



sism.
Semaines d'information
sur la santé mentale

Programme du Collectif SISM
du Morbihan (56)

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux

Du 5 au 18 octobre
2026

arts



Flashez le QR code pour retrouver le
programme ou rendez-vous sur
<https://www.epsm-morbihan.fr/semaines-dinformation-sur-la-sante-mentale>



Depuis 1990, les SISM sont le moment privilégié pour promouvoir la santé mentale de toute la population, partout en France métropolitaine et ultramarine. Pendant ces deux semaines, des événements, actions d'information et de réflexion sont organisés par des citoyens, associations professionnels et s'adressent au grand public.

Les semaines d'information sur la santé mentale auront lieu du
5 au 18 octobre 2026.



Ethique des SISM

Les événements proposés pendant les SISM doivent :

- s'adresser à toutes et tous ;
- être à but non lucratif et gratuits pour les personnes y participant ;
- ne pas servir des intérêts personnels ou contribuer à une activité libérale, promotionnelle ou commerciale.

Les objectifs des SISM

- 1 PROMOUVOIR** une vision globale de la santé mentale, à partir de la thématique définie chaque année.
- 2 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.)
- 3 DÉSTIGMATISER** les troubles psychiques en favorisant le partage du savoir expérientiel et désigmatiser les ressources sanitaires, sociales et médico-sociales.
- 4 FAVORISER** le développement des ressources individuelles, sociales et environnementales pour prendre soin de la santé mentale de la population
- 5 FÉDÉRER** les personnes qui souhaitent agir en faveur de la santé mentale, construire des événements en partenariat local et ouvrir des débats citoyens
- 6 FAIRE CONNAÎTRE** les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien de proximité et une information fiable sur la santé mentale

Le Programme

Morbihan (56)

Du 5 au 18 octobre 2026

Territoires de santé

Territoire 3 Lorient

Territoire 4 Vannes

Territoire 8 Pontivy



ACTION PHARE DÉPARTEMENTALE

Spectacle Vivant : G.R.A.I.N. « Histoire de fou »
par la Compagnie Mmm

A NE
PAS
MANQUER !

3 TERRITOIRES · 3 DATES · 1 SPECTACLE

Territoire 4 - Vannes

6 octobre à 20h00

Le Dôme - 1 Rue des Droits de l'Homme

56890 Saint-Avé

Entrée 6€

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

PAYANT €



Réserver / Plus d'informations



Territoire 8 - Pontivy

7 octobre à 20h30

Théâtre des Halles - 34 Rue de Lourmel

56300 Pontivy

Entrée : 12€

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

PAYANT €



Réserver / Plus d'informations



Territoire 3 - Lorient

8 octobre à 20h00

Plateau des quatre vents - 2, rue du Professeur Mazé

56100 Lorient

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Réserver / Plus d'informations



4



Spectacle vivant sous la forme « d'un seul en scène ».

Une jeune comédienne débarque au G.R.A.I.N: le Groupe de Réhabilitation Après un Internement ou N'importe, préfabriqué brinquebalant où elle devra animer un stage de théâtre le temps d'une folle journée... spectacle suivi d'un bord plateau avec l'artiste et le public sur le thème de la santé mentale.

Un spectacle qui réunit les trois territoires du Morbihan autour d'une même ambition : porter un autre regard sur la santé mentale et faire de l'art un espace de rencontre, d'expression et de rétablissement.

Une action départementale portée collectivement par les
acteurs des trois territoires de santé du Morbihan.



Territoire de Santé - Lorient

Ouvert au public - Gratuit

Caudan

Exposition photographique :
« Regard(s) »
du 2 au 31 octobre de 9h00 à 17h00

Vernissage
lundi 5 octobre à 11h00

EPSM Sud Bretagne CH Charcot
Hall du bâtiment administratif

Une exposition photographique et autobiographique permettant aux personnes - via le portrait et le récit - de partager leur regard sur leur souffrance psychique. Une manière de rendre l'expérience individuelle universelle et rencontrer les spectateurs.

