



Sism
Semaines d'information
sur la santé mentale



du 5 au 18 octobre 2026

P R O G R A M M E
D É P A R T E M E N T
A V E Y R O N

Semaines d'information sur la santé mentale 2026

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



Du **5 au 18 octobre 2026** aura lieu la **37^e édition** des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM). Des **milliers d'événements** seront organisés **partout** en France métropolitaine et ultramarine pour **promouvoir la santé mentale, déstigmatiser les troubles psychiques et fédérer en faveur de la santé mentale**. Vous pourrez retrouver **des ciné-débats, escape-game, spectacles, portes ouvertes, festivals, conférences, etc.**

Cette édition des SISM, **temps fort de l'année « Grande Cause Nationale »**, est placée **sous le haut patronage du Ministère de la Culture**. La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc toutes et tous légitimes pour organiser ou participer à un événement pendant les SISM.

La thématique de l'année sur les arts s'appuie notamment sur le rapport publié en 2019 par l'Organisation mondiale de la Santé, fondé sur plus de 3 000 études, qui confirme les **effets positifs des activités artistiques sur la santé mentale, physique et sociale**. Selon l'OMS, les activités artistiques « *apportent des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur et que l'art soit choisi par la personne ou orienté par un professionnel* ». Elles favorisent la régulation émotionnelle, réduisent le stress, renforcent les liens sociaux et participent à la prévention de la dépression et de l'isolement. Les arts jouent également un rôle dans le rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques et dans la réduction des inégalités sociales en santé, en facilitant la participation de publics souvent éloignés des dispositifs traditionnels.

Ces activités incluent une **grande variété de formes artistiques** :

- Les arts du spectacle : musique, danse, théâtre, chant ou cinéma ;
- Le design, l'artisanat et les arts visuels : peinture, photographie, sculpture et textiles ;
- La littérature : écriture, lecture et participation à des festivals littéraires ;
- La culture : musées, galeries, expositions d'art, concerts, théâtres, événements communautaires, festivals culturels et foires ;
- Les arts en ligne, numériques et électroniques : animations, films et infographie.

En cohérence avec les recommandations de l'OMS, les SISM soulignent l'importance d'intégrer les arts dans les stratégies de santé publique, comme **levier** complémentaire de prévention, de soin et de promotion du bien-être individuel et collectif.

LES 6 OBJECTIFS DES SISM

- **PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année
- **INFORMER** sur la santé mentale, les troubles psychiques, les possibilités de rétablissement, les droits et la variété des ressources existantes (promotion, prévention, éducation, soins, accompagnements, entraide, etc.)
- **DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et déstigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales
- **FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population
- **FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens
- **FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale



**GRAND
RODEZ**

DU 5 AU 18
OCTOBRE

Aux horaires d'ouverture
des maisons de santé
Expositions photos

Le projet : mettre en lumière le vécu à travers l'objectif.

Découvrez une rétrospective touchante de photographies réalisées par les artistes de France Parkinson, d'APF France Handicap et de l'Udaf de l'Aveyron.

À travers l'objectif, ils mettent en lumière leur parcours de vie, partagent leurs émotions et expriment ce qui nous lie les uns aux autres.

Un parcours visuel unique au coeur des Maisons de santé pluriprofessionnelles (MSP) de Rodez Agglomération, enrichi par des vernissages et un texte de présentation disponible sur place.



Halls, couloirs et salles d'attente des
MSP de Rodez Agglomération

• **Rodez-Centre**

18 Boulevard Denys Puech

• **Faubourg**

2 Rue de l'Aubrac

• **4 Saisons**

40 Boulevard des Capucines

• **Olemps**

7 impasse Arcopôle

• **Luc-la-Primaube**

18 Place du Ségala

• **Flavin**

15 rue Marie Curie

• **Sébazac**

44 Avenue Louis Tabardel

Gratuit

Tout public

Contact :

Laetitia Garric

Coordnatrice Communauté
professionnelle territoriale de santé
(CPTS) Centre Aveyron

