer son quartier sous un nouveau regard. S'amuser et créer ensemble des mouvements dansés. 15h départ de la balade du GEM et 16h rassemblement final: Bal place de la République. Repli dans les locaux du GEM si mauvais temps. Gratuit et sans inscription.

16 VENDREDI

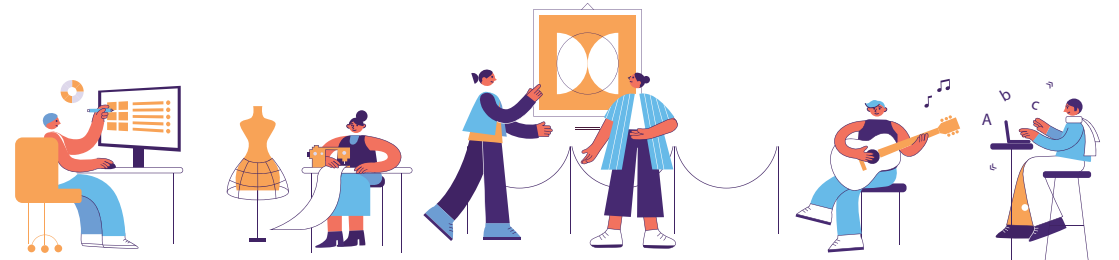
14h00 -17h00

PORTE OUVERTE

IMMERSION AU GEM: DÉCOUVREZ, PARTAGEZ, SAVOUREZ!

GEM de Cournon, 6 avenue de la République 63 800 Cournon d'Auvergne

Et si on se rencontrait? Au GEM, on vous ouvre nos portes pour un après-midi 100% échanges, 100% convivial. Au programme, activités, discussion sans tabou, visite des lieux et un goûter maison. Parce que la santé mentale ça se vit aussi ensemble! Gratuit et sur inscription au GEM de Cournon, 04 73 79 02 79 ou bien par mail gemcournon@gmail.com



TERRITOIRE

AGGLO PAYS D ISSOIRE

PROGRAMME

03 SAMEDI

14h-18h

ANIMATIONS

LE BEL ÂGE

Foyer jeunes travailleurs La Passerelle - Chemin du Bout du Monde 63500 Issoire

Chaque génération a quelque chose à offrir à l'autre. Par diverses activités ludiques, sportives et culturelles, cet événement démontrera l'importance de tisser des liens entre les générations. Venez découvrir le résultat du travail collectif des jeunes du FJT, de la Mission locale et des personnes âgées des lodges Happy et de la résidence La cascade sous la forme d'une exposition. Gratuit.

17h30-18h15

LECTURE THÉÂTRALISÉE

A TON ÂGE !

Salle la Fabrik - Maison des jeunes - Chemin du Bout du Monde 63500 Issoire

La compagnie « graines de vie » présentera une sélection de textes de la littérature classique sur la discrimination intergénérationnelle. Entrée libre et gratuite.



05 LUNDI

10h-12h

ATELIER

DANSE DE SOI

Espace de vie sociale - 15 rue du Mas 63500 Issoire

La danse de soi est une approche corporelle et expressive qui vise à reconnecter l'individu avec son corps, ses émotions et son essence profonde. C'est un processus créatif et thérapeutique qui utilise le mouvement, la respiration, la musique et l'expression pour libérer les tensions, les blocages et les émotions refoulées. Gratuit, inscription au 06 45 59 77 23.

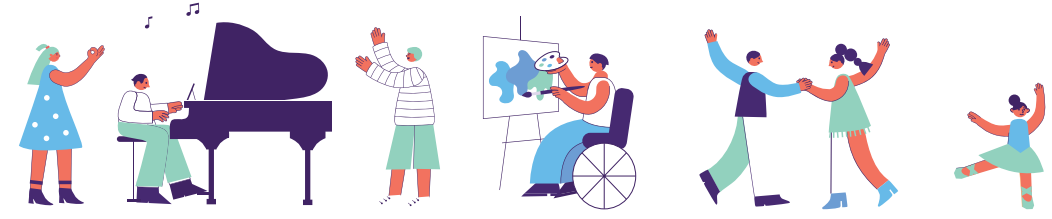
14h30-15h30

SPECTACLE

LE CHEMIN DES MÉTAPHORES DE LA CIE SINGE DIESEL

Maison des associations - Quai d'Allier 63114 Coudes

Dans le cadre de la saison culturelle de l'API, nous vous proposons un spectacle de marionnettes à destination des scolaires et des établissements médico sociaux. Prendre le temps, le temps de vivre, le temps de rêver, le temps de se perdre, de s'émerveiller. C'est ce que le spectacle propose à son personnage. Sur inscription au 06 35 31 85 44.



06 MARDI

14h30-16h

ANIMATION

BALADE URBAINE ET MUSICALE

Devant l'office du tourisme, 9 place Saint Paul 63500 Issoire

Balade au cœur d'Issoire : entre patrimoine, musique et convivialité. Au fil d'une promenade guidée dans les rues du centre historique, laissez-vous conter l'histoire de la ville, admirez son architecture remarquable et découvrez ses trésors parfois méconnus. Cette balade sera ponctuée de moments de partage et de découverte grâce à des initiations ludiques aux danses folk, accessibles à tous quelque soit votre âge. Cette animation originale est une invitation à prendre le temps, à créer du lien et à porter un nouveau regard sur la ville. Sur inscription à l'Office du tourisme au 04 73 89 15 90 ou sur le site issoire-tourisme.com. Gratuit.

13h30-19h

FORUM

FAIS DE TA VIE UNE ŒUVRE D'ART

Halle aux grains - 7 place de la Halle 63500 Issoire

Un événement multipartenarial pour découvrir la santé mentale à travers l'art, la rencontre et le partage. Stands, ateliers participatifs et conférences rythmeront la journée pour s'informer, échanger et expérimenter. Un temps fort pour libérer la parole, casser les idées reçues, trouver les ressources car la santé mentale nous concerne tous. Entrée libre et gratuite. Buvette et restauration sur place grâce à Caranov' qui propose un espace mobile chaleureux et convivial avec sa Kawa'vane.

14h

ANIMATION

L'ART SOIGNE LÀ OÙ LES MOTS S'ARRÊTENT

Halle aux grains - 7 place de la Halle 63500 Issoire

Venez découvrir l'art du graff, échanger avec l'artiste « Apogé » (activiste du graff depuis 1989) qui viendra lors du forum graffer une toile de 3m par 2m.
Entrée libre et gratuite.

06 MARDI

13h30-19h

ANIMATIONS

LA PAROLE PREND LA ROUTE

Parvis de la Halle aux grains, 7 place de la Halle aux grains 63500 Issoire

La caravane du lien va à la rencontre des habitants pour créer des moments d'échange, d'expression et de partage entre les générations. Elle favorise les histoires, les talents et la créativité de chacun.

Venez rencontrer, écouter, enregistrer un témoignage, partager des souvenirs, des récits de vie ou exprimer vos ressentis à la suite de votre visite au forum.

13h30-16h

ATELIER

EN ROUTE !

Halle aux grains - 7 place de la Halle 63500 Issoire

Venez découvrir un parcours ludique de sécurité routière et essayer des trottinettes et vélos électriques sur le parvis de la Halle aux grains. Tout public - entrée libre et gratuite. Plus d'information : Olivier Douarre 06 11 66 41 29.

13h30-19h

FRESQUE

CE QUI NOUS FAIT DU BIEN

Halle aux grains - 7 place de la Halle 63500 Issoire

Venez découvrir la fresque artistique réalisée par les résidents de l'ESAT d'Issoire en partenariat avec l'association ISIS. Une œuvre collective pour répondre à la question : Qu'est-ce qui vous fait du bien quand ça ne va pas ? Vous pourrez rencontrer les créateurs qui seront présents pour échanger sur leur travail. Entrée libre et gratuite.

10h-11h

SPECTACLE

LE CHEMIN DES MÉTAPHORES

Maison des associations - Quai d'Allier 63114 Coudes

Dans le cadre de la saison culturelle de l'API, nous vous proposons un spectacle de marionnettes à destination des scolaires et des établissements médico sociaux. Prendre le temps, le temps de vivre, le temps de rêver, le temps de se perdre, de s'émerveiller. C'est ce que le spectacle propose à son personnage. Gratuit, sur inscription au 06 35 31 85 44.

RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

07 MERCREDI

18h30

CINÉ DÉBAT

UN VOYAGE VERS LA MÉMOIRE

Auditorium de l'école de musique - 195 bd de Barrière 63500 Issoire

Et si un voyage à vélo pouvait changer des vies ? Partez à la découverte d'une aventure humaine hors du commun mêlant sport, solidarité, rencontre et créativité. À travers la projection d'un documentaire inspirant, suivez le périple à vélo de Luc, commencé en novembre 2024 et qui a conduit jusqu'à une exposition aux prestigieux rendez-vous du carnet de voyage. Mais ce voyage ne s'arrête pas à l'écran. A l'issue de la projection, vous pourrez échanger avec les intervenants et découvrir le carnet de voyage réalisé par les résidents de l'EHPAD de Vic-le-Comte. Gratuit, sur inscription au 06 35 31 85 44.

08 JEUDI

10h-12h

ATELIER

LAND ART : CRÉER, SE RESSOURCER, SE RECONNECTER

Chantier Hors les Murs - 20 rue de la Liberté 63500 Issoire

Venez créer avec la nature ! À partir d'éléments récoltés en forêt (feuilles, branches, fleurs, pierres etc.), réalisez une œuvre éphémère tout en profitant d'un moment de détente et de reconnexion à soi. Un atelier créatif et apaisant pour découvrir les bienfaits de la nature et le bien-être mental. Un temps de partage et de créativité ressourçant. Gratuit sur inscription au 06 35 31 85 44.



08 JEUDI

18h

CINÉ DÉBAT

«LES RÊVEURS» D'ISABELLE CARRÉ

Cinéma Le Modern - 2 place du Postillon 63500 Issoire

Élisabeth Carré, comédienne, anime des ateliers d'écriture à l'hôpital Necker avec des adolescents en grande détresse psychologique. À leur contact, elle replonge dans sa propre histoire : son internement à l'âge de 14 ans. Peu à peu, les souvenirs refont surface et avec eux la découverte du théâtre, qui un jour l'a sauvée. Cette projection sera suivie d'un débat autour de la santé mentale et du théâtre avec l'UNAFAM et le Dr Pontonnier du CMP d'Issoire. Entrée libre et gratuite.

11h-12h

ANIMATION

L'ART PAR LE CORPS

Maison des jeunes - chemin du Bout du Monde 63500 Issoire

Initiation à l'expression corporelle et à la danse autour de la thématique de l'art. Adulte uniquement. Gratuit sur inscription au 07 43 45 65 93.

10h-11h30/
14h-15h30/16h-17h30

ATELIER

ATELIER D'IMPROVISATION, EXPRESSION, ÉCOUTE ET LIEN SOCIAL

Maison des associations - Salle la Cafét - 20 rue du Palais 63500 Issoire

Atelier d'improvisation ouvert aux participants proposant des jeux d'expression, d'écoute et de créativité dans un cadre bienveillant. À travers des exercices ludiques et collectifs, les participants sont invités à développer la confiance en soi, l'expression des émotions, la spontanéité et le lien avec les autres. Aucun prérequis en théâtre n'est nécessaire. Gratuit sur inscription au 06 42 08 82 38



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

09 VENDREDI

10h-15h

PORTES OUVERTES
DE L'ESAT QUALI'CAT

ESAT ZI Lavaur - La Béchade BP90 63500 Issoire

Visitez l'Établissement d'Accompagnement par le Travail Quali'Cat, et échangez avec les professionnels qui accompagnent les personnes en situation de handicap, leur permettant d'exercer une activité professionnelle adaptée tout en bénéficiant d'un accompagnement éducatif et médico-social.

13h30-14h30

ANIMATION
DANSER LES COULEURS DE L'ESPRIT

Salle de judo - rue René Cassin 63570 Brassac-les-Mines

Participez à une initiation à l'activité physique adaptée par la danse ! Un atelier créatif autour d'une chorégraphe aux rubans (foulards, bâton,...). Un moment ludique et accessible à tous pour allier bien-être, mouvement et expression artistique. Danser, créer et prendre soin de soi dans la bonne humeur. Public : adultes âgées de plus de 70 ans en ALD, maladie chronique, situation de handicap, facteur de risque (obésité, hypertension etc....).

Gratuit sur inscription au 07 43 45 65 93.

