

# Venez vivre l'expérience de l'art au service de votre bien-être

Pour notre santé mentale  
ouvrons-nous  
aux *arts*

*Sism* 

Semaines d'information  
sur la santé mentale

Événement d'ouverture 2026  
PROGRAMME

## LUNDI 5 OCTOBRE

 Parc des expos L'Eduen - Autun

 de 14h30 à 19h

**EXPOS, ATELIERS ET ANIMATIONS**

**OUVERT À TOUS**  
**GRATUIT**



le Grand Autunois Morvan  
et ses partenaires

Rejoignez-nous du 5 au 18 octobre  
Programme complet sur le site [grandautunoismorvan.fr](https://www.grandautunoismorvan.fr)





# Bienvenue !

## ATELIERS AU FIL DES VISITES :

### ROUE DES ÉMOTIONS

**J'ÉCRIS, JE TISSE LES COULEURS DE MA VIE** - Evelyne GAUDIN

**THÉÂTRE D'IMPROVISATION** - Romain VIRICEL, Artmoni

**RENCONTRE SENSIBLE avec une œuvre du musée Rolin**

- Irène VERPIOT chargée des publics à la Direction des Musées et du Patrimoine

**Le langage caché des œuvres d'art à travers un jeu de carte ludique et surprenant** : comment les arts parlent à l'intime de chacun par les couleurs, les lignes, les formes...

**ART THÉRAPIE** - Julie DE MORI

**DÉCOUVERTE DU SHIATSU** - Claire SEGUIN, SHIATSU & TAO

Stress, difficultés émotionnelles, mal-être, tensions... Cet art énergétique permet de revenir au corps et à la détente, par le toucher et la présence à soi.

**ATELIER FRESQUE « Ouvrons-nous aux arts »** - avec Anne COMODE

**JEUX CRÉATIFS ET COLLABORATIFS** - avec l'Itinérant

## ESCAPE GAME

 2 sessions : 14h45 et 16h30

### Les coulisses du silence

- Marina DEBAC, infirmière en pratique avancée à la Maison de Santé d'Etang-sur-Arroux et Céline VÄÄNÄNEN, chargée de mission à la FEMASCO

• Et si, derrière les apparences, quelque chose nous échappait ? Entrez dans les coulisses d'un escape game pas comme les autres, imaginé comme une pièce de théâtre, et partez à la rencontre de situations de burn-out, de dépression du post-partum et de harcèlement scolaire. Au fil des énigmes et des mises en situation, apprenez à repérer les signes, trouver les mots pour écouter et découvrir comment agir et orienter une personne en difficulté.

## PROJECTION

 14h45 (durée 1h20)

### « Elle rêve aussi la poussière »

Quand l'art répare le déracinement

• Ce long-métrage est un portrait de l'Autunoise Maria Manuela par Anne Comode

## REPRÉSENTATIONS

 16h15 et 17h

### Mini concert avec des élèves du conservatoire

- Conservatoire de musique du GAM, Emmanuel PORNIN

 18h15

### Démonstration et initiation de danse urbaine

- École de danse urbaine du GAM

# EXPOSITIONS :

## « Des maux-graphiques »

### Exposition d'œuvres issues d'ateliers d'écriture – CILEF

- Quand les mots deviennent une manière de se raconter, de partager son vécu et de faire entendre sa voix. À travers des textes, des mots et des créations graphiques, les jeunes nous invitent à découvrir leurs univers, leurs questionnements et leurs émotions.

## « Femme et estime de soi » – CILEF

- À travers la photographie, de jeunes femmes explorent leur image, prennent confiance en elles et révèlent leur force et leur singularité.

## Travail artistique réalisé autour de l'expression des émotions avec les enfants du périscolaire – GAM

## Démarche artistique conduite avec les patients et les soignants du Centre Médico-psychologique – EPSM 71

- Création d'une affiche avec l'accompagnement d'un artiste, pour illustrer le thème des SISM 2026 : « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ! ». Cette création collective met en lumière l'art comme moyen d'expression et de valorisation, tout en portant un autre regard sur la santé mentale.

## Projet avec les écoles « Expression des émotions »

## EXPOSITION IMMERSIVE

### « Explor'action des 4 cocons de Terre de joie »

– Expérience pour tous les âges animée par Magali Dupin

- Chaque cocon invite à une expérience singulière pour apprivoiser nos émotions, rêver subtilement, profiter du silence à l'intérieur de nous et explorer la joie absolue le tout préparé avec les enfants. Cet outil réalisé au sein de l'école de Sommant en juin 2026, est au service des compétences psychosociales, du climat de classe positif, coopératif et apaisé, de la régulation des émotions.

## Merci à tous les partenaires, soutiens et intervenants





le Grand Autunois Morvan

# santé mentale



**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

