

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux arts

SISM
Semaines d'information
sur la santé mentale

37^e
édition



le Grand Autunois Morvan

2026



PROGRAMME

du 5 au 16 octobre

en Grand Autunois Morvan

Le GAM et ses partenaires, acteurs du Conseil Local en Santé Mentale (CLSM) coordonnent des actions en direction des professionnels et du grand public dans le cadre des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM).

**À l'occasion des SISM 2026, le collectif se met en mouvement
et vous propose des événements pour créer du lien autour des arts !**

À travers les arts, nous vous invitons à vivre des expériences, découvrir, créer, partager et porter un autre regard sur la santé mentale. Parce que l'art est un formidable espace d'expression, de rencontre et de bien-être, il doit pouvoir être accessible à chacun.

Expositions, spectacles, ateliers, rencontres, découvertes artistiques...
Autant de rendez-vous pour faire tomber les préjugés, favoriser les échanges et contribuer ensemble à déstigmatiser la santé mentale.

Nous sommes fiers de vous présenter ce programme et espérons vous retrouver nombreux pour faire vivre ces moments de partage !

PROGRAMME

Événement d'ouverture des SISM 2026

Stands, ateliers et animations

ORGANISÉS PAR LE COLLECTIF SISM DU GAM

**Lundi
5 octobre**

OUVERT À TOUS
GRATUIT

programme détaillé sur le site
grandautunoismorvan.fr
Scannez le Qrcode



De 14h30 à 19h
Parc des expos
L'Eduen
Autun



Rejoignez-nous
pour expérimenter
différentes activités
artistiques !

Expositions, roue des émotions,
fresque, mandala, jeux...

Escape game, tissage, rencontre
sensible, art thérapie, théâtre
d'improvisation, mini concert,
projection « Elle rêve aussi la
poussière », démo et initiation
danse urbaine

Exposition

DE SÉVERINE LOMBARD SOPHROLOGUE

« Portraits inspirants »

**Du 5 au 17
octobre**

OUVERT À TOUS
GRATUIT



Mardi : 14h-18h
Merc. : 10h-12h / 14h-18h
Vend. : 10h-12h / 14h-18h
Samedi : 10h-12h
Bibliothèque
Bussy- Rabutin
Place du Champ de Mars
Hôtel de ville
Autun



Chaque portrait est une trace vivante.
Un texte écrit à partir d'une histoire
réelle, d'un vécu, d'un chemin de
transformation intérieure. Il vient
mettre en mots : ce qui a été traversé,
ce qui a été libéré, ce qui s'est révélé, et
surtout... Ce qui est devenu possible
ensuite.

Portes-ouvertes



ORGANISÉES PAR LE **CONSERVATOIRE DE MUSIQUE DU GRAND AUTUNOIS MORVAN**

Bienvenue au conservatoire

**Du lundi 5
au vend. 16
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



Conservatoire
25, rue de Paris
Autun



Le conservatoire de musique du Grand Autunois Morvan vous invite à expérimenter chants, instruments... Et pourquoi pas intégrer les cours ?



Informations sur le site
grandautunoismorvan.fr

Séance photos



ORGANISÉE PAR **LE CIAS**
EN PARTENARIAT AVEC **LE PHOTO-CLUB AUTUNOIS**

Venez vous faire tirer le portrait

**Lundi 5
et merc. 7
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



De 9h à 11h
Espace Saint-Jean
22, rue Naudin
Autun



Participez à un shooting photos en famille, entre copains, pour s'amuser...

Vous pourrez récupérer votre portrait vendredi 16 octobre à l'occasion de l'exposition du club photo.

Exposition



ORGANISÉE PAR **LE KIOSQUE FAMILLE ET L'INTER-ACTIF**

« Sur les pas des vivants »

**Du mardi 6
au vend. 16
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



De 14h à 16h
Tiers-lieu L'Inter-Actif
Salle d'activités, 90 Bis
Avenue de la République
Autun



Créations réalisées du 16 au 20 juin 2025 à l'école de Cussy-en-Morvan dans le cadre d'un projet artistique intergénérationnel porté par le Kiosque Famille de la CCGAM et la Compagnie de L'Entre Deux Mondes. Les élèves ont imaginé, créé et réalisé des œuvres inspirées de la nature et du vivant. Elles illustrent les bienfaits de l'expression artistique sur le bien-être, l'estime de soi, la confiance en soi et le lien social entre les générations.