Renseignements :
06 74 25 27 21
projet.jetevois@gmail.com

Gâvres

Coordination et mémoire à
travers le mouvement

jeudi 15 octobre de 14h30 à 16h00
Résidence Stiren Er Mor
56 rue de l'église

Atelier, destiné aux seniors.
Stimuler les capacités cognitives et motrices de manière ludique et bienveillante. À travers des exercices simples associant mouvements du corps, rythmes, gestes et mémorisation de consignes.

Renseignements et inscriptions :
Madame Padellec
animation@stirenermor.fr



Marche le long du Blavet

mardi 6 octobre à 9h15
Parking de la Poterie chemin du halage

Marche le long du halage Hennebont vers Inzinzac-Lochrist organisée par Soutien Addicts Hennebont et le CMP Danvez à Hennebont.

Marche possible de 4/6/8/10 kms

Renseignements :

Didier LE REZOLLIER - 06 88 48 40 27
didier.lerezollier56@orange.fr

Théâtre FORUM

Quand les spectateurs de-
viennent des « spec'acteurs » !

mercredi 7 octobre de 17h00 à 20h00
Espace du Scorff, Rue du Levant

Le théâtre forum est une forme de théâtre participatif qui invite le public à prendre part à l'histoire. À travers des situations inspirées du quotidien, les comédiens de la compagnie de l'Attelage mettent en scène des problématiques liées à la santé mentale. Les spectateurs sont ensuite invités à intervenir, proposer d'autres façons d'agir pour expérimenter des pistes de solution. Un moment d'échange, de réflexion collective et de dialogue pour mieux comprendre les enjeux de la santé mentale.

Avant et après le spectacle, les participants pourront rencontrer les acteurs de la santé mentale du territoire sur des stands d'information, d'écoute et d'orientation.

Une soirée proposée par les Semeurs de Santé et la CPTS Douar Mor, en partenariat avec la Ville de Caudan, l'EPSM Sud Bretagne - CH Charcot, le CMP de Plouay, Douar Nevez...

Renseignements :

Les Semeurs de Santé et La CPTS
Douar Mor
07 68 12 87 63



Territoire de Santé - Lorient

Ouvert au public - Gratuit

Kervignac

Atelier danse

« Le mouvement au service
du bien-être »

mardi 13 octobre de 13h30 à 15h00

et de 15h10 à 16h40

Lycée Ker Anna, 3 rue de Ker Anna

Atelier danse de 15 participants

Echauffement pour préparer le corps

Danse moderne pour une mise en mou-
vement dynamique et joyeuse

Relaxation pour reposer le corps

Renseignements et inscriptions :

Carole Sansonetti

keranna.rvs@keranna.cneap.fr

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Atelier écriture

samedi 17 octobre de 10h00 à 12h00

Médiathèque de Kervignac, rue du
stade

Régine Saint-Elie, psychologue, propose
aux participant.e.s un atelier d'écriture
comme terrain de jeu pour se raconter à soi
et aux autres.

Un moment de partage et de convivialité
pour en apprendre plus sur ses compé-
tences et les bienfaits de l'écriture

Renseignements et inscriptions :

Yann Quignon-Sohier

02 97 65 64 44

mediatheque@kervignac.com

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Bibliothèque de Livres Vivants
jeudi 8 octobre de 14h00 à 16h00
Centre Social de Lanester Albert
Jacquard

La bibliothèque vivante est une métaphore, les livres sont des personnes qui partagent un pan de leur histoire et de leur rétablissement, auprès d'une, deux ou trois personnes. Cette lecture, en face à face, est suivie d'un échange, dans un cadre ouvert et bienveillant. La bibliothèque vivante est un outil puissant de déstigmatisation qui repose sur une rencontre et un dialogue où l'empathie prend place.

Renseignements : 02 97 02 38 36
resorehab@ch-charcot56.fr



Atelier de médiation artistique
mardi 6 octobre de 13h30 à 15h00
Au café, « Le rendez-vous »
30 rue du Port

Un temps de pause et de création pour découvrir ses ressources en tant que professionnels de santé. Cet atelier est animé par Emmanuelle Peigney de L'Art S'Emporte.