14h-16h

ATELIER
DANSE DE SOI

Gymnase Counil - 15 chemin des Croizettes 63500 Issoire

La danse de soi est une approche corporelle et expressive qui vise à reconnecter l'individu avec son corps, ses émotions et son essence profonde. C'est un processus créatif et thérapeutique qui utilise le mouvement, la respiration, la musique et l'expression qui libère les tensions, les blocages et les émotions refoulés. Gratuit sur inscription au 06 45 59 77 24



09 VENDREDI

14h-17h

ATELIER ARTISTIQUE

ATELIER CRÉATIF ET RÉFLEXIF SUR «L'EAU QUI SOIGNE»

GEM des Dômes - 5 avenue de la Gare 63500 Issoire

«Les porteuses d'eau» est un projet artistique de territoire qui interroge notre lien à l'eau, individuel et collectif, et la question du soin (à soi-même et aux autres, humain et non humain). Développée sur plusieurs années et plusieurs territoires, l'idée est de collecter des savoirs, gestes et mémoires, liens sensibles pour prendre soin de l'eau et montrer à quel point elle prend soin de nous. Gratuit sur inscription au 04 73 55 05 97.

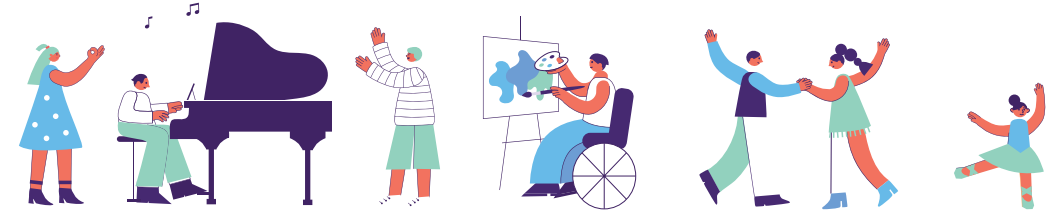
20h

SPECTACLE

SPECTACLE CONTÉ : OSER... UNE FOLLE HISTOIRE D'AMOUR

La Licorne - 9 route de Brioude 63340 Saint-Germain-Lembron

L'amour, on en fait toute une histoire, mais ça peut être simple... tout au moins au début... Mélanie et Jeremy ont 6 ans lorsqu'ils se rencontrent. D'abord meilleurs amis puis amoureux, nous les voyons grandir et expérimenter « la chose », former le couple idéal...jusqu'à ce que ça déraille... Une véritable saga de vie menée avec fougue et humour par Sophie Decaunes, en partenariat avec le collectif Oralité Auvergne.
Tout public dès 12 ans
Tarifs :
Adhérents Licorne : 8€/4€-18ans
Non adhérents Licorne : 12€/ 6€-18ans.
Sur inscription au 04 63 80 92 64.



12 LUNDI

10h-12h

ATELIER
DANSE DE SOI

Espace de vie sociale - 15 rue du Mas 63500 Issoire

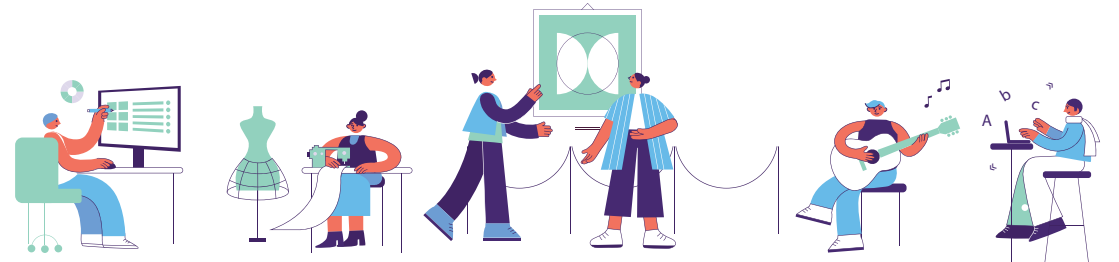
La danse de soi est une approche corporelle et expressive qui vise à reconnecter l'individu avec son corps, ses émotions et son essence profonde. C'est un processus créatif et thérapeutique qui utilise le mouvement, la respiration, la musique et l'expression pour libérer les tensions, les blocages et les émotions refoulés. Gratuit sur inscription au 06 45 59 77 24.

14h-16h

ATELIER
L'ART À CROQUER

Résidence La Cascade - 9 rue Raoul Bardy 63500 Issoire

Atelier de cuisine intergénérationnel avec les bénéficiaires des services de maintien à domicile, les accompagnantes et les élèves du lycée Rabelais de Brassac-les-Mines sur le thème de l'art culinaire. À destination des personnes bénéficiaires des services du maintien à domicile de l'Agglo Pays d'Issoire et des résidents du foyer la Cascade. Gratuit sur inscription au 06 35 31 85 44.



13 MARDI

13h-16h

PORTES OUVERTES

PRÉSENTATION DE LA FILIÈRE PSYCHIATRIQUE, DU CENTRE MÉDICO PSYCHOLOGIQUE ET DE MÉDIPSY
PRÉSENTATION DE LA FILIÈRE PSYCHIATRIQUE

Centre médico psychologique 7 boulevard André Malraux et Centre MédiPsy – 6 impasse Emile Zola 63500 Issoire

Présentation de la filière psychiatrique et des ressources sur le territoire aux professionnels de santé de 13h à 14h au CMP puis visite du CMP et de MédiPSy de 14h à 16h. À destination des professionnels de santé. Entrée libre et gratuite.

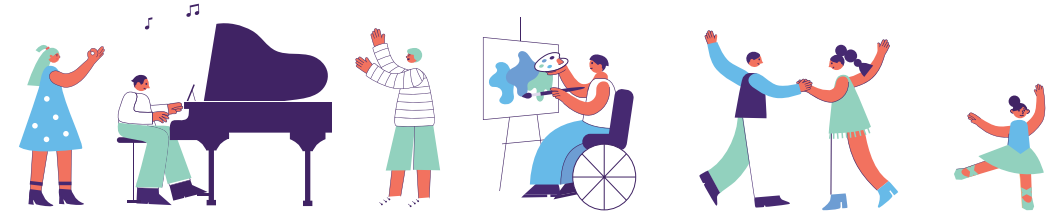
18h-20h30

TABLE RONDE

ENTRE TRADITION ET TRANSITION : QUELLE ÉVOLUTION DES FERMES LORS DE LA TRANSMISSION ?

Centre Culturel - 2 avenue de Sainte-Florine 63570 Brassac-les -Mines

Transmission des fermes, évolution des pratiques, nouveaux défis, cette table ronde propose un échange autour des changements de pratiques lors de l'installation et de leur impact sur le bien-être et la santé mentale des agriculteurs. Un temps de parole pour partager les expériences, questionnements, perspectives d'avenir et repartir avec des pistes et des ressources. Un moment convivial autour d'un buffet clôturera ces échanges. Entrée libre et gratuite.



14 MERCREDI

9h-17h

ANIMATIONS ET ATELIERS

DÉNOUE TES NŒUDS À L'ESCALE

Salle l'Escale - 2 place Saint-Martin 63490 Sauxillanges

Un temps en famille pour libérer la parole et favoriser la coopération et le «faire ensemble». Au programme : atelier cuir, escape game sur les addictions et la santé mentale, jeu du dialogo pour développer le dialogue, repas partagé pour créer du lien. Entrée libre à destination des familles, parents, enfants, ados.

15h-16h et 16h30-17h30

ESCAPE GAME

DANS LA TÊTE D'AMÉLIE

Maison des jeunes - Chemin du Bout du Monde 63500 Issoire

Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... À toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cet Escape Game immersif, décryptez les indices, relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être, casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Sauras-tu résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? À destination des jeunes âgés de 13 à 25 ans. Gratuit sur inscription au 06 35 31 85 44.



14 MERCREDI

10h

SPECTACLE VIVANT CONTÉ

OUVREZ, OUVREZ LES LIVRES AUX BÉBÉS

La Licorne - 9 route de Brioude 63340 Saint-Germain-Lembron

Partagez un moment en famille en profitant d'un spectacle toute petite enfance par Hassen Ayeche dans le cadre de l'évènement Ouvrez, ouvrez les livres aux bébés. À destination des enfants âgés de 2 à 5 ans et leur famille. Gratuit sur inscription au 04 63 80 92 64.

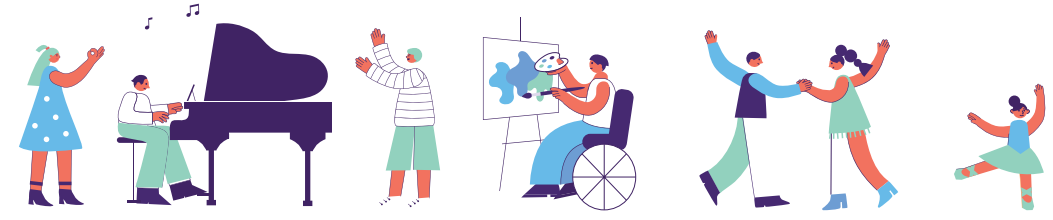
18h-19h

ESCAPE GAME

DANS LA TÊTE D'AMÉLIE

Foyer jeunes travailleurs, Chemin du Bout du Monde 63500 Issoire

Amélie semble aller mal mais personne ne s'en aperçoit... À toi et ton équipe de mener l'enquête ! Pendant cet Escape Game immersif, décryptez les indices, relevez les défis et résolvez les énigmes pour mieux comprendre les signes de mal-être, casser les idées reçues sur la santé mentale et découvrir où trouver de l'aide quand on en a besoin. En 1h, viens tester ton sens de l'observation, ta logique et ton esprit d'équipe tout en découvrant les ressources qui peuvent vraiment faire la différence. Saurez-vous résoudre l'enquête avant la fin du temps imparti ? À destination des jeunes âgés de 13 à 25 ans. Gratuit sur inscription au 06 35 31 85 44.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

15 JEUDI

17h30-19h15

ATELIER

ACCOMPAGNER LE BIEN ÊTRE AU TRAVAIL PAR LE MOUVEMENT DANSÉ

Salle l'Escale - 2 place Saint Martin 63490 Sauxillanges

Atelier d'exploration du mouvement dansé, entrecoupé de pauses théoriques pour expérimenter l'effet bénéfique du mouvement dansé sur la santé physique et mentale au travail à un niveau individuel (gestion du stress et des émotions en passant par la sphère corporelle) et collectif (cohésion sentiment d'appartenance...) Aucune notion de danse n'est nécessaire. À destination des adultes «actifs». Sur inscription au 06 35 31 85 44.

10h-12h

ATELIER

LAND ART : CRÉER, SE RESSOURCER, SE RECONNECTER

CLIC - 11 rue Espagnon 63500 Issoire

Venez créer avec la nature ! À partir d'éléments récoltés en forêt (feuilles, branches, fleurs, pierres etc.), réalisez une œuvre éphémère tout en profitant d'un moment de détente et de reconnexion à soi. Un atelier créatif et apaisant pour découvrir les bienfaits de la nature et le bien-être mental. Un temps de partage et de créativité ressourçant. Gratuit sur inscription au 06 16 54 78 91 ou à prevention@coordination-issoire.fr



15 JEUDI

18h30-20h30

SCÈNE OUVERTE DÉBAT

QUAND LA MUSIQUE NOUS FAIT DU BIEN

Ecole de musique - 195 boulevard de Barrière 63500 Issoire

Laissez-vous porter par une restitution musicale des élèves de l'école de musique, suivie de témoignages inspirants sur les bienfaits de la musique dans le quotidien. Comment la musique agit-elle sur nos émotions , notre bien-être et notre santé mentale ? Un temps d'échange avec une neuropsychologue permettra de mieux comprendre les liens entre la musique, le cerveau et l'équilibre psychique. Un moment sensible enrichissant et ouvert à tous pour écouter, ressentir et partager autour du pouvoir de la musique. Un moment convivial autour d'un buffet clôturera ces échanges. Entrée libre et gratuite.

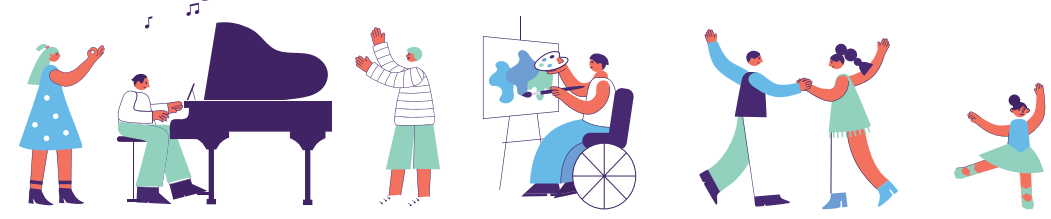
9h-12h

PORTE OUVERTE ET EXPOSITION

PORTE OUVERTE ET EXPOSITION COLLAGE

MIFE - 19 rue Louis Blériot 63500 Le Broc

Venez visiter les locaux de la Maison de l'Information sur la Formation et l'Emploi (MIFE) et découvrir une exposition de collages réalisée par les bénéficiaires lors d'ateliers en septembre. Ces oeuvres mettent en lumière les compétences et les talents des participants.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

15 JEUDI

10h30-11h30

ATELIER

SENSIBILISATION À LA STIGMATISATION SOCIALE

MIFE - 19 rue Louis Blériot 63500 Le Broc

Et si les préjugés étaient plus lourds à porter que les difficultés elles-mêmes ? Participez à un atelier intéractif pour mieux comprendre les mécanismes de la stigmatisation sociale et leurs impacts sur la santé mentale, l'estime de soi et le vivre ensemble. Gratuit sur inscription au 07 57 40 78 25.