Spectacle-débat



ORGANISÉ PAR **LA SALLE JEAN GENET**

« Le premier pas »

avec la Compagnie Acaly

**Mardi 6
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



20h30
Salle Jean Genet
10, route de Chalencey
Couches



Le premier pas, c'est celui qu'on fait pour amorcer le début d'une vie plus simple et paisible. Nous plongeons dans la vie de personnes qui doivent faire face à leurs problèmes et parfois se sentent seuls pour les résoudre... La main tendue est le fil conducteur de ces tranches de vie. Le spectacle est suivi d'un débat avec le public, animé par les professionnels de santé et les artistes...

réservation conseillée :
sallejeanenet@grandautunoismorvan.fr
06 65 61 27 58

Café-débat littéraire



RENCONTRE ORGANISÉE PAR L'UDAF 71 ET LE CENTRE DÉPARTEMENTAL DE SANTÉ

Lire et faire lire

**Merc.7
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT

sur inscription

lireetfairelire@udaf71.fr



De 14h à 16h



Tiers-lieu L'Inter-Actif

90 Bis avenue de la
République, St-Pantaléon
Autun

Partagez votre vision de la santé mentale et la place qu'elle occupe dans la littérature. Les participants pourront présenter leurs ouvrages coup de cœur et découvrir comment les livres favorisent le dialogue, l'empathie et le bien-être. La rencontre mettra également en lumière l'importance de la lecture dès le plus jeune âge.

Atelier participatif



ORGANISÉ PAR LE CIAS, EN PARTENARIAT AVEC LA DIRECTION MUSÉES ET PATRIMOINE D'AUTUN

Visite-atelier mosaïque

**Jeudi 8
octobre**

OUVERT AUX SENIORS

GRATUIT

sur inscription

CIAS : 03 85 86 98 50



De 14h30 à 16h



**Muséum d'histoire
naturelle Jacques
de La Comble**

Impasse Rollet
Autun



Atelier participatif, initiation avec pose à blanc de mosaïque. Cette visite-atelier vous invite à découvrir à la fois la technique des mosaïstes antiques et les sujets représentés dans les grands décors de sols des riches maisons d'Augustodunum.

Atelier création



ORGANISÉ PAR LE MUSÉUM D'HISTOIRE NATURELLE D'AUTUN

Land art

**Jeudi 8
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT

sur inscription :

aline.meunier-thiney@
autun.com / 03 85 52 09 15



De 10h à 12h



**Muséum d'histoire
naturelle Jacques de
La Comble**

Impasse Rollet
Autun

Un espace de jardin dans la ville. Un jardin comme entrée du muséum d'histoire naturelle d'Autun. Profitons de ce brin de nature pour créer collectivement une œuvre éphémère faite d'éléments naturels dénichés par nos soins tels de la mousse, des feuilles de différentes couleurs, des glands... Fresque, mandala ou toute inspiration pourra alors prendre forme !

Théâtre interactif



ORGANISÉ PAR LE CLSM EN PARTENARIAT AVEC LA CIE ARTMONI ET LE CENTRE DÉPARTEMENTAL DE SANTÉ

En quoi nous ouvrir aux arts est bénéfique à notre bien-être ?

**Vend. 9
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



De 10h à 11h15



**Parc des expos
L'Eduen
Autun**

• café d'accueil
à partir de 9h30

Venez découvrir le théâtre forum de la complexité. Composé de saynètes jouées par des comédiens, il nous permet de nous interroger ensemble, sur l'art au service de notre santé mentale. Observer, débattre, échanger et participer seront au programme de ce spectacle interactif où le spectateur devient spect'acteur ! La représentation est suivie d'un temps d'échanges et de convivialité.

Séance ciné discussion



ORGANISÉE PAR L'ATELIER SANTÉ VILLE D'AUTUN

Projection du film « Les rêveurs »

**Vend. 9
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



**20h
Cinéma Arletty
Autun**

• À l'issue de la projection, discussion avec la salle en présence de l'ASV et d'une psychologue

Élisabeth, 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 14 ans. Peu à peu, les souvenirs refont surface. Et avec eux, la découverte du théâtre, qui un jour l'a sauvée.

Fête de la pomme



ORGANISÉE PAR LE CPIE PAYS DE BOURGOGNE

Atelier Land Art

**Sam. 10
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



**14h
CPIE
Collonge
La-Madeleine**

Après une balade dans la prairie, le jardin et la forêt pour récolter feuilles, pétales, brindilles, cailloux et autres petits trésors naturels, chacun laissera parler son imagination pour créer de magnifiques œuvres éphémères. Spirales colorées, animaux fantastiques, mandalas végétaux ou tableaux naturels prendront vie au fil des idées.

Atelier intergénérationnel



ORGANISÉ PAR LE CILEF ET
LA MISSION LOCALE

Oser écrire ce que l'on n'ose pas dire

**Lundi 12
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



**De 14h à 16h30
Tiers-lieu L'Inter-Actif**



90 Bis avenue de la
République, St-Pantaléon

Autun



Atelier d'écriture favorisant l'échange, l'expression écrite ET orale, le partage d'expériences et d'émotions. Un moment convivial et intime pour créer du lien social et valoriser la prise de parole autour du bien-être et de la santé mentale.