07 49 74 95 08

cptscentreaveyron@gmail.com

DU 5 AU 18
OCTOBRE

Vendredis : 15h-18h30

Samedis : 10h30-12h30

et 15h-18h30

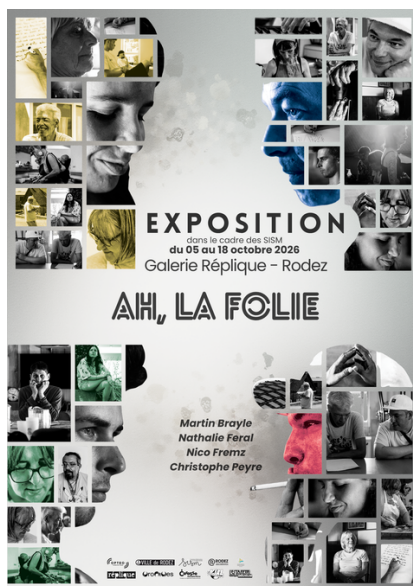
Exposition

Avec "Ah, la folie", L'Estafette Citoyenne poursuit à Rodez son itinérance artistique dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).

Les oeuvres de Nathalie Feral, Martin Brayle, Nicolas Frémion et Christophe Peyre, accompagnés par le centre hospitalier Sainte-Marie et la Fondation Opteo, dialoguent avec les photographies de Julien Coquentin et Enora Croguennoc.

Les artistes, certains vivant avec des fragilités psychiques, partagent un regard sensible sur la place de chacun dans le collectif.

Portée par Prodiges et l'Ajal, L'Estafette Citoyenne fait de l'art un espace de rencontre et de lien au coeur des territoires ruraux.



Galerie Réplique
42 rue de l'Embergue
12000 RODEZ

Gratuit
Tout public

Contact :
Association ProDiGes
prodiges.culture@gmail.com

M A R D I
6 O C T O B R E

20h30

Théâtre

"Cultivons des tenailles" est un seul-en-scène sensible et puissant qui mêle récit, fiction documentaire et théâtre.

À travers les destins croisés de cinq personnages, le spectacle explore les chemins de l'exil, les liens de fraternité et les élans de solidarité qui traversent notre monde. Inspirée de témoignages recueillis auprès de personnes en situation d'exil, cette œuvre invite à changer de regard sur ces parcours de vie et les réalités de l'exil.

À l'issue de la représentation, un débat réunira les partenaires engagés sur cette thématique afin d'échanger avec le public autour des enjeux de l'exil, de l'accueil et de la santé mentale.



MJC

1 rue Saint-Cyric

12000 RODEZ

Tout public à partir de 12 ans

Payant sur réservation

Gratuit sur réservation

pour les personnes en situation
d'exil et les professionnels
qui les accompagnent

Contact :

MJC Rodez

05 65 67 01 13

M E R C R E D I
7 O C T O B R E

14h30

Atelier de musicothérapie

La musicothérapie utilise la musique pour favoriser la détente, réduire les angoisses et retrouver un meilleur équilibre.

Cette approche non médicamenteuse, animée par deux musicothérapeutes professionnelles du centre hospitalier Sainte-Marie, permet à chacun de prendre soin de soi en autonomie.

Musée Denys-Puech
Place Clémenceau
12000 RODEZ

Gratuit
Tout public

Contact :
Centre hospitalier Sainte-Marie
06 07 41 00 62



J E U D I
8 O C T O B R E

20h

Fantaisie musicale
et exposition

"En nous lançant dans cette aventure, nous imaginions un spectacle sur l'intimité, la vulnérabilité, la fragilité, les paradoxes, la féminité... Un spectacle qui apporterait une ouverture sur ce qu'est l'angoisse, l'espoir, l'affection."

Le spectacle "Lettre à mon psy" sera joué à 20h (durée : 1h20) et sera suivi d'un échange avec le public.

Exposition visible à partir de 19h dans la salle Saint-Jean, voisine de la salle de spectacle.