13h30-17h

PORTES OUVERTES

PORTES OUVERTES EAM MAS : DÉCOUVREZ UN LIEU DE VIE, DE PARTAGE ET DE CRÉATIVITÉ !

EAM - 9 rue de la Ronzière 63340 Saint-Germain-Lembron

Venez à la rencontre des résidents et des professionnels de l'établissement d'accueil médicalisé qui donnent vie aux espaces par des activités proposées au quotidien. Après la visite, partagez un moment privilégié lors d'un atelier artistique animé avec les résidents et l'association Zaoum. Une belle occasion de changer de regard, de créer du lien et de vivre un moment authentique autour de l'art et du vivre ensemble. Gratuit sur inscription par mail à educateursfam@croixmarine.fr.



16 VENDREDI

14h-17h

PORTES OUVERTES

IMMERSION AU GEM : DÉCOUVREZ, PARTAGEZ, SAVOUREZ !

GEM - 5 avenue de la gare
63500 Issoire

Et si on se rencontrait ? Au Groupe d'Entraide Mutuelle, on vous ouvre nos portes pour un après-midi 100% échanges, 100% convivial. Au programme : activités, discussion sans tabou, visite des lieux et dégustation d'un goûter fait maison. Parce que la santé mentale ça se vit aussi ensemble ! Gratuit sur inscription au 04 73 55 05 97.

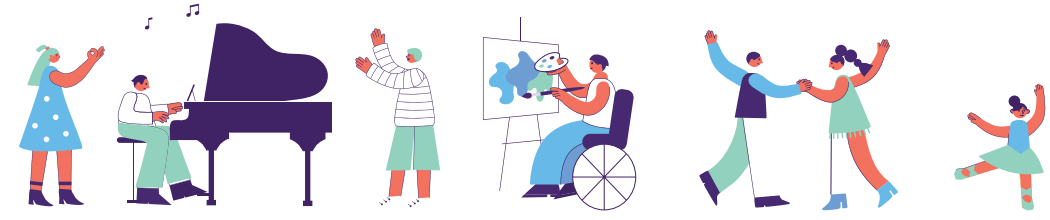
18h15-20h15

ATELIER

DÉCONSTRUIRE POUR MIEUX RECONSTRUIRE

Salle l'Escale - 2 place Saint-Martin
63490 Sauxillanges

Atelier de médiation artistique par le collage comme outil libérateur : transformez une souffrance interne invisible en une expérience sensible partagée. À destination des personnes en situation de mal être au travail (épuisement professionnel physique ou psychique, conflit, burn out...) Gratuit sur inscription au 07 60 75 64 11.



16 VENDREDI

14h-16h

ATELIER

DANSE DE SOI

Gymnase Counil - 15 chemin des Croizettes 63500 Issoire

La danse de soi est une approche corporelle et expressive qui vise à reconnecter l'individu avec son corps, ses émotions et son essence profonde. C'est un processus créatif et thérapeutique qui utilise le mouvement, la respiration, la musique et l'expression pour libérer les tensions les blocages et les émotions refoulés. Gratuit sur inscription au 06 45 59 77 24.

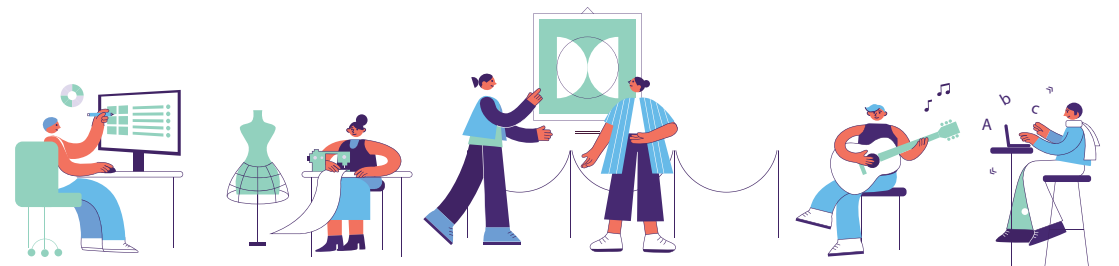
15h-16h et 16h30-17h30

SPECTACLE VIVANT

CONCERT DE RELAXATION MUSICALE PAR MALIK ADDA

EHPAD Le Verger - Chemin de la Plagne 63340 Saint-Germain-Lembron

Laissez vous porter par les sonorités apaisantes du handpan et la performance musicale réalisée par Malik Adda. Les vibrations harmonieuses et envoûtantes de cet instrument invite au calme, à l'évasion et au bien-être. Un moment hors du temps pour se ressourcer et prendre soin de soi. Tout public, entrée libre.



17 SAMEDI

14h-16h

ATELIER

LE MANDALA QUI RELIE

Salle l'Escale - 2 place Saint-Martin 63490 Sauxillanges

Atelier de médiation artistique en nature (mandala naturel) comme outil libérateur : exprimer un mal-être intérieur par une expérience sensible partagée et prévenir du burn-out. À destination des adultes en surcharge mentale et physique, en situation de mal être au travail. Gratuit sur inscription au 06 31 11 22 87.

20h30

CONCERT

RAYNALD COLOM QUARTET
FESTIVAL JAZZ EN TÊTE
HORS LES MURS

Auditorium C. Merniz - 195 bd de Barrière 63500 Issoire

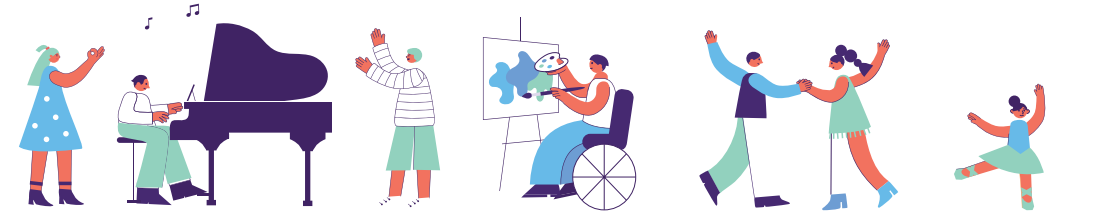
La saison culturelle de l'Agglo Pays d'Issoire accueille une date en amont du festival Clermontois avec 1 pointure de la scène internationale Jazz.
Tarif plein 16€ / tarif réduit 10€.
Sur inscription en billetterie.

9h30-12h

CAFÉ DÉBAT

Salle l'Escale - 2 place Saint-Martin 63490 Sauxillanges

Libérer la parole et favoriser les échanges autour du mal être et de la souffrance au travail en lien avec les organisations, le management et/ou l'isolement.
Entrée libre.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

Du 5 au 17 octobre 2026 (10h-18h)

EXPOSITION

MOI À 10, 30 ET 70 ANS

La Licorne - 9 route de Brioude 63340 Saint-Germain-Lembron

Venez découvrir le résultat du travail collectif des jeunes du Foyer Jeunes Travailleurs, de la Mission locale et les personnes âgées des lodges Happy.

Du 5 au 18 octobre 2026 (9h-18h)

EXPOSITION

L'INTÉRIEUR DU BURN-OUT

Salle l'Escale - 2 place Saint-Martin 63490 Sauxillanges

Une exposition de collage artistique qui propose une immersion sensible dans le vécu intérieur du burn-out en donnant à voir et à ressentir ce qui demeure souvent difficile à exprimer par les mots.

Du 5 au 18 octobre 2026 (9h-12h/14h-17h)

EXPOSITION

CERVEAU APAISÉ ESTOMAC LIBÉRÉ

Espace de vie sociale -15 rue du Mas 63500 Issoire

Rétrospective des créations artistiques proposées aux adhérents de CAEL depuis plusieurs années. Cerveau Apaisé Estomac Libéré est une association qui permet aux personnes de se libérer, s'estimer, s'aimer telles qu'elles sont, en mettant en œuvre des activités de groupe.



PROGRAMME

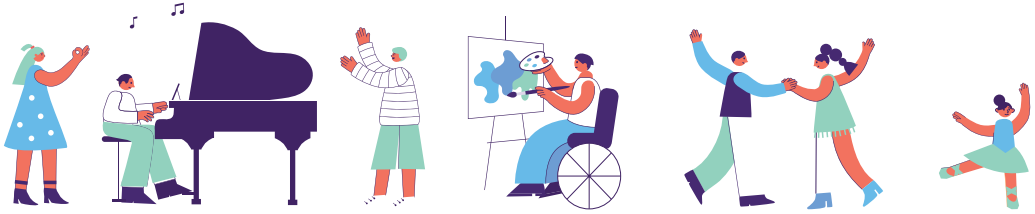
Du 5 au 18 octobre 2026

EXPOSITION

LES ÉMOTIONS PRENNENT VIE À TRAVERS LE REGARDS DES ENFANTS

Maison des associations - 20 rue du palais 63500 Issoire

Exposition unique d'affiches réalisées par les enfants des accueils périscolaires de l'Agglo Pays d'Issoire. À travers leurs créations colorées, elles nous invitent à explorer les émotions et à réfléchir à comment préserver notre santé mentale. Votez pour votre affiche coup de coeur et celle qui aura obtenu le plus de votes sera mise à l'honneur en devenant la couverture d'un livret de ressources en santé mentale destinés aux jeunes.



TERRITOIRE DE PLAINE LIMAGNE

Contrat Local de Santé Plaine Limagne

Equit' et sens

GEM des dômes

Mission Locale Bassin Thiernois Auvergne-Rhône-Alpes

Plaine Limagne

Mission Locale Riom Limagne Combrailles Auvergne-Rhône-Alpes

Passerelle

PROGR

03 SAMEDI

14h00

FESTIVAL DES RANDONNÉES

SUR LES CHEMINS D'ARTONNE : UNE BALADE AU CŒUR DE L'AUVERGNE

Départ du Puy-Saint-Jean-Puy Saint-Jean, 63460 Artonne

Une belle boucle de 7km entre nature préservée, villages de caractère et horizons volcaniques. Gratuit et sur inscription à tourisme@plainelimagne.fr ou au 06 82 60 08 78

05 LUNDI

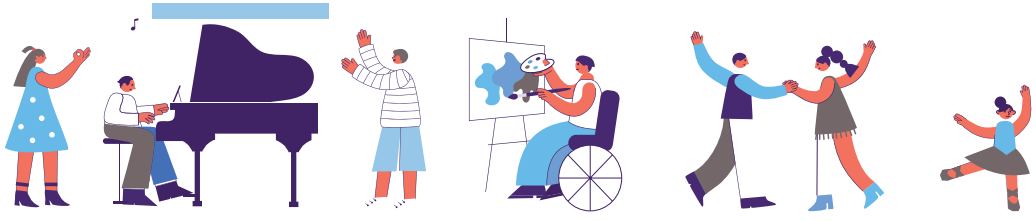
20h00

SOPHROLOGIE

TROUVER DU TEMPS POUR SOI ET SA FAMILLE

MEJ, 8bis route de vichy, 63350

Temps d'échange et outils concretspour mieux concillier vie personnelle et familliale. Gratuit et sur inscription à n.girard@plainelimagne.fr ou 04 73 86 89 89



07 MERCREDI

en matinée

ATELIER POTERIE ALSH

CRÉER POUR GRANDIR : ATELIER POTERIE

ALSH Maringues, 8bis route de Vichy - ALSH Randan 16 rue de Riom, Randan

Atelier poterie proposé par l'ALSH, favorisant le bien-être et la santé mentale des enfants en développant la créativité, l'expression des émotions, la confiance en soi, la concentration et les compétences psychosociales. Enfant de 3 à 11 ans - sur inscription au 04 73 88 88 74

17h30

PORTE OUVERTE

PORTES OUVERTES DE L'ÉCOLE DE MUSIQUE DE RANDAN: UNE RENCONTRE EN MUSIQUE

Chemin de Salvert, Randan

Une porte ouverte pour explorer l'univers musical de l'École de musique et favoriser les rencontres, en partenariat avec la médiatrice des Gens du Voyage Gratuit et sur inscription à : agv@plainelimagne.fr ou par téléphone au 06 24 92 57 87

