



Sism.

Semaines d'information
sur la santé mentale



du 5 au 18 octobre 2026



www.semaines-sante-mentale.fr



PROGRAMME
AGGLO PAYS D'ISSOIRE



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 6^e 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 (<i>exposition à destination des élèves</i>)
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

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.

LÉGENDES :

PUBLIC CONCERNÉ PAR LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

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

The logo consists of a large, light blue circle centered on a white background. Inside the circle, the text "TERRITOIRE" is written in a small, blue, sans-serif font. Below it, the words "AGGLO PAYS" and "D'ISSOIRE" are written in a large, bold, blue, sans-serif font, stacked on two lines.

TERRITOIRE

**AGGLO PAYS
D'ISSOIRE**



DATE

Les actions du programme se dérouleront
du **03 octobre au 18 octobre inclus**

03 SAMEDI

14h-18h

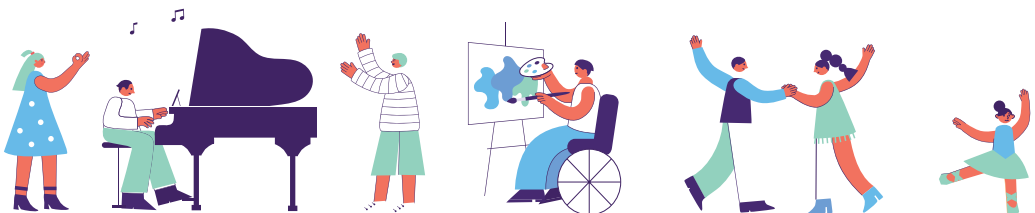
ANIMATIONS ● LE BEL ÂGE

📍 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 À 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](tel:0645597723).

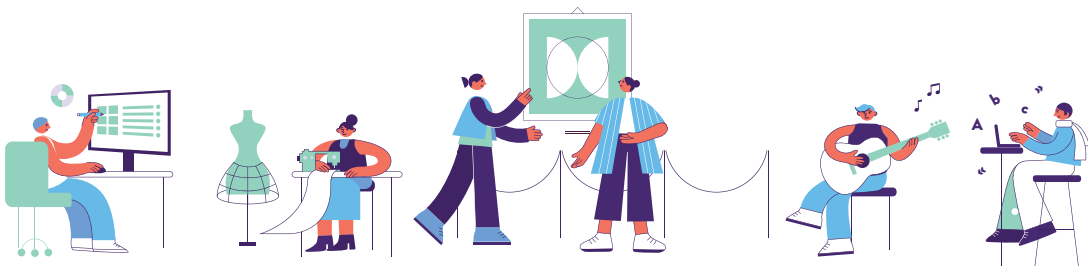
14h30-15h30

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](tel:0635318544).



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.

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](tel:0635318544).

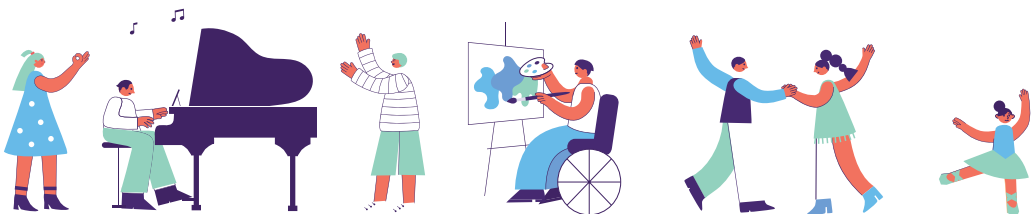
08 JEUDI

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](tel:0635318544).



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.

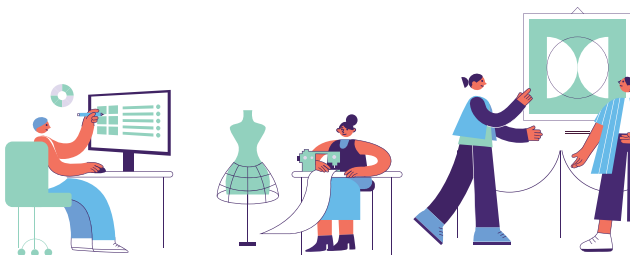
10h-11h30/
14h-15h30/16h-17h30

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



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](tel:0743456593).

