



Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts,

SISM (semaine d'information sur la santé mentale)

La 37ème édition des SISM aura lieu en France et bien sûr dans notre département du 5 au 18 octobre 2026
autour de la thématique : "Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts"

Au programme

Ce thème nous invite à découvrir en quoi les activités artistiques sont bénéfiques pour notre santé mentale. Musique, dessin, photographie, théâtre, danse ...

Nous pouvons créer, écouter, regarder, pour nous sentir mieux!

L'art a, en effet, un impact positif sur la gestion des émotions, les liens sociaux ou encore, et c'est primordial, les troubles psychiques....

Chaque année les SISM mobilisent citoyens, associations, professionnels, artistes et acteurs locaux autour d'actions d'information et de sensibilisation à la santé mentale.



Voici quelques-unes des manifestations autour de nous

Evènement départemental

le 5 octobre

Espace rencontre Annecy-le-Vieux

Une journée à l'Espace Rencontre à Annecy-le-Vieux de 9h à 16h pilotée par Espoir 74 dont le thème est "Comprendre et oser le rétablissement"

Le matin une table ronde et une conférence rassembleront des personnels de santé et des personnes concernées par la maladie psychique, ainsi qu'un proche aidant.

Intervention de la Docteure Céline Roussel, psychiatre et de Madame Aude Fauvel, maître d'enseignement et de recherche en histoire de la médecine

L'après-midi se dérouleront plusieurs ateliers pour lesquels il faut s'inscrire. (scannez le QR code ci contre).





les bénévoles se mobilisent ...

Bassin Genevois

Le 6 octobre 2026 Annemasse Agglo organise **“l’Educ’Tour Santé Mentale”** (ex rallye-santé), un "Rallye" de sensibilisation et d'information pour ses élus.

En plus de ceux-ci, Virginie DUBY-MULLER, députée, Estelle BOUCHET, conseillère départementale, et Isabelle ARRIGHI, sous-préfète, prendront place à bord du bus, en compagnie de nos bénévoles UNAFAM, entre autres.

Il leur sera présenté l'éventail des structures médicales et médico-sociales du territoire. L'objectif est de les sensibiliser aux questions de santé mentale et notamment au rétablissement. Le parcours sera jalonné de quizz et d'interventions de chaque représentant des structures visitées.

Il se terminera au restaurant de Messidor “Le Comptoir des Criques” (restaurant inclusif) pour un échange autour d'un buffet.

Mais aussi

L'Unafam sera présente



au **Marché d' Annemasse**, le 13 octobre, 8h à 13h

au **Marché de Saint Julien**, Le 16 octobre de 9h à 13h

puis dans le hall d'entrée de la salle de **Château rouge**, le 14 octobre dès 19h, et le 15 octobre dès 18h.

A Eteaux, le 8 octobre à 19h30, à la médiathèque, pour une rencontre **Par Monts et par vaux**.

Bassin Chablaisien

Les 6 et 7 octobre 2026 à Evian-les-Bains à la Maison des Associations Journées de sensibilisation pour les professionnels et les bénévoles qui pratiquent des accueils.

Le 10 octobre 2026 à Thonon-les-Bains Journée d'information "Comment mieux accompagner un proche souffrant de troubles anxieux"
journée gratuite sur inscription.

Blablapsy

au **Marché d'Evian**, le 25 septembre
au **Marché de Morzine**, le 30 septembre
au **Marché de Thonon**, le 1er octobre

“Par Monts et Par Vaux”

L'UNAFAM et KOLLAO proposent un moment d'échange autour de la santé mentale avec un éclairage sur des situations vécues, autour de livres qui ont résonné avec nos expériences de vie.



... sur tout le territoire

Haute et Moyenne Vallées

Au coeur de ces SISM les acteurs des Haute et Moyenne Vallées mettent l'accent sur la prévention auprès des jeunes.

Ainsi tout au long de ces deux semaines les collèges de Sallanches, Passy, Chamonix, Megève, et les lycées de Chamonix et du Fayet ouvriront leurs portes à des journées d'informations, des projections de films avec débat, et autres manifestations, pour sensibiliser les jeunes aux questions de santé mentale et aux vertus d'une pratique artistique pour la préserver.

Mais aussi d'autres rendez-vous :

Passy, le 5 octobre, Résidence Passyfloire : Atelier philo et discussion autour de la santé mentale

Sallanches, le 7 octobre, La Grenette : de 13h à 19h les partenaires des SISM vous accueillent sur leur stand autour de nombreuses animations et informations, expositions, ateliers d'art thérapie



Saint Gervais, le 9 octobre 19h au Théâtre du Val Montjoie, Théâtre-débat sur les addictions avec l'intervention de la Docteure Elsa Marin.

Chamonix, le 17 octobre à 18h "Santé mentale, parlons en simplement par Monts et Par Vaux"

Pour des informations plus détaillées : <https://www.semaines-sante-mentale.fr/>

Bassin Annécien

L'Unafam pilote dans le cadre des SISM le **Village des Arts**, qui se tiendra le vendredi **16 octobre** de 10h à 17h au square des Martyrs de la Déportation et Place de la Libération à **Annecy**.

Une manière d'explorer le lien entre pratiques artistiques et santé mentale, mais surtout une manière de montrer que derrière les malades il y a des hommes et des femmes créatifs.

De la musique, de l'art plastique, de la littérature, des ateliers de pratiques (musique, art plastique) pour goûter à ces plaisirs universels ... ouvrons-nous aux arts !

et pendant deux semaines, un peu partout dans la ville

Du théâtre, de la danse, des ciné-débats, des ateliers.

Pour des informations plus détaillées : <https://www.semaines-sante-mentale.fr/>