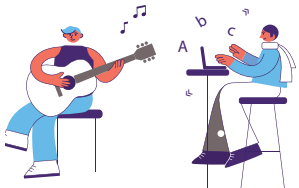
12h00-14h00

ATELIER CUISINE

ART CULINAIRE ET RECETTE DU BIEN-ÊTRE

Maison Nord Limagne, 158 grande rue, 63260 Aigueperse

Atelier cuisine animé par une étudiante en diététique pour construire un menu «réconfort» et montrer que l'alimentation peut soutenir le bien-être. Ouvert aux collégiens. Gratuit et sur inscriptions à : id-ados@plainelimagne.fr ou 07 87 47 51 35



08 JEUDI

en matinée

ATELIER POTERIE ALSH

CREER POUR GRANDIR : ATELIER POTERIE

ALSH Maringues, 8bis route de Vichy - ALSH Randan 16 rue de Riom, Randan

Atelier poterie proposé par l'ALSH, favorisant le bien-être et la santé mentale des enfants en développant la créativité, l'expression des émotions, la confiance en soi, la concentration et les compétences psychosociales. Enfant de 3 à 11 ans - sur inscription au 04 73 88 88 74

19h00

SOPHROLOGIE

TROUVER DU TEMPS POUR SOI ET SA FAMILLE

Espace Saint-Exupéry, place Saint-exupéry, Aigueperse

Temps d'échange et outils concrets pour mieux concillier vie personnelle et familliale. Ouvert à tous et sur inscription à m.girard@plainelimagne.fr ou 04 73 86 89 89

12h00-14h00

CINÉ-DÉBAT

« LÀ OÙ LE CIEL EST BLEU » : LE GEM DES DÔMES INVITE LES COLLÈGIENS D'AIGUEPERSE AU DIALOGUE AUTOUR D'UN CINÉ-DÉBAT

Collège Diderot Collège à Aigueperse, 12 Rte de Montpensier, 63260 Aigueperse

Le GEM des Dômes propose un ciné-débat aux collègiens d'Aigueperse autour du film « Là où le ciel est bleu », un temps de rencontre et d'échange pour croiser les regards, partager les ressentis et ouvrir le dialogue autour des thématiques du rejet ou de la stigmatisation, et de la solidarité pour déstigmatiser les personnes vivant avec des troubles psychiques abordées par le film. Gratuit et à destination des collégiens de 4eme et 3eme Pour plus d'informations au 07 87 47 51 35



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

10 SAMEDI

10h00

VISITE DU CHÂTEAUD'EFFIAT

ENTRE CHEVALIERS ET SOLDATS

Château d'Effiat - Rue Cinq Mars, 63260 Effiat

Découverte du patrimoine d'Effiat à travers une immersion dans l'histoire du château, l'art médiéval et l'univers militaire, pour un voyage culturel au cœur des siècles passés. Gratuit et sur inscription au 06 82 60 08 78 ou à tourisme@plainelimagne.fr

10h00 à 12h00

DANSE ET MOUVEMENT

BOUGER POUR SON BIEN-ÊTRE

Bibliothèque de Saint sylvestre-Pragoulin, 1, Place Mairie - Le Bourg 63310

Animé par une kinésithérapeute, ce moment dansant invite chacun à se mettre en mouvement, à prendre soin de son corps et à s'accorder une parenthèse de bien-être pour l'esprit. Infos : sante@plainelimagne.fr ou au 0641392831

13 MARDI

09h30

KAMISHIBAI

LE PETIT THÉÂTRE DES HISTOIRES : CONTES EN KAMISHIBAI

Médiathèque Les Ducs de Bouillon - 36 Grand Rue, 63350 Maringues

Découverte de plusieurs histoires racontées à travers le kamishibai, un petit théâtre d'images favorisant l'écoute, l'imaginaire, l'expression des émotions et le partage d'un moment convivial autour du plaisir de lire. Ouvert aux assistants maternels du territoire, sur inscription au 04 73 68 64 04



14 MERCREDI

10h00 -12h00

VISITE D'EXPOSITION ET ATELIER PEINTURE

L'ART EN PARTAGE :
LES JEUNES DE LA MISSION LOCALE RENCONTRENT HUB'ART

Médiathèque Les Ducs de Bouillon - 36 Grand Rue, 63350 Maringues

Venez découvrir l'art autrement : une visite d'exposition inspirante suivie d'un atelier peinture créatif avec les missions locales de Thiers et Riom ! Gratuit et sur inscription.

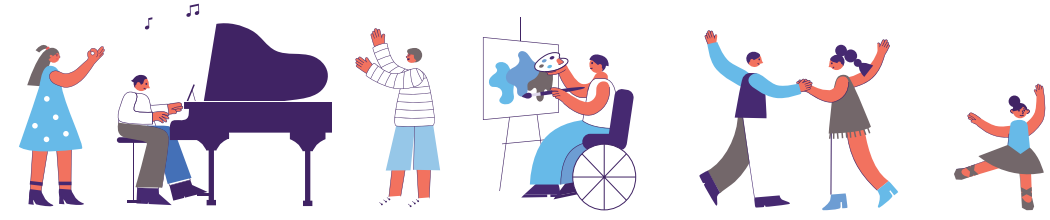
14h00 - 16h00

EXPOSITION ET ATELIER PEINTURE

L'ART EN PARTAGE : L'ASSOCIATION PASSERELLE RENCONTRENT HUB'ART

Médiathèque Les Ducs de Bouillon - 36 Grand Rue, 63350 Maringues

Venez découvrir l'art autrement : une visite d'exposition inspirante suivie d'un atelier peinture créatif avec Passerelle Thiers et Hub'Art ! Gratuit et sur inscription.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

14 MERCREDI

Ciné Vichy

ART CINÉMATOGRAPHIQUE

SORTIE CINÉMA

Cinéma de Vichy, 35 Rue Lucas, 03200 Vichy

Une initiation au 7e art pour vivre toute la magie d'un film dans les conditions d'une véritable salle de cinéma avec la médiatrice gens du voyage. Sur inscription au 06 24 92 57 87.

10h00

KAMISHIBAI

LE PETIT THÉÂTRE DES HISTOIRES : CONTES EN KAMISHIBAI

Médiathèque Les Ducs de Bouillon - 36 Grand Rue, 63350 Maringues

Découverte de plusieurs histoires racontées à travers le kamishibai, un petit théâtre d'images favorisant l'écoute, l'imaginaire, l'expression des émotions et le partage d'un moment convivial autour du plaisir de lire. Ouvert à tous et sur inscription au 04 73 68 64 04

18 DIMANCHE

à partir de 10h00

ACTIVITÉ

ÉQUITHÉRAPIE

Equit' et sens La Ronzière 63460 Artonne

Venez vivre une journée en séances collectives (15 personnes maximum) autour de 3 ateliers découverte : pansage, parcours à pied et parcours à cheval ou poney ! Sur inscription au 06 41 39 28 31 ou santé@plainelimagne.fr



PROGRAMME

DU 15 OCTOBRE AU 15 NOVEMBRE

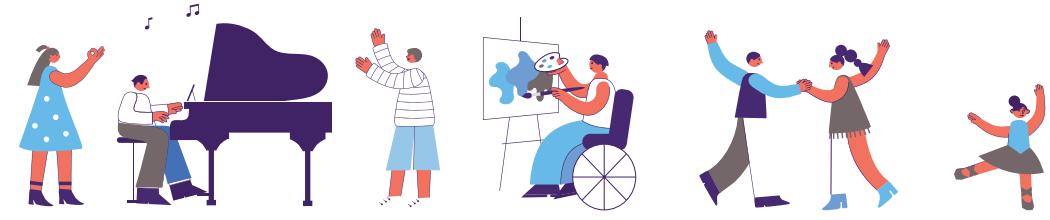
(sur les horaires d'ouverture de la médiathèque)

PRÉSENTATION THÉMATIQUE MÉDIATHÉQUE

VOYAGE SONORE : LA DÉCOUVERTE DE LA MUSICOTHÉRAPIE

Médiathèque-ludothèque Les Sources - 158 Grande Rue, 63260 Aigueperse

Découverte de la musicothérapie à travers un espace d'écoute de vinyles et une sélection d'ouvrages, invitant chacun à explorer les bienfaits de la musique sur le bien-être, les émotions et la santé mentale.



TERRITOIRE DE

MOND'ARVERNE COMMUNAUTÉ

cpie CLERMONT - DÔMES

EIPAS Association

MOND'ARVERNE COMMUNAUTÉ Clermont côté sud

CINÉPARC

GEM des dômes

CLS Contrat Local de Santé

CIAS Centre Intercommunal d'Action Sociale Mond'Arverne Communauté

06 MARDI

17h30-19h00

DANSE

A LA DÉCOUVERTE DE LA DANSE LIBRE AVEC LÉAH

Pôle Ados de Montcervier Vic-le-Comte

A travers différents petits exercices, Léah va vous emmener à vous mettre en mouvement, à observer et à ressentir votre corps. Ce n'est pas un cours de danse, chacun vient avec ses ressources et capacités. Aucun pré-requis de danse. 20 collégiens maximum. Gratuit, sur inscription auprès de Pauline : 06 49 70 10 57 ou p.salque@mond-arverne.fr

07 MERCREDI

10h30

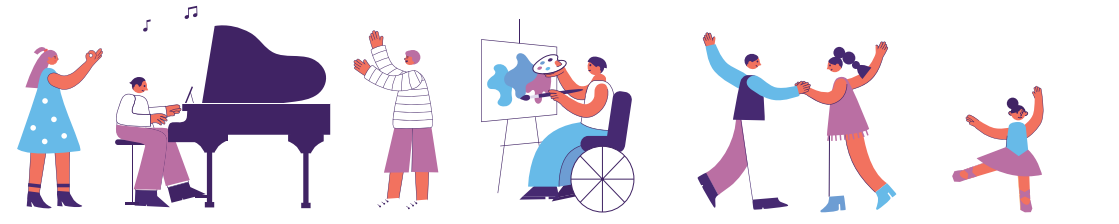
ATELIER DE LECTURE

BÉBÉS NOMADES

Médiathèque de Manglieu

A destination des tout-petits, ce rendez-vous lecture leur permet de se laisser emporter par des histoires adaptées, variées et poétiques.

Lectures de 30 min pour tout-petits (0-3 ans)
Gratuit / Inscription obligatoire à partir du 07 septembre auprès d'Esther au 06 88 56 33 90 ou reseaulecture@mond-arverne.fr



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

08 JEUDI

18h00-19h30

ATELIER

MUSIQUE ET SANTÉ MENTALE : QUAND LE CORPS ET L'ESPRIT S'ACCORDENT

Médiathèque de Saint-Georges-sur-Allier

Un atelier d'exploration du lien entre corps et esprit grâce à la médiation musicale sera proposé par une psychologue de la santé (association EIPAS, Maya CORMAN) Aucun pré-requis. 8 personnes maximum. Gratuit

Inscription obligatoire à partir du 08 septembre auprès d'Esther au 06 88 56 33 90 ou par mail reseaulecture@mond-arverne.fr

10 SAMEDI

14h00-17h00

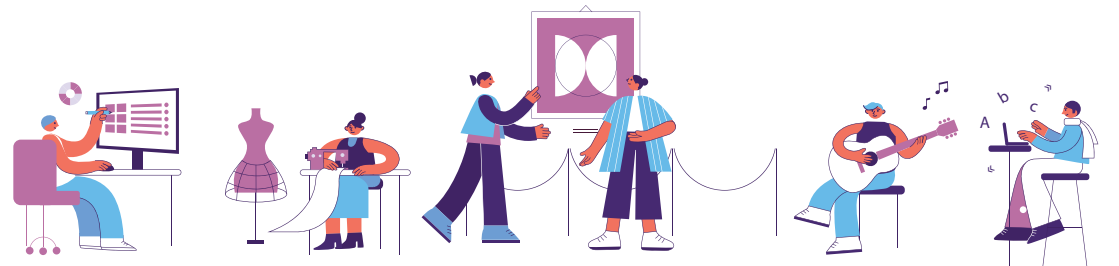
ANIMATION

ECHECS ET MAT !

Médiathèque des Martres-de-Veyre

Animé par Guillaume Paugam Initiation, pratique, jeux : les échecs dans tous leurs états... Stratégie et réflexion seront au cœur de cette activité.

Atelier d'échecs / Tout public à partir de 8 ans. Gratuit, sans inscription.