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](tel:0645597724)



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 déraile... Une véritable saga de vie menée avec fougue et humour par Sophie Decaunes, en partenariat avec le collectif Oralité Auvergne.

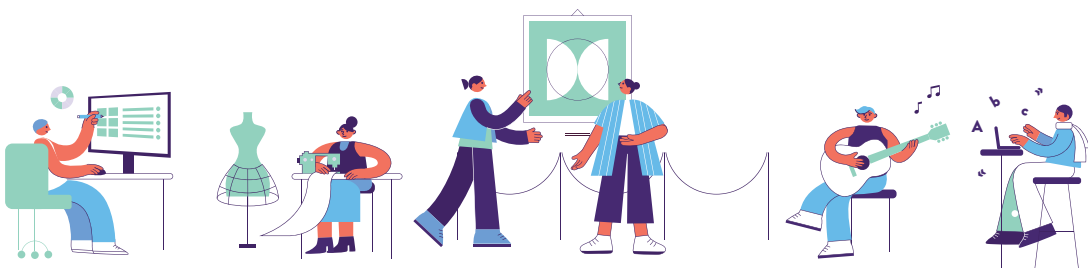
Tout public dès 12 ans

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](tel:0645597724).

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](tel:0635318544).



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

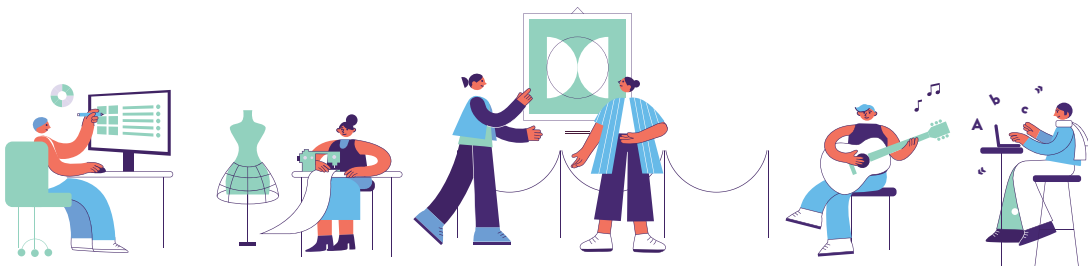
Présentation de la filière
psychiatrique et des ressources
sur le territoire aux professionnels
de santé de 13h à 14h au CMP
puis visite du CMP et de MédiPsy
de 14h à 16h. À destination des
professionnels de santé. Entrée
libre et gratuite.

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 dialogue 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](tel:0635318544).



14 MERCREDI

10h

SPECTACLE VIVANT CONTÉ

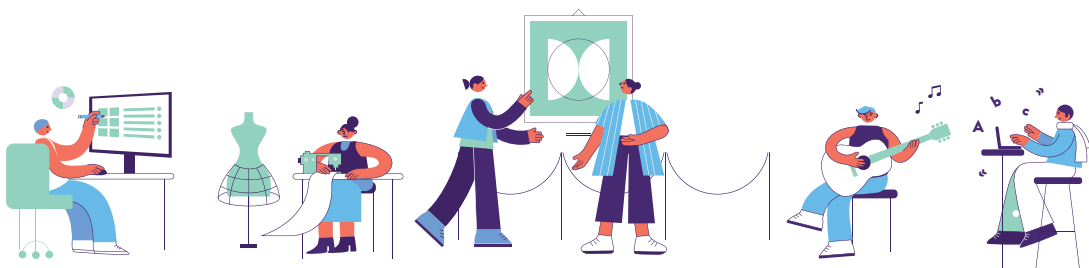
**OUVREZ, OUVREZ LES LIVRES
AUX BÉBÉS**

📍 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](tel:0463809264).

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](tel:0635318544).



15 JEUDI

17h30-19h15

ATELIER ●

ACCOMPAGNER LE BIEN
ÊTRE AU TRAVAIL PAR LE
MOUVEMENT DANSE

📍 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.

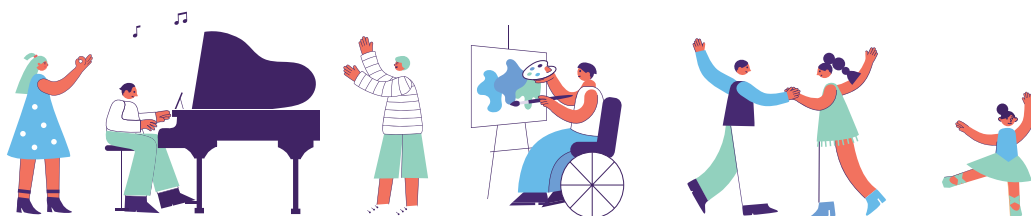
10h-12h

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.

