

Proposition de programmation lors des SISM 2026 – Mairie de Bassens

Nom de l'évènement : **Conférence grand public sur la santé mentale**

Date et heure de début et de fin : **Vendredi 9 octobre de 18h à 19h (durée 1h)**

Courte présentation : Au cours de cette conférence destinée au grand public, le Dr Claire-Lise Tournier-Gervason (neurologue) nous proposera une présentation de la santé mentale et abordera les moyens pour en prendre soin.

Organisatrice : Dr Claire-Lise Tournier-Gervason

Partenaire : Mairie de Bassens

Lieu et adresse : Ferme de Bressieux - Salle Bellens (297 Route de la Ferme - 73000 Bassens)

Nom et coordonnées de contact (mail et/ou téléphone) : Louis Kantcheff (L.kantcheff@bassens-savoie.fr / 04.79.70.47.17)

Modalités de participation : tout public ; gratuit

Nom de l'évènement : **Mouvement dansé**

Date et heure de début et de fin : **Samedi 10 octobre de 14h à 15h30 (durée 1h30)**

Courte présentation : Cet atelier proposé par Corinne Voisin (danseuse, chorégraphe, art-thérapeute) envisage la danse comme un art du mouvement, accessible à tous, qui permet d'explorer, d'exprimer et de créer à partir de son vécu corporel. À travers une démarche sensible et inclusive, les participants sont invités à développer leur créativité, à renforcer leur présence à eux-mêmes et aux autres, et à faire du corps un espace d'expression et de transformation. Particulièrement pertinente dans le champ de la santé mentale, cette approche favorise le réinvestissement du corps, le sentiment de sécurité intérieure et la création de liens au sein d'une expérience artistique collective.

Organisatrice : Corinne Voisin

Partenaire : Mairie de Bassens

Lieu et adresse : Ferme de Bressieux - Salle Bellens (297 Route de la Ferme - 73000 Bassens)

Nom et coordonnées de contact (mail et/ou téléphone) : Louis Kantcheff (L.kantcheff@bassens-savoie.fr / 04.79.70.47.17)

Modalités de participation : Atelier gratuit inclusif, tout public sans prérequis

Modalités d'inscription : Atelier limité à 25 personnes, inscription préalable via le secrétariat de la Mairie de Bassens (04.79.70.47.17 ou marie@bassens-savoie.fr)

Commentaires éventuels : **Lettre d'intention atelier « Mouvement dansé » Corinne Voisin.**

Le mouvement me passionne. Il est au centre de mon parcours et de ma démarche artistique ; il a fait de moi une danseuse.

Tout m'intéresse dans le mouvement : le mouvement du corps, des corps, celui de la nature, mais aussi les mouvements de la vie, de notre vie intérieure, et plus particulièrement ceux qui naissent de la rencontre avec l'autre. Depuis longtemps, je suis animée par le désir de créer, de donner une forme sensible et poétique à ce qui nous traverse, nous transforme et nous met en mouvement.

Quand le mouvement devient danse, il poétise notre existence.

Dans cet atelier, je souhaite faire une proposition simple : considérer la danse comme un art du mouvement capable de nous relier à ce qui vit en nous, de déployer notre créativité et de soutenir notre capacité à être pleinement présents à nous-mêmes et aux autres.

Ma démarche s'inscrit dans un processus qui va de l'exploration à l'expression, puis de l'expression à la création. J'aime envisager chaque participant comme un chercheur de mouvement, invité à expérimenter, ressentir, découvrir et inventer sa propre manière de danser. Les explorations guidées permettent d'enrichir le vocabulaire gestuel de chacun. À partir de matières, de situations, d'images, d'intentions ou de rencontres, chacun est invité à éprouver son rapport à l'espace, au temps, aux autres et à lui-même. Peu à peu, la danse devient un langage singulier, capable de dire sans forcément passer par les mots.

Car tout ne peut pas toujours être verbalisé. La danse offre un espace où il est possible d'exprimer ce qui nous habite, ce qui nous touche ou nous traverse, sans obligation de le raconter. Le corps devient alors un lieu d'expression, de transformation et de création.

Cette dimension prend une résonance particulière dans le champ de la santé mentale. Lorsqu'une personne traverse une période de souffrance psychique, elle peut se sentir éloignée de son corps, comme coupée de ses sensations ou de son élan vital. Par l'expérience du mouvement, la danse permet progressivement de retrouver des appuis, un ancrage, d'affiner la perception corporelle, de renouer avec ses sensations et de consolider un sentiment de sécurité intérieure. Elle ouvre un chemin vers une présence à soi plus vivante, plus consciente.

Cet atelier est pensé comme un espace profondément inclusif. Chacun y est accueilli avec son histoire, son corps, ses ressources, ses fragilités, son âge, son expérience ou son absence d'expérience de la danse. Il ne s'agit pas de répondre à une norme esthétique ni de produire une performance, mais de vivre une expérience artistique où nos différences et nos ressemblances sont une richesse.