12 LUNDI

18h00-20h00

DANSE

A LA DÉCOUVERTE DE LA DANSE LIBRE AVEC LÉAH

Salle polyvalente Espace J. Prévert à La Roche-Blanche

Il ne s'agit pas d'un cours de danse mais d'un atelier où le corps est mis en jeu pour vivre différentes expériences émotionnelles. Les participants sont accueillis avec leur façon d'être et de se sentir dans le moment présent, avec leurs propres ressources et capacités. Aucun pré-requis. 5 personnes mini, 20 maximum. Gratuit, sur inscription auprès de Pauline au 06 49 70 10 57 ou par mail p.salque@mond-arverne.fr

14 MERCREDI

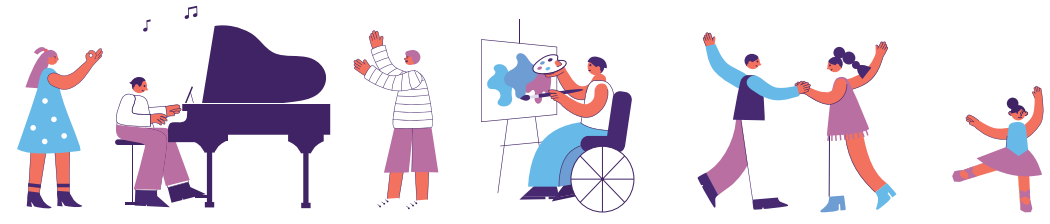
09h30-10h30

EVEIL MUSICAL

RENCONTRES MUSICALES PARENTS-BÉBÉS

Médiathèque de la Sauvetat

Cécile Paulet vous invite à entrer tout en douceur dans le monde du rêve, de l'imaginaire, de la musique. Les tout-petits écoutent, explorent en toute liberté des instruments adaptés, dans la créativité et le plaisir. Atelier de 45min pour les 0-3 ans et leurs accompagnants (10 personnes maximum) . Gratuit et sur inscription obligatoire à partir du 14 septembre auprès d'Esther au 06 88 56 33 90 ou reseaulecture@mond-arverne.fr



14 MERCREDI

14h00-16h30

ATELIER ENFANT-PARENT

LAND ART

Bibliothèque de la Roche-Blanche

Créez des œuvres éphémères en utilisant les matériaux offerts par la nature. Les enfants devront faire travailler leur créativité et leur imagination en jouant sur les formes et les couleurs.

Pour les enfants de 5 à 12 ans et leurs parents. 20 personnes maximum. Gratuit, sur inscription à partir du 14 septembre auprès d'Esther 06 88 56 33 90 ou par mail à reseaulecture@mond-arverne.fr

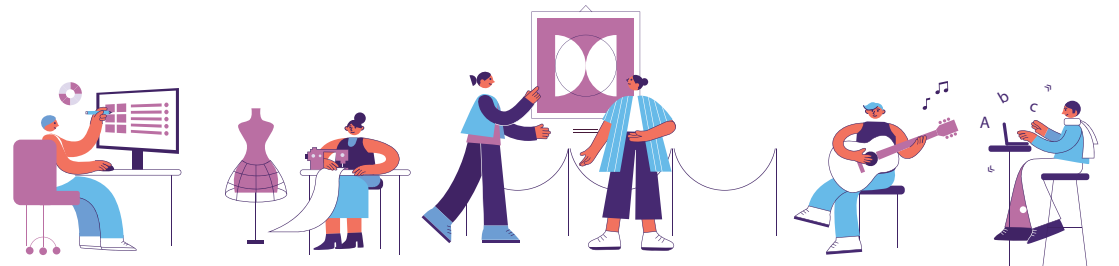
15h00

KAMISHIBAI

LES PETITES HISTOIRES QUI FONT DU BIEN À LA TÊTE.

Médiathèque de Vic-le-Comte

Laissez les images des kamishibaïs vous emmener dans des histoires pleines d'émotions, de rêves et de petits soucis qui trouvent leur chemin. Un temps d'écoute doux et amusant pour explorer ce qui se passe dans nos têtes et repartir avec le sourire. Gratuit, sur inscription à partir du 14 septembre auprès d'Esther 06 88 56 33 90 ou reseaulecture@mond-arverne.fr



PROGR

14 MERCREDI

18h30-20h00

DOCUMENTAIRE
«UN VOYAGE VERS LA MÉMOIRE»

Salle Chabanne, Mairie de Saint Amant Tallende

Plongez dans une aventure sportivee et artistique : un périple à vélo de Vic-le-Comte jusqu'au Rendez-vous du Carnet de Voyage à Clermont-Ferrand.

Au programme :

- Projection d'un documentaire captivant et solidaire sur fond de la maladie d'Alzheimer;
- Découverte du carnet de voyage créé par les résidents de l'EHPAD de Vic-le-Comte ;
- Échanges autour d'un temps convivial avec les protagonistes du documentaire et des professionnelles de santé du CIAS du territoire.

Une soirée inspirante à ne pas manquer ! Entrée libre et gratuite, réservation conseillée auprès de Pauline : 06 49 70 10 57 ou par mail p.salque@mond-arverne.fr

15 JEUDI

18h00-19h30

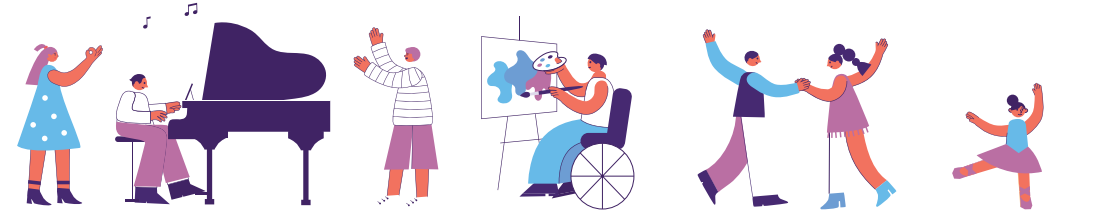
DOCUMENTAIRE
PROJECTION & ÉCHANGES «LÀ OÙ LE CIEL EST BLEU»

Espace Loisirs à Aydat

Un documentaire engagé et inspirant pour :

- Briser les préjugés sur les troubles psychiques ;
- Mettre en lumière la solidarité et les initiatives thérapeutiques innovantes ;
- Donner la parole aux Gémois.

Une soirée pour découvrir les GEM et changer de regard. Entrée libre et gratuite, réservation conseillée auprès de Pauline : 06 49 70 10 57 ou p.salque@mond-arverne.fr



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

16 VENDREDI

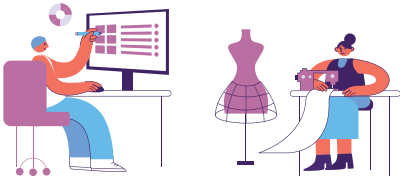
18h00

SOIRÉE D'INFO

PARENTS & ADOS : PARLONS-EN

Salle des fêtes à Orcet

L'adolescence, une période de changements, d'émotions et de découvertes... Comment mieux accompagner votre ado au quotidien ? Venez échanger avec des experts et d'autres parents lors d'une soirée alliant mini-conférence pour mieux comprendre l'adolescence et stands d'informations. Le tout autour d'un moment de convivialité pour créer du lien ! Entrée libre et gratuite, réservation conseillée auprès de Pauline au 06 49 70 10 57 ou par mail p.salque@mond-arverne.fr



09h30-11h30

ATELIER LECTURE

BÉBÉS LECTEURS

Médiathèque de Vic-le-Comte

Animé par Laurence Fusco
A destination des tout-petits et de leurs accompagnants, ce rendez-vous lecture leur permet de découvrir les livres et le plaisir de les manipuler.
Lectures pour tout-petits (0-3 ans)
Gratuit, sans inscription.

21 VENDREDI

20h30

PROJECTION

«LES RÊVES DANSANTS : DANS LES PAS DE PINA BAUSCH»

Halle du Jeu de Paume Vic-le-Comte

En 2008, Pina Bausch, quelques mois avant sa mort, décide de reprendre son fameux spectacle Kontakthof, non plus avec sa troupe, mais avec des adolescents de 14 à 18 ans qui ne sont jamais montés sur scène et n'ont jamais dansé. Vus des coulisses, naissance d'une passion et premiers émois dansés.
Tout public, 1h30, VOST
Billetterie Ciné Parc : 5.50 € normal / 3.50 € réduit ou abonné

PROGRAMME

Du 5 au 16 octobre 2026

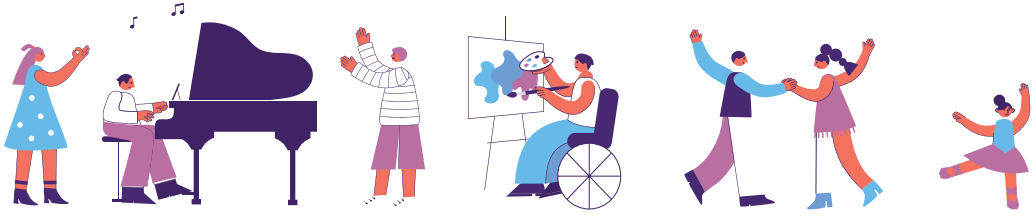
EXPOSITION

LE REFLET DE NOS ÂMES

Hall de l'Espace Loisirs à Aydat

Mise en valeur d'une exposition de photographies réalisée en 2022 par Franck, un photographe bénévole, qui propose des portraits des adhérents du GEM de Cournon. Les Groupes d'Entraide Mutuelle sont des lieux où les personnes adultes souffrant de troubles psychiques et d'isolement peuvent se retrouver pour discuter et partager des activités communes. Le but étant de restaurer et de maintenir des liens sociaux, de rompre l'isolement.

Entrée libre et gratuite aux horaires d'ouverture de l'Espace Loisirs



TERRITOIRE DE RIOM



06 MARDI

12h15-13h15

MUSIQUE

SIESTE MUSICALE

Médiathèque des Jardins de la Culture, 2 Ter Fbg de la Bade, 63200 Riom

Dans un espace cocooning et intime, propice à la détente, l'école de musique de Riom vous propose une petite parenthèse musicale, véritable invitation à la détente, à la rêverie et au voyage intérieur.
Entrée gratuite, dans la limite des places disponibles.
Renseignements école de musique au 04 73 66 06 66

07 MERCREDI

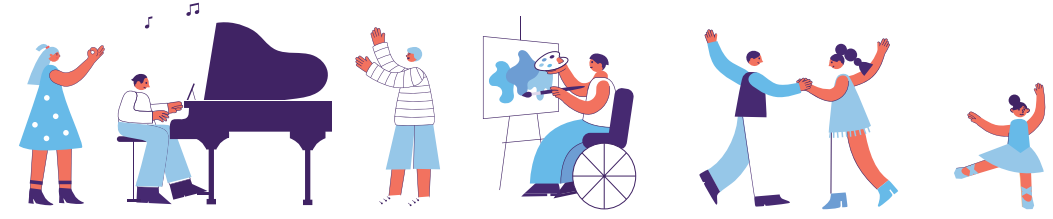
14h00-17h00

FORUM ATELIER

L'ART DANS TOUS LES SENS

Esplanade des jardins de la culture, 2 Ter Faubourg de la Bade, 63200 Riom

Le forum «l'art dans tous les sens» construit par l'ensemble des partenaires du bassin de Riom à destination du grand public et sur l'espace public, propose des échanges, de la découverte, de l'initiation, de la pratique des arts dans tous les sens au service de la promotion de la santé mentale, de la déstigmatisation des troubles psychiques,de la levée des tabous, de la lutte contre les idées reçues.
Accès libre et gratuit, tout public.
Renseignements au CCAS de Riom au 04 73 33 49 00



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

09 VENDREDI

à partir de 16h

TEMPS

LE TIERS-LIEU AESUS EN MUSIQUE

AESUS, 37 bis Faubourg de Layat 63200 Riom

A la découverte du Tiers-Lieu AESUS, espace hybride à mi-chemin entre la maison et le travail, lieu de collaboration, de création, de coopération et de partage: concert gratuit avec Swing Mary et les Gaperons Rouges. Accès libre et gratuit, Renseignements: AESUS 06 78 91 90 11

10 SAMEDI

10h00 et 11h30 (début ateliers)

ATELIER

SOPHROLOGIE ET SANTÉ MENTALE : RESPIRER, RELÂCHER, SE RECENTRER

Médiathèque de Volvic 9 rue des Ecoles, 63530 Volvic

Découvrir des outils simples de sophrologie favorisant l'apaisement mental, l'écoute de soi et la régulation du stress au quotidien Intervenante : Eléonore MELIS, Sophrologue certifiée. Gratuit et sur inscription. Contact : RLV Info Jeunes - 04 73 64 16 12 ou infojeunes@rlv.eu .
Atelier de 1 heure. Groupe de 10 personnes max. A partir de 12 ans.



PROGR

13 MARDI

20h00

SPECTACLE

TOUT SAUF LE SILENCE, DE LA COMPAGNIE EN MÊME TEMPS ET SÈVERINE LUCCHESI, ACCOMPAGNATRICE DU DEUIL.

Salle Dumoulin, mail Dumoulin 63200 Riom

Un spectacle du service culturel qui propose d'aborder, avec un regard différent, la question du deuil et son impact sur notre santé mentale. Une forme originale, hybride, qui mêle un geste artistique et une partie de conférence qui privilégie la sensibilité et la douceur des échanges. Gratuit sur inscription au CCAS de Riom au 04 73 33 49 00, dans la limite des places disponibles. A partir de 14 ans.

