



Semaines d'information
sur la santé mentale

du 5 au 18 octobre 2026

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux arts



du 5 au 18 octobre 2026



www.semaines-sante-mentale.fr



Édito

La santé mentale est aujourd'hui un enjeu majeur de santé publique. Elle nous concerne toutes et tous, à chaque étape de notre vie, et participe pleinement à notre bien-être individuel comme à la vitalité de notre société. À l'occasion de cette nouvelle édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, Châteauroux Métropole est fière de renouveler son engagement aux côtés des nombreux partenaires mobilisés autour d'un objectif commun : informer, sensibiliser, lutter contre les préjugés et favoriser la rencontre. Le thème national de cette 37^e édition, « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts », nous rappelle combien la culture, la création artistique et les pratiques culturelles constituent de formidables leviers d'expression, de partage, d'inclusion et de rétablissement. L'art et les pratiques culturelles créent du lien, ouvrent le dialogue et permettent de porter un regard différent sur les souffrances psychiques. Depuis plus de quinze ans, le collectif local des SISM, porté dans le cadre du Contrat Local de Santé, fédère des professionnels de santé, des associations, des établissements, des institutions culturelles, des collectivités et de nombreux bénévoles. Cette dynamique collaborative fait la richesse de notre territoire et témoigne de notre volonté commune de faire de la santé mentale l'affaire de tous. Durant ces deux semaines, conférences, expositions, projections, ateliers, rencontres artistiques et temps d'échanges seront proposés à tous les publics. Chacun pourra y trouver un espace pour découvrir, comprendre, échanger et contribuer à faire évoluer les regards sur la santé mentale. Nous tenons à remercier très sincèrement l'ensemble des partenaires, des professionnels, des associations, des artistes et des bénévoles qui s'investissent avec enthousiasme dans cette édition 2026. Nous vous invitons nombreuses et nombreux à participer à ces rendez-vous, à pousser les portes des différents lieux d'accueil et à partager ces moments de découverte, de réflexion et de convivialité. Ensemble, faisons vivre une société plus inclusive, plus solidaire et plus attentive à la santé mentale de chacun.



Gil Avérous

Maire, Président de Châteauroux Métropole
Vice-président du Département de l'Indre



Sophie Demoget

Adjointe à la Culture et au
Patrimoine historique



Camille Roy

Vice-présidente déléguée au
Contrat local de santé

Les Sism

sont des manifestations ouverte. Nous devons leur création à l'Association française de psychiatrie. Le comité d'organisation est coordonné par le Centre collaborateur de l'Organisation mondiale de la santé pour la recherche et la formation en santé mentale. Depuis 2009, en partenariat avec l'Unafam 36, un comité local d'organisation a été impulsé dans le cadre de l'Atelier santé ville et inscrit dans le Contrat local de santé. Le pôle de psychiatrie est partie prenante de cette coordination depuis son origine.

Ce collectif œuvre depuis plusieurs années à un travail de déstigmatisation des souffrances et des troubles psychiques.

SES CINQ OBJECTIFS depuis 1990 sont de :

- 1. SENSIBILISER** le public aux questions de santé mentale.
- 2. INFORMER** à partir du thème annuel, sur les différentes approches de la santé mentale.
- 3. RASSEMBLER** par cet effort de communication, acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale.
- 4. AIDER** au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale.
- 5. FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.



Plusieurs événements sont à découvrir entre le 5 et le 18 octobre dans différents lieux de Châteauroux et aux environs : des conférences, des portes ouvertes, des séances d'information, des manifestations artistiques, culturelles, des ateliers découverte.