Centre hospitalier Sainte-Marie

Salle Saint-Michel

50 route Sainte-Marie

CS 23207 OLEMPs

12032 RODEZ CEDEX 9

Gratuit

Sur réservation

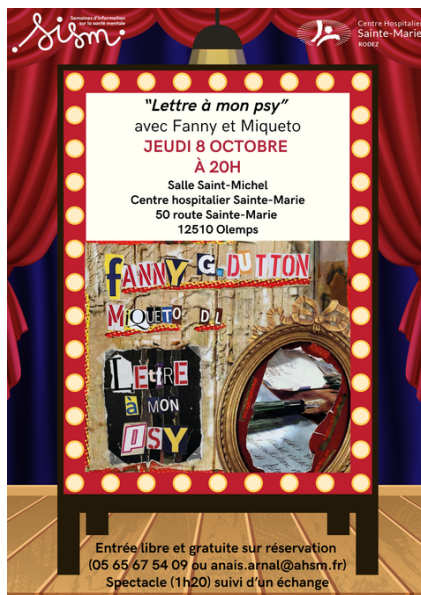
Tout public

Contact :

Anaïs Arnal

05 65 67 54 09

anaïs.arnal@ahsm.fr



V E N D R E D I
9 O C T O B R E

20h

Ciné débat

Un jour elle s'est immiscée dans leur vie, pulvérisant l'équilibre familial. Sans prévenir, la maladie mentale est venue bouleverser le quotidien de ces jeunes adultes en devenir. Et par ricochet, celui de leur famille. En littérature scientifique ce qu'ils vivent s'appelle : le fardeau. Et c'est bien d'un lourd fardeau que sont chargés les malades et leur entourage, fragilisés par les affres d'un trouble psychique imprévisible.

Pourtant, des établissements novateurs, à l'image du Centre de Rétablissement et de Réhabilitation psychosociale (C2R) de Montpellier, portent une approche avant-gardiste, qui prend volontairement ses distances avec un système de soin paternaliste et défend l'idée d'une vie possible malgré la maladie.

Cinéma CGR

Avenue Victor Hugo

12000 RODEZ

Payant : 6€

Tout public à partir de 12 ans

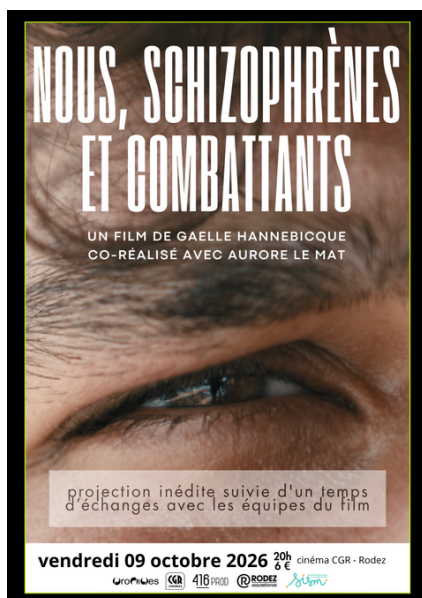
Contact :

Association ProDiGes

prodiges.culture@gmail.com

Après la projection, table ronde réunissant Léopold et Julian (témoins du film), Gaëlle Hannebicque (réalisatrice), l'équipe du C2R de Montpellier et Les Squatteurs du Blues accompagnés du Dr Pierre Kivits (psychiatre au centre hospitalier Sainte-Marie de Rodez) et de Francis Esteves dit Cisco (musicothérapeute).

L'échange mettra en dialogue deux approches complémentaires du rétablissement : la pair-aidance formalisée du C2R et la pratique musicale collective portée par ProDiGes.



LUNDI
12 OCTOBRE

18h30

Projection

"Portraits au Salon-TV" propose une immersion dans l'unité de soins Acacia du centre hospitalier Sainte-Marie de Rodez.

Un regard mis en scène et mis en abîme qui invite à rencontrer ceux qui vivent là, à entrer dans leur quotidien de patients et de soignants. Des moments de relations, de défis et d'histoires intimes.

Un documentaire (durée : 45 minutes) réalisé par Ocho Equis dans le cadre du programme Culture et Santé de l'Agence régionale de santé (ARS) Occitanie et de la direction régionale des affaires culturelles (DRAC) Occitanie.

Projection en présence des cinéastes.



Centre hospitalier Sainte-Marie

Salle Saint-Michel

50 route Sainte-Marie

CS 23207 OLEMPES

12032 RODEZ CEDEX 9

Gratuit

Sur réservation

Tout public

Contact :

Anaïs Arnal

05 65 67 54 09

anais.arnal@ahsm.fr

M A R D I
1 3 O C T O B R E

14h30

Projection débat

Laure Adler, 72 ans, autrice, journaliste, réalisatrice, a décidé de pousser ce cri du cœur, ce cri de colère contre ce que la société fait subir aux vieux.