14 MERCREDI

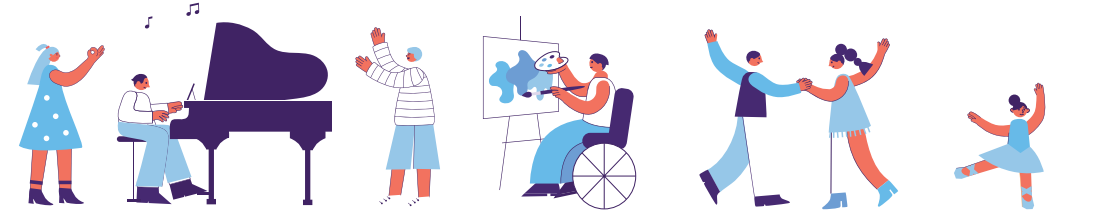
14h00-18h00

ATELIER

ANIMATION JEUX DE SOCIÉTÉ AUTOUR DE LA GESTION DES ÉMOTIONS

Médiathèque de Volvic, 9 rue des Ecoles, 63530 Volvic

Découverte des émotions - Comment gérer ses émotions ? Intervenant : Ludothèque La Vache Carré. Gratuit et accessible à tous. Contact : RLV Info Jeunes - 04 73 64 16 12 ou infojeunes@rlv.eu



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

16 VENDREDI

14h00 - 17h00

ATELIERS

IMMERSION AU GEM : DÉCOUVREZ, PARTAGEZ, SAVOUREZ!

GEM des Dômes - 3 rue Pascal 63200 Riom

Et si on se rencontrait? Au GEM, on vous ouvre nos portes pour un après-midi 100% échanges, 100% convivial. Au programme, activités, discussions sans tabou, visite des lieux et un goûter maison. Parce que la santé mentale, ça se vit aussi ensemble. Gratuit et sur inscription aux 04 43 13 34 78 ou 06 04 40 04 96 gemriomsainteloy@gmail.com

18h00

CINEMA

PROJECTION CINÉMA : LES RÊVEURS DE ET AVEC ISABELLE CARRÉ

Cinéma Arcadia 2B Faubourg de la Bade 63200 Riom

Projection d'un film sur la thématique de la santé mentale, pour passer un bon moment, en toute simplicité. Ouvert à tous - Gratuit (dans la lumite des places disponibles).

Renseignements cinéma Arcadia 04 73 64 77 99 et CCAS de Riom 04 73 33 49 00



17 SAMEDI

14h00 - 17h00

RENCONTRE

BIBLIOTHÈQUE VIVANTE

Médiathèque les Jardins de la Culture - 2ter Faubourg de la Bade 63200 Riom

Quand les livres deviennent des personnes qui souhaitent partager avec vous leur récit de vie, dans un tête à tête qui privilégie un cadre ouvert et bienveillant. Un outil de rencontres et d'échanges pour sensibiliser aux enjeux de la santé mentale. Gratuit et sans inscription.
Renseignements Médiathèque les Jardins de la Culture 04 73 64 63 00

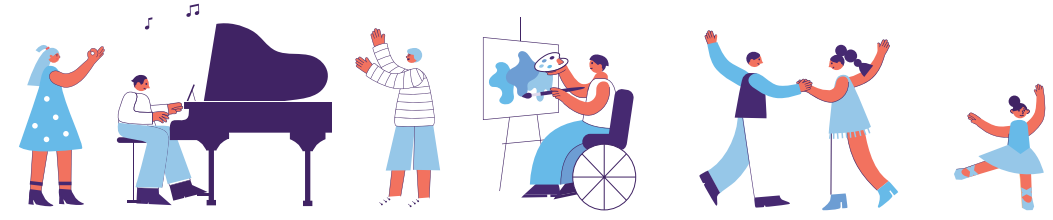
15h00-18h00

PRESENTATION

PRÉSENTATION DES RESSOURCES

Médiathèque les Jardins de la Culture - 2ter Faubourg de la Bade 63200 Riom

Présentation des outils d'aide à la lecture et du fond Facile à Lire. Gratuit et sans inscription.



05 AU 18

(horaires d'ouverture de la Médiathèque)

RESSOURCES

PRÉSENTATION DES RESSOURCES

Médiathèque les Jardins de la Culture 2ter Faubourg de la Bade 63200 Riom

Table de présentation autour de la santé mentale. Une sélection de divers documents sera proposée afin de pouvoir les lire sur place ou les emprunter. Gratuit et sans inscription.



TERRITOIRE DU SANCY

Communauté de communes Dômes Sancy Artense

EIPAS

Le Poulailler Cabaret Rural

Massif du Sancy Communauté de communes

CPTS Sancy-Ouest

CPTS SUD 63

Besse Super Besse Commune de Besse et St-Anastaise

Association les Culturés de Saint-Julien

PROGRAMME

06 MARDI

17h30-19h00

ATELIER

SUSCITER LE BIEN-ÊTRE PAR LE MOUVEMENT DANSÉ

Communauté de communes Massif du Sancy, 4 Boulevard Mirabeau 63240 Le Mont-Dore

Atelier d'exploration du mouvement dansé pour expérimenter son effet bénéfique sur la santé physique et mentale au travail à un niveau individuel (gestion du stress et des émotions en passant par la sphère corporelle) et collectif (cohésion sentiment d'appartenance...). Aucune notion de danse nécessaire Organisé par l'association EIPAS, en partenariat avec les Communautés de communes Massif du Sancy et Dômes Sancy Artense. Environ 1h30 Sur inscription au 07 60 75 64 11 et gratuit.

14 MERCREDI

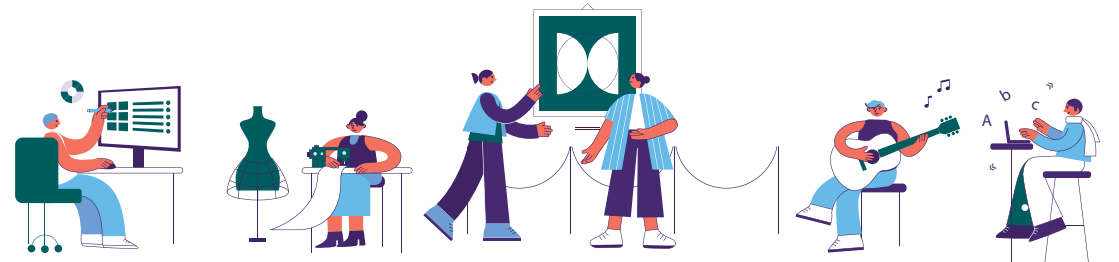
14h00-15h30

ATELIER

RACONTE-TOI, LAISSE TES ÉMOTIONS NOUS RACONTER UNE HISTOIRE»

Médiathèque de Rochefort-Montagne, Place de la Fontaine 63210 Rochefort-Montagne

Atelier de création d'un conte autour du bien-être destiné aux enfants, encadré par l'association Les Culturés de Saint-Julien, en partenariat avec les Communautés de communes Dômes Sancy Artense et Massif du Sancy.. Environ 1h30. Gratuit. Destiné aux enfants, environ 7 à 10 ans. Inscription conseillée au 04 73 21 18 73.



15 JEUDI

19h30

SPECTACLE

SPECTACLE «DE L'ERRANCE À LA RÉSILIENCE»

Cabaret Le Poulailler, Piquat, 63210 Saint-Pierre-Roche

Seule en scène, entre humour, vérité brute et poésie, la comédienne Nancy Maniol explore les chemins de l'addiction et du rétablissement. Organisé par le Cabaret Le Poulailler, en partenariat avec la CPTS Sancy Ouest et avec les Communautés de communes Dômes Sancy Artense et Massif du Sancy. Tout public, à partir de 14 ans Environ 2h. Gratuit, sans réservation. Pour toutes infos, 06 07 47 40 67

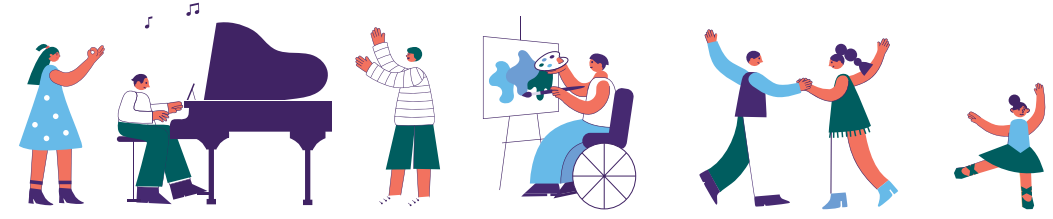
12h00-14h00

ATELIER

ATELIER PRENDRE SOIN DE SOI POUR PRENDRE SOIN DES AUTRES : TOUT UN ART...DE VIVRE

Maison France Services 17 rue des Prés de la Ville 63610 Besse-et-Saint-Anastaise

Atelier de prévention du burn-out chez les professionnels de santé dans un format convivial, animé par une psychologue et accompagné d'un buffet léger. Organisé par la CPTS Sud 63 et l'association EIPAS, en partenariat avec les Communautés de communes Massif du Sancy et Dômes Sancy Artense. A destination de tout professionnel de santé du territoire 2h. Gratuit, sur inscription au 06 30 93 55 43.



16 VENDREDI

20h30

SPECTACLE

SPECTACLE «DE L'ERRANCE À LA RÉSILIENCE»

Salle des fêtes (sous la mairie), 63610 Besse-et-Saint-Anastaise

Seule en scène, entre humour, vérité brute et poésie, la comédienne Nancy Maniol explore les chemins de l'addiction et du rétablissement. Organisé par le Cabaret Le Poulailler, en partenariat avec la CPTS Sancy Ouest et Organisé par la CPTS Sud 63 et la commune de Besse, en partenariat avec les Communautés de communes Massif du Sancy et Dômes Sancy Artense. Tout public, à partir de 14 ans Environ 2h. Gratuit, sans réservation. Pour toutes infos, 06 07 47 40 67.



TERRITOIRE DE THIERS





PROGRAMME

05 LUNDI

14h00

EXPOSITION

«VENEZ DÉCOUVRIR LES BANNIÈRES DE THIERS !»

Maison des familles et du lien rue du 8 mai 1945, 63300 Thiers

Retours sur l'atelier bannières réalisées cette année par 8 personnes au CCAS de Thiers autour de 2 thèmes: sous-bois féérique et douceurs et merveilles de la Terre. Balade, découverte des bannières de la ville de Thiers, témoignages des artistes du CCAS. Rendez-vous à la Maison des familles et du lien. Goûter offert. Accès libre.

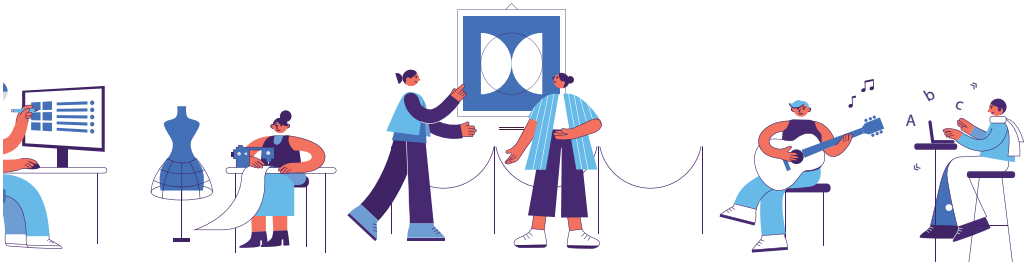
14h00 - 16h00

BALADE DÉCOUVERTE

A LA DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE DE COURPIÈRE: UNE BALADE POUR SE RESSOURCER !

Centre bourg de Courpière, 63300 Thiers

Venez explorer le patrimoine de Courpière. Au fil d'une balade conviviale, partez à la découverte de son histoire, de ses personnalités et de ses petits trésors abrités près de l'église Saint-Martin. Une occasion de prendre l'air, de partager un moment chaleureux et de prendre soin de son bien-être. Rendez-vous place de la cité administrative Suivi de la visite de l'exposition « arc en ciel » Gratuit et ouvert à tous avec un goûter offert.



06 MARDI

14h00-16h00 et 18h30-20h30

ATELIER

«ENTRONS DANS NOS TÊTES»

Atrium, 25 avenue de Cizolles 63300 Thiers

Exposition éphémère où les participants sont acteurs d'un tableau évolutif où chacun dépose des mots en lien avec des maux, accompagné d'ambiance musicale, d'objets variés stimulants et d'une Art-thérapeute (Elodie Bernard Lacroix de Riom) qui invite à réfléchir sur les bienfaits de l'art.
Ce créneau de 18h30 à 20h30 est réservé aux résidents de l'Atrium, en accès libre et sur inscription au 06 84 32 73 80 (jauge de 15 personnes).