Le programme

En 2019, un rapport de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) confirme pour la première fois les effets positifs des arts sur la santé mentale et la santé physique. Basé sur plus de 3 000 études, ce rapport montre que les activités artistiques, qu'elles soient pratiquées individuellement ou en groupe, jouent un rôle essentiel dans notre épanouissement à tous les âges de la vie. Prometteurs pour « s'attaquer à des problèmes difficiles ou complexes » et présentant un avantage économique, les arts jouent un rôle préventif et thérapeutique, en complément des approches traditionnelles. Ils constituent un pilier essentiel pour la santé mentale et physique en renforçant le bien-être individuel et collectif. La culture constitue « un puissant levier d'émancipation, de dignité et de citoyenneté ». En intégrant les arts dans les stratégies de santé publique, les décideurs peuvent créer un environnement plus inclusif, plus sain et plus résilient pour toutes et tous.

SUR LA QUINZAINE

DU 5 AU 18 OCTOBRE



EXPOSITION PHOTOGRAPHIQUE MANIÈRES D'ÊTRE VIVANTS

La plasticienne An'do Tissier et la chorégraphe Louise Cazy ont animé pendant dix mois, des ateliers d'exploration corporelle et plastique avec des danseurs amateurs avec et sans handicap. Les photographies de Louise Cazy témoignent des liens tissés et de la beauté de nos différences. Ce projet est né d'un partenariat avec le FAM de l'ADAPEI36 et le Collectif Mondo. Projet financé par le protocole Culture Santé DRAC/ARS Centre-Val de Loire et la Fondation de France. **Médiathèque Équinoxe, Avenue Charles-de-Gaulle Châteauroux.**



ÉMISSION DE RADIO L'ÉCHO DES SANS VOIX - RCF EN BERRY

Émission d'octobre dédiée à un témoignage dans le champ de la santé mentale en partenariat avec Accueil et Écoute 36 - Solidarité Accueil

1 bis rue Michelet - 36000 Châteauroux
Tel. : 06 71 40 26 51

UNE EXPOSITION ITINÉRANTE : MICRO-FOLIE DU RÉSEAU CULTURE ET SANTÉ

Cette année, Micro-Folie, un musée numérique de proximité, permet de découvrir des œuvres d'art numérisées, grâce à des supports interactifs accessibles à tous. Ce projet est soutenu par le Projet territorial en santé mentale. Une exposition itinérante circulera dans l'ensemble du département de **septembre à novembre 2026**. En clôture le 16 novembre à 17h, un apéro mortel au salon d'automne de Passerelle • **5 place de Champagne - Châteauroux**

PROGRAMME ET INFORMATIONS www.chateauroux-metropole.fr



CONTRAT LOCAL DE SANTÉ 06 21 93 50 50 & UNAFAM 02 38 56 55 93



LES RENDEZ-VOUS À CHÂTEAUROUX

LUNDI 5 OCTOBRE • ATELIER SOPHROLOGIE (dans le cadre de Passerelle portes ouvertes)

De 14 h à 15 h 30 • Atelier animé par Fabrice Guiho (sophrologue)
Passerelle – 5 place de Champagne – Châteauroux.

MARDI 6 OCTOBRE

ATELIER PASSERELLE PORTES OUVERTES • 5 place de Champagne, Châteauroux

- De 14 h à 17 h • atelier peinture
- De 15 h à 17 h • rencontre avec Aurélien Ducoudray, auteur de la BD La 3e population et Jean-Marc Le Bruman, artiste peintre.
- De 16 h 30 à 17 h • présentation du programme des SISM suivie d'un pot convivial organisé par SOLIHA.