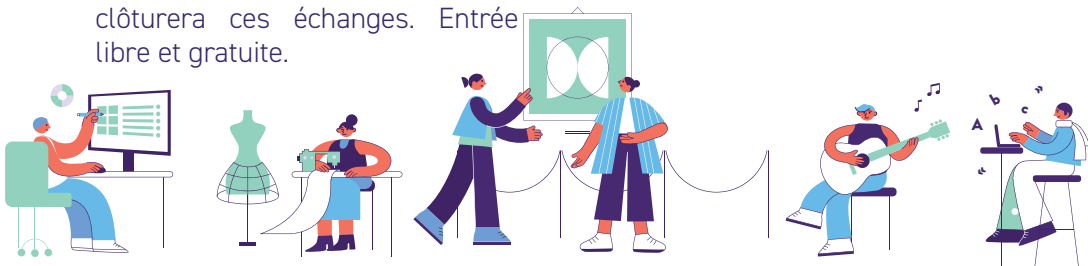
9h-12h

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.



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 interactif 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](tel:0757407825).

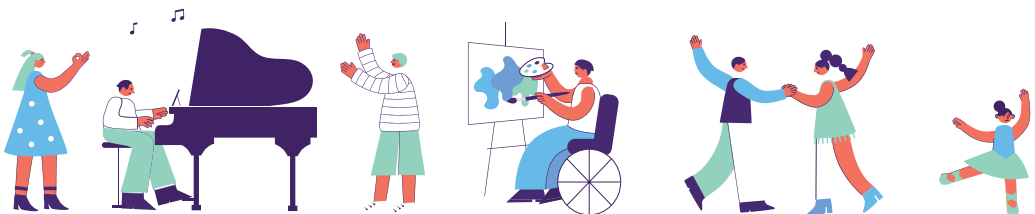
13h30-17h

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](tel:0473550597).

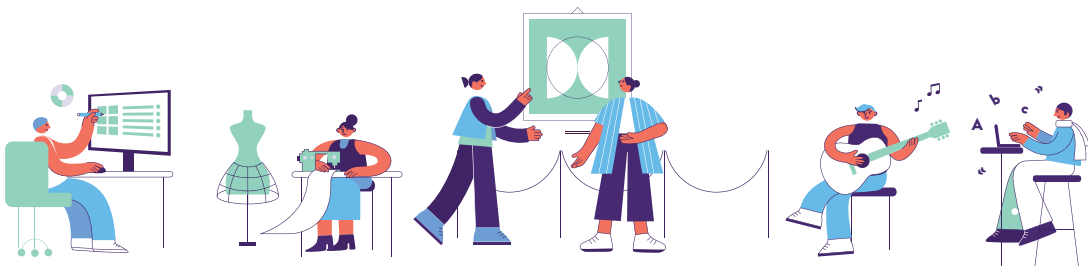
18h15-20h15

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](tel:0760756411).



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](tel:0645597724).

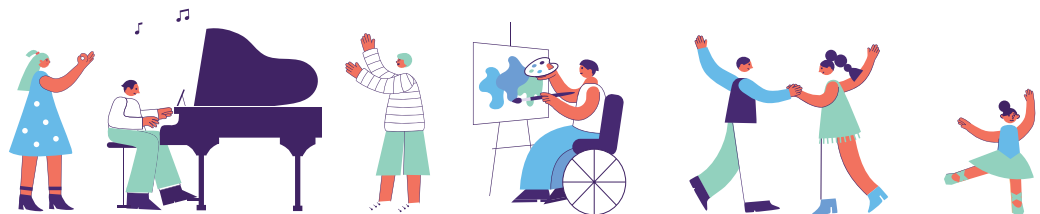
15h-16h et 16h30-17h30

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](tel:0631112287).