07 MERCREDI

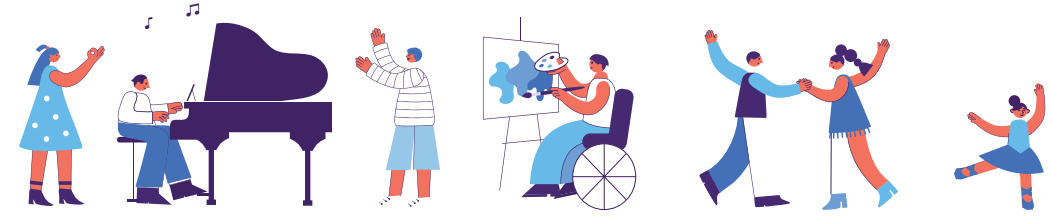
14h00-16h00

ATELIER

«L'ART FAIT DU BIEN: JOUER AVEC LE MUSÉE D'ORSAY !»

EHPAD Les Papillons d'Or 32 avenue ,Thiers 63120 Courpière

La Micro-Folie de Courpière vous invite à participer à des jeux ludiques autour des œuvres du Musée d'Orsay. Venez stimuler votre curiosité, exercer votre mémoire et partager un moment convivial autour de l'art et de la culture. Goûter offert.
Ouvert à tout public en accès libre, sur inscription auprès du CCAS au 04 73 53 01 21 ou de l'EHPAD au 04 73 53 29 60 en tapant 6.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

08 JEUDI

10h00-11h30

ATELIER

«THÉATRE ET SANTÉ MENTALE»

EHPAD Aquarelle Centre hospitalier de Thiers, Route du Fau 63300 Thiers

Atelier intergérationnelle de techniques Théâtrales. Pour favoriser l'expression, l'écoute, la confiance en soi ainsi que les échanges entre les résidents et les jeunes participants, dans un cadre convivial et bienveillant. Ouvert aux jeunes de 16 à 25 ans, suivis ou non par la mission locale, et aux résidents de l'EHPAD, ce créneau est en accès libre sur inscription auprès de la mission locale au 04 73 80 49 69 (jauge limitée à 10 jeunes).

09 VENDREDI

14h00-16h00

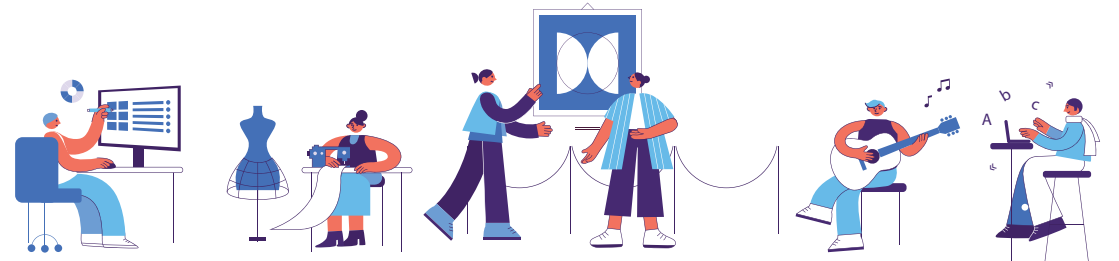
CINÉ DÉBAT

L'ART D'ÊTRE HEUREUX: ET SI ON PRENAIT UN MOMENT POUR PARLER ... BONHEUR ?

Médiathèque intercommunale de Lezoux, Rue du Dr Grimaud 63190 Lezoux

le CCAS, la Médiathèque et l'association EPE 63 vous invitent à un après-midi ciné-débat autour du film "L'art d'être heureux". Après la projection, place aux échanges ! Un temps de discussion ouvert à tous pour partager ses ressentis, ses idées et ses expériences autour du bien-être et de la santé mentale. Une classe de CM1 sera également présente pour enrichir les échanges et croiser les regards.

Accès libre, avec accompagnement d'un adulte obligatoire pour les enfants.



PROGR

09 VENDREDI

15h00

DOCUMENTAIRE DÉBAT

«A L'INTÉRIEUR»

Cinéma Le Rex 50 bd Vercingétorix 63120 Courpière

De la réalisatrice Claire Juge. Le film suit patients, soignants et artistes participant ensemble à une création chorégraphique portée par la chorégraphe Ariane Boulet et le psychiatre Emmanuel Monneron. Il montre comment la danse peut transformer les relations entre patients et soignants, favoriser l'expression de soi, lutter contre la stigmatisation liée aux troubles psychiques et créer du lien social et artistique. Le documentaire dure environ 56 minutes. Echanges avec la réalisatrice (sous réserve de validation).
Gratuit et sans réservation.

12 LUNDI

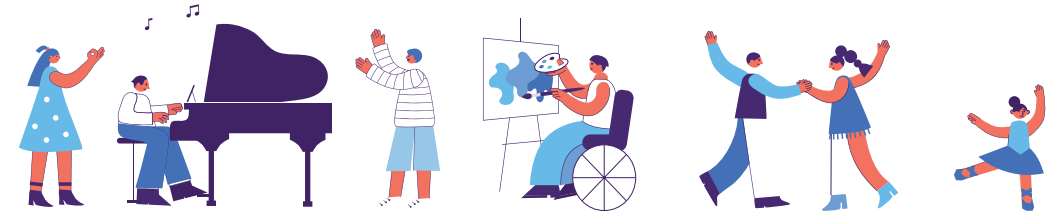
14h00 - 17h00

ATELIER

«DONNER DES COULEURS À VOS ÉMOTIONS !»

Salle d'animation, place de la cité administrative 63120 Courpière

Venez participer à un atelier artistique autour des émotions. À travers la création, les couleurs et l'expression personnelle, prenez un moment pour explorer, partager et mettre en lumière ce que vous ressentez, dans un cadre bienveillant et convivial. Aucune compétence artistique n'est nécessaire : laissez simplement parler votre créativité !
Gratuit et en accès libre, sur inscription auprès du CCAS au 04 73 53 01 21.



13 MARDI

16h00 - 19h00

PORTES OUVERTES

PÔLE DE SANTÉ MENTALE DU CENTRE HOSPITALIER DE THIERS

Centre hospitalier de Thiers Route du Fau 63300 Thiers

Vernissage de l'exposition des oeuvres des patients réalisées en EHPAD,USLD, PSM et la mission locale en présence de l'artiste Brian COUGAR. Présentation du CMP, HDJ , offre de soins globale. Cocktail dînatoire. En partenariat avec le centre d'art contemporain le Creux de l'Enfer de Thiers. Accès libre. Sur inscription par mail emgen@ch-thiers.fr avant le 15 septembre. Réservées aux professionnels.

09h00 - 12h00

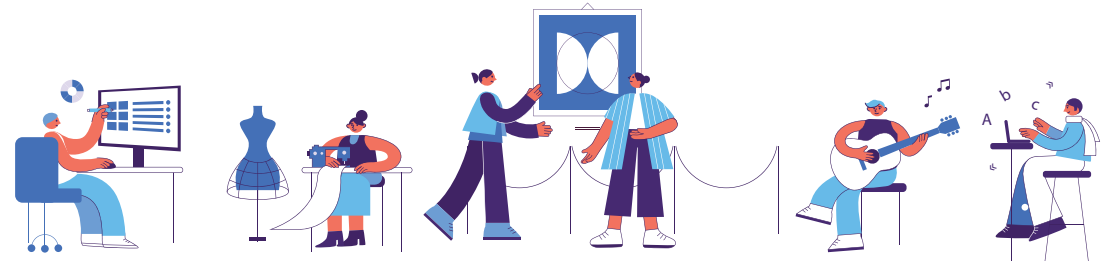
VIDÉOS DÉBAT

«ART ET SANTÉ MENTALE»

Mission locale, 20 rue des Drs Dumas 63300 Thiers

Projection de vidéos et temps d'échanges avec un psychologue sur les thématiques art et santé mentale. Gratuit sur inscription au 04 73 80 49 69.

Ouvert aux jeunes de 16 à 25 ans suivis ou non pas la mission locale.



14 MERCREDI

14h00-16h00

VISITE GUIDÉE

MUSÉE DE LA CÉRAMIQUE

Musée de la céramique,39 rue de la République 63190 Lezoux

Pour la deuxième année consécutive, le Centre communal d'action sociale de Lezoux participe et affirme ainsi son engagement en faveur du bien-être et de la santé mentale pour tous. Le thème 2026, « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts », met à l'honneur la création artistique comme source d'expression et de lien social à travers des ateliers, des expositions et des rencontres. Le musée s'associe à cette initiative et vous propose une visite suivie d'un atelier modelage autour des émotions : joie, tristesse, peur... à vous de créer votre masque !
Gratuit et sur réservation au 04 73 73 42 42, avec accompagnement d'un adulte obligatoire pour les enfants.

09h00-12h00

ATELIER

«JE CUISINE POUR MA SANTÉ MENTALE»

Mission locale 20 rue des Drs Dumas 63300 Thiers

Elaboration de pâtisseries et distribution lors de l'atelier d'art-thérapie de la médiathèque de Thiers l'après-midi. Gratuit et sur inscription auprès de la mission locale 04 73 80 49 69 pour les jeunes de 16 à 25 ans suivis ou non.

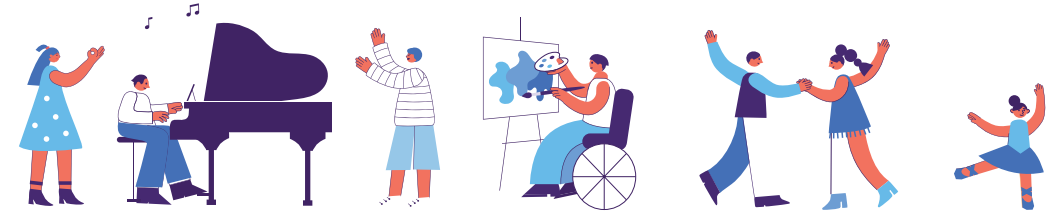
10h30

ATELIER

«LES RACONTINES»

Médiathèque Maurice Adevah-Poeuf, place Antonin Chastel 63300 Thiers

Partager une histoire, c'est prendre le temps de rêver, de ressentir et de grandir ensemble. Un petit moment de lecture pour les tout-petits ... pour beaucoup de bien-être. Destiné aux enfants de 0 à 4 ans, renseignements auprès de la médiathèque de Thiers au 04 73 80 44 24.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

14 MERCREDI

14h00

ATELIER

«DÉCOUVERTE DE L'ART-THÉRAPIE»

Médiathèque Maurice Adevah-Poeuf place Antonin Chastel 63300 Thiers

Découverte de l'art-thérapie à travers un atelier d'initiation où la création devient un moyen d'explorer ses émotions, de favoriser le bien-être et de s'offrir un moment pour soi avec Chloé Digard, art-thérapeute. Goûter organisé par la mission locale de Thiers. Gratuit et ouvert à tous.
Infos : Médiathèque de Thiers au 04 73 80 44 24. Aucun prérequis artistique n'est nécessaire.

14h00-16h00

ATELIER

«LA MUSIQUE POUR STIMULER LE CORPS ET L'ESPRIT !»

Locaux de l'association» Les Canotiers» place Jean Payre 63120 Courpière

Participez à un atelier musical dynamique de type Brain Ball. À travers le rythme, le mouvement et la coordination, venez stimuler votre attention, libérer les tensions et partager un moment collectif à la fois ludique et bienveillant. Gratuit et sur inscription au CCAS 04 73 53 01 21
Jauge de 20 personnes.

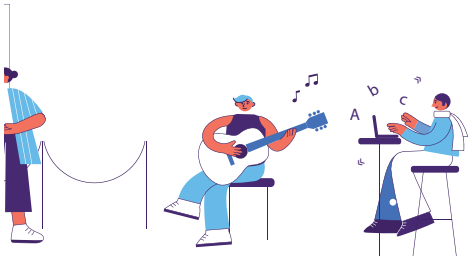
15h30

CONFÉRENCE

«L'ENFANT QUI PARLE À L'OCÉAN»

Médiathèque Maurice Adevah-Poeuf, place Antonin Chastel 63300 Thiers

Entre traumatisme et résilience avec Frédéric-Jacques Bourgade. Ancien pupille de l'assistance, ancien cadre hospitalier et chercheur en sciences sociales, l'auteur invite le public à une rencontre autour des blessures de l'enfance, de la résilience et du pouvoir des récits pour comprendre et se reconstruire. Il présentera son livre «Les perles nacrées de nos larmes» aux effluences de cendre mais qui se veut semeur de joie, d'espérance, de confiance en la vie chez tous ceux qui ont souffert. Vente-dédicace avec la librairie Trenslivre. Gratuit et ouvert à tous.
Infos : Médiathèque de Thiers au 04 73 80 44 24



15 JEUDI

16h-18h et 19h-21h

ATELIER

«TOUS À LA PAGE»

Atrium, 25 avenue de Cizolles 63300 Thiers

Que puis-je mettre en place pour dorlotter ma santé mentale ? (jeu du chapeau sur des questions de santé mentale et les émotions), temps d'encrage et imagination d'une bulle de couleur, créations de poésies surréalistes guidées sur une journée pas forcément habituelle), retours sur le temps partagé. Coanimé par Pascale Harcadiaux (ancienne psychologue en Belgique) et Caroline Rumilly (animatrice socio-culturelle). L'événement est ouvert à tout public de 16h à 18h en accès libre, puis réservé aux résidents de l'Atrium de 19h à 21h, sur inscription au 06 84 32 73 80 (jauge limitée à 12 personnes).