ATELIER DÉCOUVERTE THÉÂTRE - MUSIQUE • 21 rue du 11 Novembre 1918, Châteauroux

- De 17 h à 19 h • atelier découverte théâtre - musique : suivez le jeu de piste vers l'art et partagez un moment convivial en fin d'atelier.
Avec Mathilde Cron, art-thérapeute en théâtre et Isabelle Repincay, musicothérapeute du service de Psychiatrie infanto-juvénile, et Anastasia Perrin du CMPP.
Inscription recommandée au 06 61 40 24 33 ou 02 54 08 11 80 ou par courriel : s.akiyo@adpep36.fr
CMPP ADPEP36

MERCREDI 7 OCTOBRE

- De 10 h à 12 h & 14 h à 17 h • Atelier peinture (dans le cadre des journées portes ouvertes) • Atelier Passerelle : 5 place de Champagne, Châteauroux.
- De 14h à 16h • Fenêtre ouverte sur stage danse intégrante avec le collectif Mondo à l'ADAPEI 36 • Salle Mikado - 2 bis avenue de la forêt, Saint-Maur. Contact et inscription : collectifmondo@gmail.com
- À 17 h • Spectacle dansé Noumènes et phénomènes de Clémence Laborde suivi d'un temps d'échange avec l'artiste. Médiathèque Équinoxe - avenue Charles-de-Gaulle, Châteauroux. Sur réservation : 02 54 08 35 35



JEUDI 8 OCTOBRE

- À 12 h • Le grand repas Art culinaire et convivialité • Sur inscription : 06 73 47 95 12 • Tarif : 15 € - 40 couverts. Pension de famille SOLIHA - 3 rue Grand Poirier, Châteauroux.



Menu proposé :

- Salade de sucrine du Berry rôtie à l'huile de noix, jus de grenade et herbes fraîches •
- Poisson blanc, lentilles corail au cumin / Beurre blanc aux crevettes •
- Bûche de chèvre du Berry •
- Tarte aux barriaux de George Sand •

- De 14 h à 17 h • atelier peinture
Atelier Passerelle : 5 place de Champagne, Châteauroux.
- De 14 h à 16 h • Fenêtre ouverte sur stage danse intégrante avec le collectif Mondo à l'ADAPEI 36 • Salle Mikado - 2 bis avenue de la forêt, Saint-Maur. Contact et inscription : collectifmondo@gmail.com

VENDREDI 9 OCTOBRE



DE 14 H À 16 H • RENCONTRE ET ATELIER À PASSERELLE AVEC JULIE BONNIE EN PARTENARIAT AVEC LA MÉDIATHÈQUE DE CHÂTEAUROUX

Atelier Passerelle : 5 place de Champagne, Châteauroux.

Rock et littérature avec Julie Bonnie. Auteure, chanteuse, violoniste, guitariste, compositrice, la carte de visite de Julie Bonnie décline plusieurs domaines de compétences et c'est bien ce qui a retenu tout particulièrement l'attention des bibliothécaires pour lui proposer de venir les partager.

« LE JARDIN DU DEDANS » AU LYCÉE PIERRE-ET-MARIE-CURIE

- de 8 h 30 à 16 h 30 • Le service de Santé de la DSDEN organise des rencontres croisées avec le lycée PMC et des groupes classes des écoles Jean-Zay et Jean-Moulin. L'outil « Le Jardin du Dedans » de Psycom permet d'aborder la santé mentale avec les enfants de manière poétique, ludique et adaptée à leur âge (danse, percussions et arts plastiques).
- à 17 h 30 • à la chapelle des Rédemptoristes à Châteauroux
Parents et enfants se retrouveront en clôture de cycle pour des échanges sur l'aventure partagée. Des partenaires de l'éducation nationale (MDA...) seront présents pour échanger avec les parents et les enfants. 14 rue Paul-Louis Courier.



LUNDI 12 OCTOBRE

- De 14 h à 16 h • atelier « Par la grâce des mots », avec l'artiste-autrice compositrice Fanny Perrier-Rochas. Atelier Passerelle : 5 place de Champagne, Châteauroux.
- À 14 h • projection du film *Au bord du Monde* en partenariat avec l'Unafam. Cinéma l'Apollo, rue Albert 1^{er}, Châteauroux.
- De 18 h à 20 h • Temps d'échanges - présentation de différents outils : « Stress, anxiété, déprime, dépression », mettre les bons mots sur les maux, plusieurs approches au service du mieux-être.
 - Dispositif « médecine générale et psychiatrie 36 » : ateliers de thérapie cognitivo-comportementale
 - Gaëlle Arrouy, art-Thérapeute - CMP Pivot - CH Châteauroux Salle Gaston-Papiot, 1 rue Grand Maison, Châteauroux.