Renseignements et inscriptions :
Hélène DENOAL
cpts.deradeearia@gmail.com
07 88 06 56 62

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

Exposition Photographie « Regard en marge »
du 6 au 24 octobre

Table ronde sur les bienfaits de la pratique des arts
mercredi 7 octobre à 17h30
Médiathèque Philoména Jouan, Place Jean Jaurès

Cette exposition est le fruit d'un travail collectif mené par des patients passant par l'atelier et les équipes soignantes qui ont exploré le street art et l'urbex du pays de Lorient peut être comme miroirs de parcours. A travers leurs objectifs, ils ont capturé des murs tagués, des friches, des lieux abandonnés. Des espaces souvent ignorés, tout comme les réalités de la Santé Mentale . Le street art, art de la rébellion et de la réappropriation dialogue ici avec l'expérience de la psychiatrie .Tous deux trop souvent stigmatisés, effacés ou réduit à des clichés.

Renseignements :
Madame Joyault
02 97 33 98 28
ejoyault@mairie-locmiquelic.fr



Territoire de Santé – Lorient

Ouvert au public – Gratuit

Lorient

Exposition : « Ce qui nous traverse »

du 9 au 16 octobre

Centre Cinéville de Lorient

4 Boulevard Maréchal Joseph Joffre

Vernissage

lundi 12 octobre à 18h30

Cette exposition invite à porter un autre regard sur la santé mentale, les émotions et les addictions. Un espace pour découvrir, échanger et surtout libérer la parole autour de sujets qui nous concernent tous.

À l'occasion de l'exposition, des professionnels de santé et des acteurs du territoire seront présents pour informer, répondre aux questions et échanger avec le public sur la santé mentale, les conduites addictives et les ressources disponibles.

Un temps artistique et convivial pour sensibiliser, déconstruire les idées reçues et favoriser le dialogue

Renseignements :

coordo@cptslorientlittoral.fr

07 43 36 95 39

Théâtre : « Comme un poisson dans l'eau »

Vendredi 9 octobre à 15h00

Salle Jéricho, espace St Phélan (sous l'église du Moustoir)

22 rue François Le Levé

Renseignements :

07 83 97 43 18

gem.lescale@orange.fr

Ciné Relax

Projection mystère : rendez-vous pour découvrir le film !

samedi 10 octobre à 14h15

Cinéville de Lorient

4 boulevard Maréchal Joffre

Le dispositif Relax rend la culture accessible en inclusion à des personnes qui en sont privées par leur handicap. Les séances Relax proposent un environnement bienveillant et chaleureux où chacun, avec ou sans handicap, est accueilli et respecté tel qu'il est.

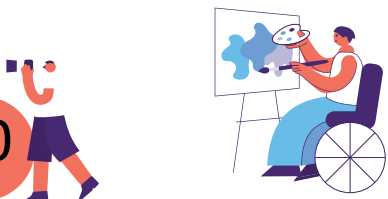
Renseignements et inscriptions :

07 68 94 45 41

lorient@cinerelax.org

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

10



Lorient

Fresque de l'autisme

Vendredi 9 octobre de 13h30 à 16h30

Maison des associations Jean Le
Coutaller

6 place Bonneaud

La Fresque de l'autisme est un atelier collaboratif et pédagogique visant à mieux comprendre les réalités de l'autisme. À travers une approche ludique et interactive, les participants explorent les connaissances scientifiques, les vécus et les enjeux sociétaux liés à l'autisme, afin de favoriser une meilleure inclusion et compréhension.

Evenement réservé aux professionnels de santé

Renseignements :

coordo@cptslorentlittoral.fr

Flashez le QR code pour vous inscrire

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

11



Escape Game : La chimie en ébullition

mercredi 14 et jeudi 15 octobre de
10h00 à 17h00

39 boulevard Léon Blum

Dans un laboratoire de chimie abandonné, le professeur Abraham et son équipe vont devoir désamorcer une horloge qui s'est enclenchée.

Renseignements :

07 83 97 43 18

gem.lescale@orange.fr

Flashez le QR code pour vous inscrire :

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Escape Game : Le Réseau égaré

L'embarcadère de 14h00 à 16h00

22 boulevard Franchet d'Esperey

Le réseau égaré est un escape game pédagogique, immersif et accessible, conçu spécialement pour la SISM 2026. En 60 minutes, les participants plongent dans une expérience symbolique où ils devront reconstruire les liens sociaux d'une communauté fragmentée, en résolvant des énigmes inspirées de la vie réelle : isolement, stéréotypes, fracture numérique, perte d'estime de soi...