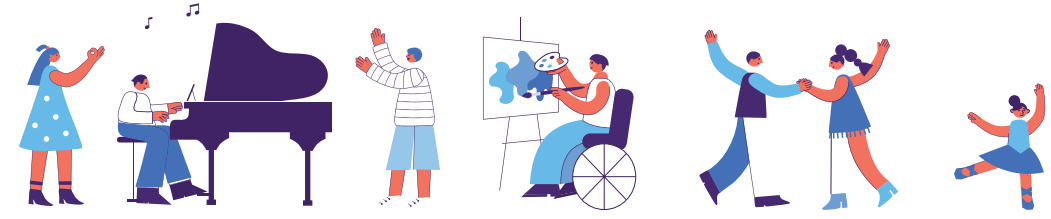
10h00-12h00

EXPOSITION

«SATYRES - SÉRIEUX S'ABSTENIR»

Musée de la céramique, 39 rue de la République 63190 Lezoux

Visite de l'exposition temporaire «Satyres - Sérieux s'abstenir» et création de masques en argile sur les émotions. Gratuit et ouvert aux jeunes 16/25 ans suivis par la mission locale.



RAMME

Semaines d'information sur la santé mentale

16 VENDREDI

20h30

SPECTACLE DE CIRQUE DANSE

«ENTRE LES BARREAUX »

Salle des fêtes 9 chemin Murets 63300 Escoutoux

«Entre les barreaux» allie cirque et danse sur une musique pulsion-nelle et énergique, révélant force et vulnérabilité. Ce duo transforme la contrainte et l'enfermement en un espace d'union et d'entraide (durée 50 mns). Mariotte Parot et Marie Bouvier interrogent l'impact du confinement et de l'enfermement sur le corps et l'esprit : comment, même enfermés, les corps peuvent-ils résister, danser et se réinventer ? Temps d'échanges à l'issue de la représentation. Ecriture et interprétation - Mariotte PAROT et Marie BOUVIER. La compagnie La Fauvette dans le cadre de la saison culturelle Terre de Culture de la communauté de communes Thiers Dore et Montagne. Tout public à partir de 10 ans. Entrée payante : 10€, 5€ tarif réduit, gratuit pour les moins de 18 ans. Le tarif réduit est accordé aux 18-25 ans, aux demandeurs d'emploi et aux étudiants (sur justificatif).

10h00-12h00 et de 14h00-16h00

ATELIER

INITIATION À LA SCULPTURE SUR BÉTON CELLULAIRE»

Médiathèque Paul Valaude 5 place Jean Payre 63120 Courpière

Création d'un objet en béton cellulaire avec Mme Brigitte Gibbes. Gratuit et sur inscription au 04 73 51 29 55 (jauge de 5 personnes)

17h30

CONCERT

«CHANTER POUR MA SANTÉ MENTALE»

Atrium, 25 avenue de Cizolles 63300 Thiers

Créée en 2005 la chorale Diapason de Néronde-sur-Dore reprend chaque année des chansons de variétés françaises d'hier et d'aujourd'hui avec l'aide de sa cheffe de choeur Isabelle Veyssière. Venez découvrir une partie du répertoire de cette saison spécialement conçu pour les SISM ! Gratuit.



17h00

ATELIER

«CAFÉ CULTURE # 1 À L'ORANGERIE»

L'Orangerie 13 rue du Moutier 63300 Thiers

Découvrir les possibilités culturelles sur le territoire

Explorer les propositions culturelles locales : spectacles, expositions, événements, ateliers, réseau de bibliothèques...

Découvrir les solutions de mobilité

notamment le covoiturage, pour faciliter l'accès aux rendez-vous culturels.

Pourquoi aller voir un spectacle ?

Focus sur «Entre les barreaux» à 20h30 à Escoutoux Qu'est-ce que j'attends de ce spectacle ? Une occasion d'échanger autour de nos attentes, de nos émotions et, plus largement, de notre rapport à l'art. Qu'est-ce que le spectacle attend de moi ? Réfléchir à la place du spectateur : être curieux, disponible, s'interroger, ressentir, partager... Repas partagé et poursuite de la soirée à Escoutoux pour le spectacle. Gratuit et ouvert à tous.

Infos : 04 15 80 00 06

17 SAMEDI

10h00-12h00

ATELIER

«ATTRAPE RÊVE»

Médiathèque Paul Valaude, 5 place Jean Payre 63120 Courpière

Création d'un attrape rêve; atelier animé par Babeth bénévole à la médiathèque. Adolescents, Adultes (jauge 5 personnes) Accès libre.

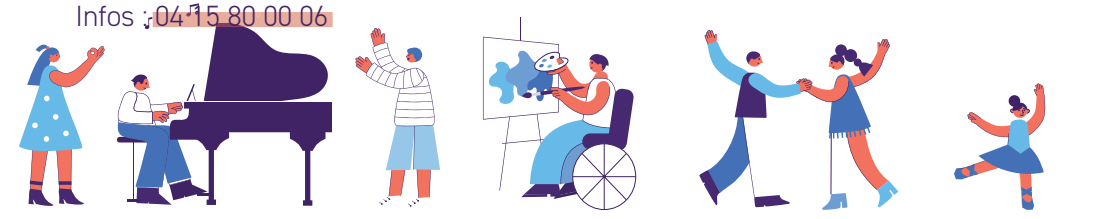
10h00-12h30

ATELIER

«OUVRONS-NOUS AUX ARTS»

L'Orangerie 13 rue du Moutier 63300 Thiers

Ateliers découvertes de pratiques artistiques (peintures, sérigraphie, calligraphie, collages, poésie, land art...). Venez essayer différentes techniques artistiques. Tout public à partir de 6 ans accompagné d'un parent. Gratuit.



du 05 au 09 octobre 2026

VISITE GUIDÉE

DÉCOUVERTE DU CHÂTEAU D´AULTERIBE

Château d'Aulteribe, 63120 Sermentizon

Découverte du château d'Aulteribe et choix d'une oeuvre puis propositions de dispositifs pour amener les participants à s'exprimer sur leur choix et en s'appuyant sur leur compétence: texte, musique, photo ... L'atelier s'adresse aux jeunes de 16 à 25 ans suivis par la mission locale, en accès libre et sur inscription au 04 73 80 49 69 (jauge limitée à 8 jeunes).

---

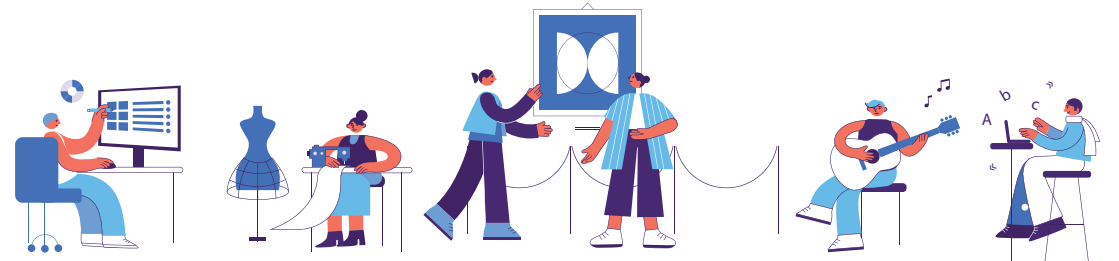
du 06 au 27 octobre 2026

EXPOSITION

EXPOSITION DE L´ASSOCIATION L´ATELIER

Médiathèque Maurice Adevah-Poeuf place Antonin Chastel 63300 Thiers

Le collectif d'artistes locaux expose ses œuvres et vous invite à venir échanger avec les artistes. L'exposition est gratuite et en accès libre aux horaires d'ouverture de la Médiathèque.



du 12 au 17 octobre 2026

EXPOSITION

«OUVRONS NOUS AUX ARTS»

L'Orangerie, 13 rue du Moutier 63300 Thiers

Exposition de créations d'artistes et d'amateurs du territoire. Gratuit et ouvert à tous.

---

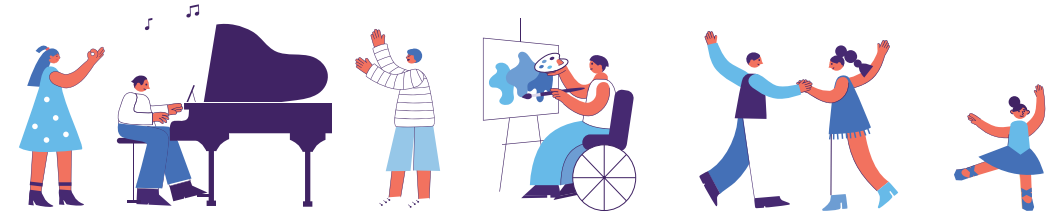
du 19 octobre au 06 novembre 2026

EXPOSITION

DÉFI LES MAINS DE L´AMITIÉ L´EXPO

Médiathèque Paul Valaude 5 place Jean Payre 63120 Courpière

Nous vous invitons à découvrir l'exposition « Les Mains de l'Amitié ». Sensibiliser les enfants aux questions de santé mentale via un défi ludique et créatif, tel a été le défi que se sont lancés les membres de l'Inter-collectif SISM Puy-de-Dôme dont le Contrat Local de Santé Thiers Ambert Billom, l'Éducation nationale et l'Enseignement catholique. À travers différents ateliers, les enfants du CM1 à la 6ème du département ont été invités à réfléchir, s'exprimer et créer une œuvre sur ce qui favorise la construction de liens, l'entraide et l'amitié. À travers cette exposition, venez découvrir le fruit de leurs réflexions notamment celles des enfants de l'école Jean Zay de Courpière ! L'exposition est gratuite et en accès libre aux horaires d'ouverture de la Médiathèque.



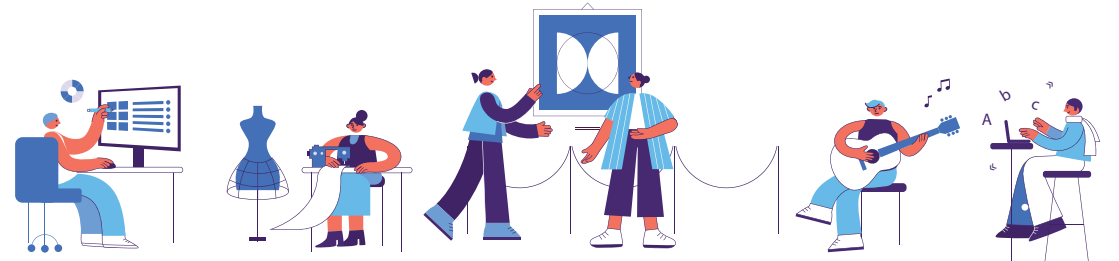
du 28 septembre au 23 octobre 2026

EXPOSITION

J'AIME DONC JE SUIS

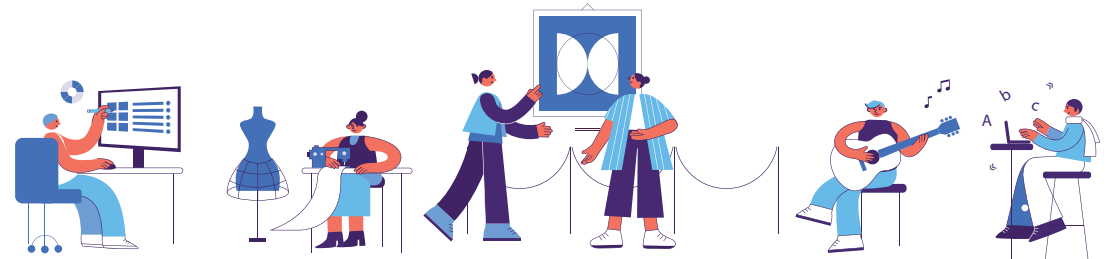
Atrium, 25 avenue de Cizolles 63300 Thiers

Exposition de Promotion Santé 63 : 21 tableaux, portraits photographiés portant sur des témoignages et mises en scènes de personnes parlant de santé mentale.



REMERCIEMENTS

Nous remercions l'ensemble des partenaires qui ont contribué à l'élaboration de cette programmation à l'occasion de la 37ème édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale.



POUR EN SAVOIR PLUS