Avec les jeunes accompagnés par la mission locale, les seniors usagers de l'inter-actif.

sur inscription :
stephanie.dunoyer@
cilef.fr
ou au 03 85 86 51 92

Relaxation-écriture intuitive et créative

Le Sel de la Vie



EN PARTENARIAT AVEC EVELYNE GAUDIN ET SÉVERINE LOMBARD

**Mardi 13
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



**De 14h à 16h30
Bibliothèque
Bussy-Rabutin**



Place du
Champ de Mars
Autun



Atelier animé par Evelyne Gaudin, animatrice atelier d'écriture et Séverine Lombard, sophrologue d'après l'ouvrage « Le Sel de la Vie » de Françoise Héritier. Venez vivre une expérience relaxante et créatrice et repartez avec votre carnet contenant le sel de votre vie.

sur inscription :
magali.denoyelle@
grandautunoismorvan.fr
06 81 54 84 35

Atelier intergénérationnel



ORGANISÉ PAR **LE CIAS**, EN PARTENARIAT AVEC
**LA DIRECTION MUSÉES ET PATRIMOINE
D'AUTUN**

Cuisine antique

**Mardi 13
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT

sur inscription :
CIAS 03 85 86 98 50



De 14h30 à 16h

Ancien tribunal

2, rue Chanoine Trinquet
Autun



Pour comprendre le vaisselier gallo-romain d'Augustodunum, il faut se pencher sur les traces matérielles, les images et les témoignages. Cet atelier comprend des manipulations de vrais tessons archéologiques, la découverte de recettes et la réalisation/dégustation de 3 recettes surprises.

Atelier intergénérationnel



ORGANISÉ PAR **LE CIAS**, EN PARTENARIAT AVEC
**LA DIRECTION MUSÉES ET PATRIMOINE
D'AUTUN**

Cuisine médiévale

**Merc. 14
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT

sur inscription :
CIAS 03 85 86 98 50



De 14h30 à 16h30

Cellier du Chapitre

Place du Terreau
Autun



Cette visite-atelier vous invite à découvrir les lieux de stockage des denrées des chanoines de la cathédrale, le vaisselier et la culture alimentaire médiévale. Vous devinerez les épices de chambre et goûterez les fameuses oublies.

Exposition



ORGANISÉE PAR **LE MUSÉUM D'HISTOIRE NATURELLE D'AUTUN**

« Drôles d'oiseaux »

**Merc. 14
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT

sur inscription :
aline.meunier-thiney@
autun.com / 03 85 52 09 15



De 14h à 16h

**Muséum d'histoire
naturelle Jacques de
La Comble**

Impasse Rollet
Autun



Venez à la découverte de l'exposition d'oiseaux exotiques : émerveillement garanti !
Développez votre sens de l'observation, questionnez votre rapport au beau...

Exposition



ORGANISÉE PAR **LE CIAS EN PARTENARIAT AVEC LE PHOTO-CLUB AUTUNOIS
ET ARTS ET CULOTTÉS**

« Au fil des vies »

**Vend. 16
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



De 14h à 16h30

Espace Saint-Jean

Grande salle
22, rue Naudin
Autun



Exposition du club photo d'Autun, avec le duo artistique *arts et culottés* pour animer l'après-midi.
Remise des portraits réalisés les 5 et 7 octobre
Goûter offert



Journée de clôture des SISM 2026



ORGANISÉ PAR LE COLLECTIF SISM DU GAM



En partage et en danse !

**Vend. 16
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



**De 10h à 13h
puis de 14h à 16h
Muséum d'histoire
naturelle Jacques de
La Comble**
Impasse Rollet
Autun



**Exposition photo des œuvres Land
Art** réalisées par les structures partenaires
du Grand Autunois Morvan.



À cette occasion,
rendez-vous à 11h
pour **un Flashmob** improvisé,
suivi d'un moment de convivialité

Projection suivie d'un temps convivial

« Plus fort que moi »



ORGANISÉE PAR LE CLSM ET LE CINÉMA D'ANOST

**Vend. 16
octobre**

OUVERT À TOUS

GRATUIT



**19h30
Cinéma
Alice Guy**



Place de la bascule
Anost

Dans les années 1980, John Davidson grandit avec le syndrome de Gilles de la Tourette, une pathologie encore largement méconnue. Entre incompréhension, stigmatisation et détermination, son parcours d'abord semé d'embûches se transforme en combat pour être reconnu tel qu'il est, au-delà des préjugés. D'après une histoire vraie.

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux arts



le Grand Autunois Morvan



Rejoignez-nous sur Facebook
[legrandautunoismorvan](https://www.facebook.com/legrandautunoismorvan)



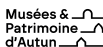
Merci à tous les partenaires, soutiens et intervenants



Avec le soutien financier de



Salle Jean Genet



PHOTOclub Autunois



www.semaines-sante-mentale.fr



PROMOUVOIR
une vision globale
de la santé mentale

INFORMER
sur la santé mentale,
les troubles psychiques,
le rétablissement,
les droits, les ressources

DÉSTIGMATISER
les troubles psychiques
en favorisant le partage
du savoir expérientiel

FÉDÉRER
les personnes qui souhaitent agir,
construire des événements et
des partenariats locaux,
ouvrir des débats citoyens

FAVORISER
le développement des
ressources individuelles,
sociales et environnementales
pour prendre soin de chacun

FAIRE CONNAÎTRE
les lieux, les moyens
et les personnes pouvant
apporter soutien de proximité
et informations fiables