Dans une seule pièce transformée en parcours de jeu, les joueurs collaborent, communiquent et expérimentent par le jeu l'impact du lien social sur le bien-être psychique. A la fin, une boîte verrouillée – la « boîte des liens réparés » – s'ouvre pour offrir des ressources locales, des pistes d'action concrètes et une réflexion collective.

Renseignements et inscriptions:

02 97 88 01 05

claire.coles@emeis.com

ergo4.larmorplage@emeis.com

Territoire de Santé - Lorient

Ouvert au public - Gratuit

Lorient

Lancement de la Convention partenariale Lorient-Quimperlé pour la santé mentale des jeunes

mardi 13 octobre

UBS Campus de Lorient, 7 rue des Montagnes, Salle Block

Signature officielle - Temps institutionnel
de 18h30 à 19h30

Conférence-débat animée par Maxime Ferrand, comédien
de 19h30 à 21h30

Dans le cadre de la Grande Cause nationale consacrée à la santé mentale, le CTS Lorient-Quimperlé et l'Université Bretagne Sud organisent une soirée consacrée à la santé mentale des jeunes. La première partie sera marquée par la signature d'une convention partenariale réunissant les principaux partenaires institutionnels. Elle sera suivie d'une conférence-débat ouverte aux étudiants, lycéens, familles, professionnels et citoyens afin d'échanger autour de la prévention, du repérage précoce, de l'accès aux soins et des initiatives développées sur le territoire pour les jeunes.

Renseignements et inscriptions :
02 97 02 38 81

Fashez le QR code pour vous inscrire

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



12

Lorient

Pair-aidance professionnelle en santé mentale « partager l'expérience, construire l'avenir »

mardi 13 octobre de 9h00 à 17h00

Cité de la voile, Lorient La Base, Rue Roland Morillot

Cette journée s'adresse aux professionnels, aux personnes concernées, aux pair-aidants, aux proches ainsi qu'à toute personne intéressée par les enjeux du rétablissement, du savoir expérientiel et de l'intégration des pair-aidants au sein des équipes.

Au programme : témoignages, retours d'expériences, échanges, rencontres et ateliers participatifs autour des différentes formes d'exercice de la pair-aidance et de leur place dans les parcours et les accompagnements.

L'objectif de cette journée est de favoriser les rencontres, valoriser les expériences existantes et nourrir la réflexion collective autour de la pair-aidance sur notre territoire

Renseignements et inscriptions :

06 15 65 11 08

angelique.traore@epsm-morbihan.fr

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



LES A R T S :

A comme Accompagner

R comme Rassembler

T comme Transmettre

S comme Soigner



CPEA Yves Racine

Mercredi 14 Octobre de 14h à 17h

Maison pour tous Bois du Château, 09
rue Jules Massenet

CPEA Kervenanec

date : contactez la Maison Pour Tous
de Kervénanec.

Réalisation collective au sein des Maisons Pour Tous de 2 fresques par les familles / enfants du secteur et les professionnels. Fresques qui seront conservées, une fois finalisées, sur les lieux de réalisation.

Renseignements :

CPEA Kervenanec 02 97 37 41 34

CPEA Yves Racine 02 97 81 23 96

13



Territoire de Santé - Lorient

Ouvert au public - Gratuit

Ploemeur

Concert Gospel, Pop internationale, Soul

samedi 10 octobre à 20h00

Chapelle Notre Dame de la Garde, Lomener

Concert de Gospel, pop internationale et soul puis présentation de l'association UNAFAM à l'entracte pour sensibiliser aux maladies psychiques et présenter les actions de l'association.

Renseignements :
morbihan@unafam.org



Plouay

Porteurs de parole

lundi 5 octobre à partir de 9h30

Place de l'Eglise

Rendez-vous sur le marché de Plouay pour une action autour de la santé mentale. Cette démarche participative invite à s'exprimer dans l'espace public sur des représentations, des expériences, des questionnements et des besoins en matière de santé mentale. À partir de questions ouvertes affichées sur des panneaux, chacun est invité à écrire ses idées, qui viennent enrichir une réflexion collective visible de tous.