Être vieux n'est pas une caste, une catégorie. C'est une étape, un moment de la vie que nous connaissons tous, et que nous espérons tous connaître.

Son film est un manifeste, un plaidoyer. Pour Laure Adler, l'âge est un sentiment, pas une réalité.

À travers ses rencontres avec Edgar Morin, Mona Ozouf, Germaine Acogny, Michelle Perrot, mais aussi des inconnus, à travers ses voyages, en France et ailleurs, la réalisatrice nous montre d'autres voies, et nous raconte le bonheur de vieillir.



Lycée Foch

1 rue Vieussens

12000 RODEZ

Gratuit

Sur inscription

Public lycéen et senior

Contact :

05 65 77 88 90

JEUDI
15 OCTOBRE

10h-16h

Portes ouvertes

Situé à Onet-le-Château, le Groupe d'entraide mutuelle (GEM) Métamorphose est un lieu de convivialité. Il propose des temps d'échanges informels autour d'un café ou d'un repas, et propose également des activités variées choisies par les adhérents.

Le GEM est un dispositif d'entraide mutuelle entre pairs, en constituant avant tout un collectif de personnes concernées par des problématiques de santé similaires et souhaitant se soutenir mutuellement dans les difficultés éventuellement rencontrées, notamment en termes d'insertion sociale, professionnelle et citoyenne.

GEM Métamorphose
13 rue des Coquelicots
12850 Onet-le-Château

Gratuit
Tout public

Contact :
GEM Métamorphose
06 72 38 43 04

JEUDI
15 OCTOBRE

9h-17h

Portes ouvertes

Ouverture au public pour une journée d'échanges et de partage avec des personnes souffrant de troubles psychiques qui s'investissent dans une activité artistique et viendront présenter une œuvre personnelle.

Unafam
1 rue du Gaz
12000 RODEZ

Gratuit
Tout public

Contact :
aveyron@unafam.org





V E N D R E D I
1 6 O C T O B R E

9h30-17h30

Rencontres et échanges

Quand l'expression devient art.
Des personnes concernées par les troubles psychiques et des proches aidants présentent leurs créations : peintures, écrits, livres, photographies, etc.

À travers leurs œuvres et leurs témoignages, les créateurs partagent ce que l'art leur permet d'exprimer, de comprendre ou de révéler.

Un moment convivial pour découvrir, échanger et porter un autre regard sur la santé mentale, favoriser la rencontre et mettre en lumière la richesse et la diversité des expériences de chacun.

La Menuiserie

14 rue du 11-Novembre

12000 RODEZ

Gratuit

Tout public

Contact : aveyron@unafam.org

V E N D R E D I
1 6 O C T O B R E

18h

Vernissage d'exposition

La Maison des adolescents (MDA) de Rodez, en partenariat avec la MJC d'Onet-le-Château et l'illustratrice Claire Cassat, propose "Au-delà du cadre", un projet artistique destiné aux jeunes.

Au cours de quatre ateliers, ils revisiteront des tableaux de grands peintres à travers la photographie, la mise en scène et les arts plastiques, afin d'explorer les émotions et le lien entre art et santé mentale.

Les créations réalisées seront présentées lors d'un vernissage et d'une exposition à la Maison des adolescents, offrant un temps de rencontre, de valorisation des jeunes et de sensibilisation du public.

Maison des ados et des familles

12 place du Bourg

12000 RODEZ

Gratuit

Tout public

Contact :

05 36 88 00 64

contact@mda12.fr

www.mda12.fr

S A M E D I
1 7 O C T O B R E

13h-17h

Visite libre et ateliers

À 13h, 14h, 15h ou 16h, venez visiter librement les statues menhirs préhistoriques au niveau 3 du musée, puis rendez-vous à l'atelier au niveau 0.

Marianne vous y accueillera pour découvrir et manipuler les reproductions des petites Vénus préhistoriques, les plus célèbres.

Ensuite, vous pourrez laisser libre cours à votre créativité, en modelant avec de l'argile votre propre version de statue menhir ou de Vénus.

Chacun doit amener une boîte pour repartir avec sa création.