Je crois profondément que la création est un lieu de rencontre. Nos danses individuelles peuvent devenir un espace de création partagé, où chacun nourrit l'autre par sa présence. Danser ensemble c'est faire l'expérience d'une humanité commune, c'est tisser des liens, découvrir le plaisir de créer avec les autres et construire, le temps d'un atelier, une œuvre collective singulière.

Je souhaite que cet espace permette à chacun de faire l'expérience du mouvement dansé comme un élan de vie, un langage sensible, une ressource pour habiter son corps et rencontrer les autres.

*Nom de l'évènement : **Séances de bain sonore***

Date et heure de début et de fin : **Mercredi 14 octobre de 14h à 14h30 et de 18h à 18h30**

Courte présentation : Mathilde Cambet (artiste, musicienne) nous propose 2 ateliers de relaxation profonde par le son, permettant d'écouter la musique sous un autre angle. Ces ateliers combinent méditation guidée et bain sonore improvisé, dans une approche favorisant la régulation du stress et le bien-être psychologique.

Les vibrations sonores agissent sur le système nerveux autonome, induisant un état de relaxation profonde propice à la réduction de l'anxiété et à l'apaisement du mental. La méditation guidée accompagne ce processus en offrant un cadre structurant pour le lâcher-prise et la régulation émotionnelle.

Cette approche combinée soutient le développement de la conscience de soi et contribue à un mieux-être global, dans un espace sécurisant, sans attente de performance.

Organisatrice : Mathilde Cambet

Partenaire : Mairie de Bassens

Lieu et adresse : Ferme de Bressieux - Salle Bellens (297 Route de la Ferme - 73000 Bassens)

Nom et coordonnées de contact (mail et/ou téléphone) : Louis Kantcheff (L.kantcheff@bassens-savoie.fr) / 04.79.70.47.17)

Modalités de participation : Ateliers gratuits, tout public sans prérequis : un pour parents/enfants (>9ans) de 14h à 14h30 et un pour adultes de 18h à 18h30

Modalités d'inscription : Atelier limité à 20 personnes, inscription préalable via le secrétariat de la Mairie de Bassens (04.79.70.47.17 ou marie@bassens-savoie.fr)

Commentaires éventuels : L'artiste propose des ateliers artistiques et de bain sonore à la maison post cancer à la Ravoire

Nom de l'évènement : **Exposition d'art d'Annie Dreslère**

Date et heure de début et de fin : **du Lundi 5 octobre au Dimanche 18 octobre de 17h à 19h30**

Courte présentation : à travers la peinture et l'écriture, l'art aide à exprimer ses émotions, à mieux se connaître et devient un acte de santé mentale.

Annie Dreslère expose ses peintures et ses poèmes depuis une vingtaine d'années. Ses toiles abstraites et ses poèmes sont le reflet de son histoire traversée par la violence et la recherche d'équilibre.

Les échanges qu'elles suscitent sont autant de moments intenses autour des questions qui nous animent : comment traverser les épreuves, comment les transformer, le chemin entre anxiété et équilibre, est-ce que les traumatismes et les blessures peuvent me construire avec le temps, etc...

Une exposition interactive où chacun pourra cheminer ; où l'artiste sera présente pour accompagner les visiteurs.

A propos de l'artiste : Annie Dreslere a travaillé comme assistante sociale au CHS de Bassens, comme sophrologue pour le Conseil Général de la Savoie et comme formatrice auprès des détenus à la prison d'Aiton.

Organisatrice : Annie Dreslère

Partenaire : Mairie de Bassens (Savoie)

Lieu et adresse : Ferme de Bressieux - Salle Bellens (297 Route de la Ferme - 73000 Bassens)

Nom et coordonnées de contact (mail et/ou téléphone) : Louis Kantcheff (L.kantcheff@bassens-savoie.fr / 04.79.70.47.17)

Modalités de participation : Accès gratuit, pour tout public

Commentaires éventuels : Les horaires et dates d'ouverture sont susceptibles d'être modifiées, se référer à l'agenda de la Ferme de Bressieux (<https://www.fermedebressieux.com/>)

Nom de l'évènement : **NÉzANMOINS**

Date et heure de début et de fin : **Mercredi 14 octobre de 15h à 16h30 (durée 1h30)**

Courte présentation : Atelier expression et improvisations scéniques à partir de vos thèmes, vos histoires de vie. Venez découvrir, participer ou juste regarder des jeux d'improvisation des arts de scène, accompagnée par une équipe formée aux techniques de l'art-thérapie.

Organisateur : Kathia Josien

Partenaire : Mairie de Bassens (Savoie)

Lieu et adresse : Ferme de Bressieux - Salle Bellens (297 Route de la Ferme - 73000 Bassens)

Nom et coordonnées de contact (mail et/ou téléphone) : Louis Kantcheff (L.kantcheff@bassens-savoie.fr / 04.79.70.47.17)

Modalités de participation : Atelier gratuit inclusif, tout public sans prérequis

Modalités d'inscription : places limitées, inscription préalable via le secrétariat de la Mairie de Bassens (04.79.70.47.17 ou marie@bassens-savoie.fr)