20h30

CONCERT ●

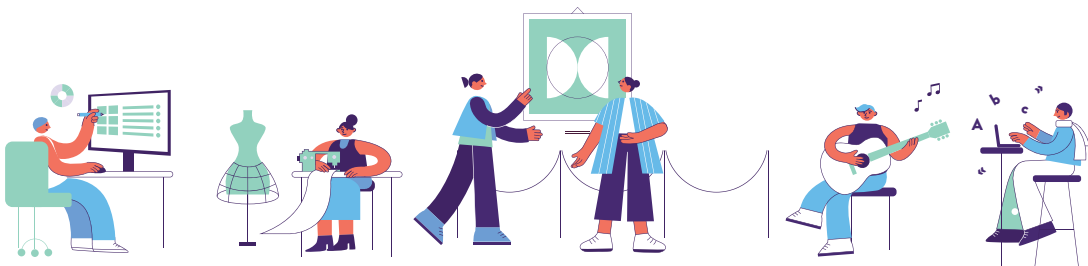
RAYNALD COLOM QUARTET
FESTIVAL JAZZ EN TÊTE
HORS LES MURS

📍 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 peinture 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.



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.

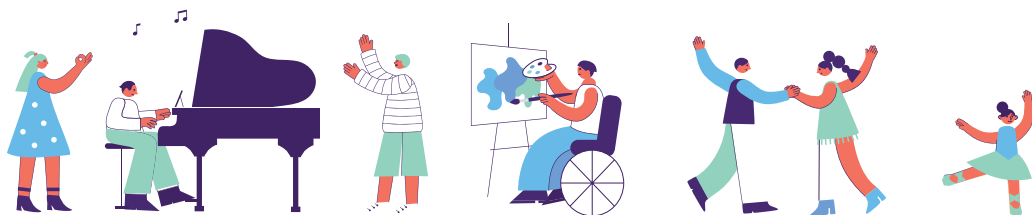
Du 5 au 18 octobre 2026 (9h-12h/14h-17h)

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.



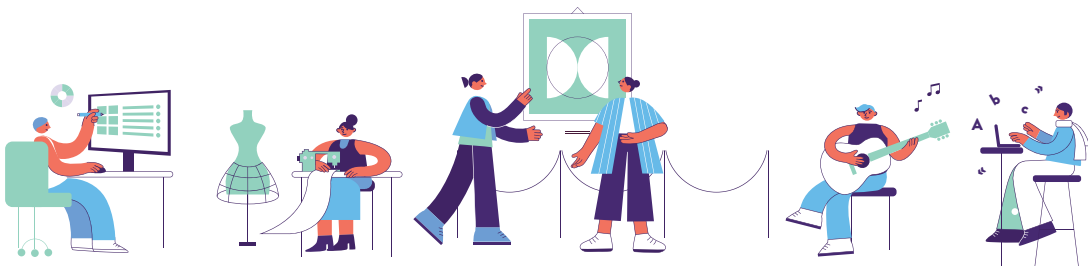
Du 5 au 18 octobre 2026

EXPOSITION

LES ÉMOTIONS PRENNENT VIE À TRAVERS LE ● REGARDS DES ENFANTS ●

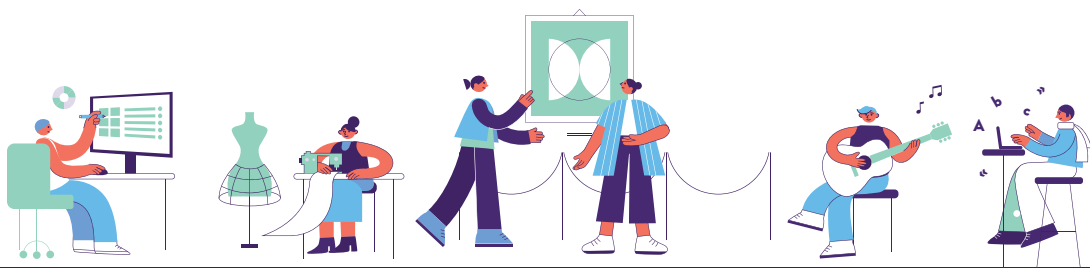
Maison des associations - 20 rue du palais 63500 Issoire

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 cœur 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.



REMERCIEMENTS

Nous remercions l'ensemble des partenaires qui ont contribué à l'élaboration de cette programmation à l'occasion de la 37^e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale 2026.



DÉCOUVREZ LE PROGRAMME DU PUY-DE-DOME