MARDI 13 OCTOBRE

DE 13 H 30 À 17 H • JOURNÉE DÉPARTEMENTALE DE LA SANTÉ MENTALE ORGANISÉE PAR LE PROJET TERRITORIAL DE LA SANTÉ MENTALE.

- Ouverture de la journée assurée par la Santé publique France.
Échanges autour des compétences psychosociales. Santé mentale, compétences psychosociales : comment chacun voit les choses, le vit, le fait, et le fait vivre ? Comment expérimenter concrètement les compétences psychosociales ?
MLC Belle Isle – avenue Daniel-Bernardet, Châteauroux.
- À 18 H • POT CONVIVIAL ET RDV ANNUEL AVEC ROBIN DARDEAU psychologue clinicien : « Reconquérir son imaginaire et le mettre en mouvement par la créativité. »
40 places • SOLIHA - 3 rue Grand-Poirier, Châteauroux.



MERCREDI 14 OCTOBRE

ART ET SOIN (CROISEMENT DES PRATIQUES EN ART ET THÉRAPIE).

CMPP-CAMSEP – rue du 11 novembre, Châteauroux.

- À 17 h • concert d'ouverture Les mains en l'air.
- À 17 h 30 • table ronde Art et santé mentale avec :
 - Nathalie Sécardin, directrice des Beaux-arts de Châteauroux et Kristina, artiste plasticienne enseignante et intervenante sur le groupe ados pour le CMPP Aidaphi.
 - Pauline Lacot, Écrivaine et biographe-Passerelle « Écriture et blessures de l'âme. »
 - Collectif Mondo. Danse et Actions Inclusives.
 - Julie Blain, art thérapeute et Guillaume Cheveau, psychologue de la Maison des Adolescents.
- En clôture • projection du documentaire *Le Boléro* réalisé par Alvaro Garcia sur le projet chorégraphique inclusif mené par le Collectif Mondo et le chorégraphe Éric Languet. (Durée 12 min).



Pauline Lacot

VENDREDI 16 OCTOBRE MÉDIATION CULTURELLE & SANTÉ • MUSÉE BERTRAND DE CHÂTEAUROUX

Matinée dédiée à l'organisation d'ateliers pour enfants ou adultes sur groupe constitué (7 par séance) :
découverte du « cabinet de curiosités » avec Claire Perriot, médiatrice culturelle.
Inscription : corinne.bordin@chateauroux-metropole.fr

Claire Perriot

À partir de 14 h : médiation culturelle et santé.

- Clémence Vaillant, directrice Réseau Culture Santé Centre-Val de Loire « Retour sur les enjeux de la politique publique Culture et Santé, portée en région par la DRAC et l'ARS CVL, et présentation du Pôle ressources régional, chargé de faciliter les coopérations entre les deux secteurs, à travers l'exemple du dispositif Micro-Folie déployé en milieu de santé pour un accès à la culture sans exclusion».

- Claire Perriot, médiatrice culturelle - présentation de l'outil de médiation : « Cabinet de curiosités ».

- Yann Chamblanc projet de médiation Médiathèque de Châteauroux
« Lire avec un chien » - sur orientation et pour enfants avec troubles dys.

- un ou deux illustrations de projets financés par Culture - Santé
sur le fil : œuvre filmique du réalisateur Hervé Bezé - En voix - chœur de Passerelle artiste Fanny Perrier-Rochas.

- 16 h 30 : Clôture avec le club de dégustation 36 (organisé par Soliha, Clinique du Haut Cluzeau, Entraïd Addict, Centre socio-culturel Saint-Jean, Florence Drouin).