Musée Fenaille

14 place Eugène Raynaldy

12000 RODEZ

Gratuit

Réservation en ligne

<https://billetterie.rodez-tourisme.fr/ateliers-musee-fenaille>
ou au comptoir

Adultes et enfants à partir de 6 ans
pouvant avoir des troubles mentaux,
psychiques, sensoriels, avec ou sans
accompagnateurs.

Contact :

Musée Fenaille

05 65 73 84 30

<https://musee-fenaille.rodezagglo.fr/>



**DIMANCHE
18 OCTOBRE**

14h30

Spectacle

"En 2089, une révolution renverse le gouvernement en place et ouvre la voie à une société inédite. Une nouvelle constitution fait de la singularité de chacun le fondement du pouvoir. De nouveaux ministères émergent - celui de l'Amour, de la Productivité émotionnelle et bien d'autres encore - pour réinventer notre manière de vivre ensemble." Entre musique et slam, les artistes dévoilent ce qui les rend uniques, célébrant leurs différences et tout ce qui les éloigne de la norme. Un spectacle poétique, engagé et résolument tourné vers un futur où la diversité devient une force politique.

"On ne veut plus se Terre" est un spectacle issu d'ateliers de création collective menés par l'association Prodiges depuis février 2026 à Rodez, réunissant des usagers du Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) de la Fondation Opteo et les membres du groupe Les Squatteurs du Blues du centre hospitalier Sainte-Marie, autour du musicien et musicothérapeute Francisco Esteves.

À l'issue du spectacle, un moment convivial, propice aux échanges et au partage des retours d'expérience issus des différentes actions menées tout au long des SISM, sera proposé;

Hôtel d'agglomération
17 rue Aristide Briand
12000 RODEZ

Gratuit

Sur réservation

Tout public à partir de 12 ans

Contact :

Association ProDiGes

prodiges.culture@gmail.com





Merci à l'ensemble des partenaires aveyronnais
qui ont contribué à l'élaboration de ce programme
à l'occasion de la 37e édition des
Semaines d'information sur la santé mentale.

ABSEAH, Agence régionale de santé (ARS) Occitanie, APF France Handicap,
Association Ajal, Association Léons'bouge, Association Les Champs des arts,
Association Les Lieux communs, Association Prodiges, BarBouille, C2R Montpellier,
Centre hospitalier de Millau, Centre hospitalier Sainte-Marie,
Centre hospitalier de Villefranche-de-Rouergue, Centres sociaux, CFM Radio,
Cinéma CGR Rodez, Cinémur, Communauté de communes Aubrac Carladez Viadène,
Communauté de communes Comtal Lot Truyère,
Communauté de communes Monts Rance et Rougier,
Communauté de communes du Saint-Affricain, Roquefort et sept vallons,
Compagnie Arc-en-Ciel Théâtre, Compagnie Frœntières, CPTS centre-Aveyron,
CPTS nord-Aveyron, CPTS Posavi, Decazeville communauté,
Département de l'Aveyron, DRAC Occitanie, Es'pairance, Espace Jean-Henri Fabre,
Fondation Opteo, France Parkinson, Gageothèque, GEM La Plume,
GEM Métamorphose, GEM PersonA, Jardin d'Arvieu, La Menuiserie,
Les Squatteurs du blues, Lévézou Communauté de Communes,
Ligue de l'Enseignement MECS MNA Laurière, Lycée Foch Rodez,
Maison des adolescents et des familles de l'Aveyron, Maison des jeunes citoyens
Villefranche-de-Rouergue, Maison de santé de Villeneuve-d'Aveyron,
Maisons sport santé, Mazzacio & Drowilal, MJC de Rodez, Musée Denys-Puech,
Musée Fenaille, Ocho Equis, Ouest Aveyron Communauté,
Parc naturel régional des grands causses, Passerelles du temps,
Petits frères des pauvres, Point Accueil Ecoute Jeunes Aveyron,
Points Infos Seniors, Rodez Agglomération, Samsah psychique,
Théâtre de la Maison du peuple, Tous Baignent Handi Rouergue,
Udaf de l'Aveyron, Unafam, Ville d'Espalion, Ville de Millau

La 38e édition des SISM aura lieu du 4 au 17 octobre 2027, autour de la
thématique suivante : « Ensemble pour une santé mentale en tout genre ».

Nous vous donnons rendez-vous dans un an !