Renseignements :
Emmanuelle ALLAIN
Virginie LE NINGRAT
02.97.33.09.78



Atelier d'expression corporelle: «Corps en Je»

vendredi 9 octobre

Accueil à partir de 09H30 - Atelier de 10h à 11h30

Salle des fêtes

« Corps en Je » est un atelier d'expression corporelle et d'affirmation de soi s'inspirant principalement d'exercices de théâtre, mais également de pratiques thérapeutiques favorisant le développement de la confiance en soi et l'estime de soi. C'est un atelier pour un retour vers soi et les autres.

Renseignements :
Anna Leclecq - 07 64 76 95 28



Plouhinec

Fest deizh : « Danser pour se sentir bien »

jeudi 8 octobre de 14h00 à 17h30
Salle Calloc'h

Fest deiz organisé par le cercle Rahed Koéd de Languidic et le CMP de Hennebont /Port Louis

Renseignements :
cpts.deradearia@gmail.com

Un dimanche chez Germaine : Ouvrons-nous aux arts pour notre santé mentale

dimanche 11 octobre de 14h30 à 16h00
Maison Germaine Tillon, résidence d'artiste, située au bout du chemin de Kerouline

Table ronde : Comment la pratique artistique est un facteur de bien être, les passerelles entre l'Art et santé mentale.

Renseignements :
Marie Favreau
publics@camp.bzh

Port-Louis

Accompagnement vers une exposition de Mme Servane AUFFRET

du 2 au 30 octobre

Vernissage
2 octobre à 18h30

Table ronde
jeudi 8 octobre de 14h00 à 16h00
Médiathèque de Pontichéry
57 Grande Rue

Découvrez une présentation de la démarche médicale ayant conduit à la création de l'exposition, et participez à une table ronde et à un temps d'échanges autour des différentes pratiques de soins.

Renseignements :
Valérie CASTERES- 02 97 82 59 59

Marché BIS (bureau itinérant de la santé) : Ouvrons-nous aux arts pour notre santé mentale

samedi 10 octobre de 9h30 à 12h00
Marché de Port Louis

Nous vous attendons à ce marché pour vous rencontrer, créer des passerelles entre les professionnels de santé du territoire et les habitants. Ce temps offrira aussi la possibilité de réfléchir ensemble sur ce que l'art apporte à votre santé mentale grâce un mur d'expression.

Renseignements : 07 88 06 56 62



Territoire de Santé - Lorient

Ouvert au public - Gratuit

Riantec

Atelier créatif peinture et musique : «L'art picturale au fil des notes ...»

mercredi 14 octobre de 15h00 à 16h30
Espace jeunes de Riantec

Atelier mêlant dessin et expression graphique intuitive, accompagné d'une ambiance musicale choisie afin de favoriser l'exploration émotionnelle.

Renseignements et inscriptions :
06 82 62 19 51
espacejeunes@mairie-riantec.bzh

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



16



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Ambon

Spectacle pédagogique

«Balise»

mardi 20 octobre à 19h45

Salle du Lenn

Simone est une cellule dans le corps de Seb. Seb qui vient de faire un infarctus car il a été licencié. Mais pas que...

Alors Simone va tenter de faire comprendre à toute son équipe comment fonctionnent les émotions, à quoi elles servent dans nos prises de décision, comment elles s'ancrent dans le corps et comment les exprimer.

Le spectacle "Balise" s'appuie sur cette base scientifique et met en scène de façon simple notre fonctionnement émotionnel, de la sensation à la prise en compte de nos besoins.

Il aborde aussi la fonction des émotions et les perturbations qui peuvent être engendrées quand on ne prend pas le temps de les écouter ou de les exprimer.

Il interroge notre rapport à nous-mêmes, à notre histoire, à nos croyances, nos postures et propose ainsi de prendre conscience de ce que l'on met en jeu dans nos relations, quelles qu'elles soient, pour redonner aux émotions leur juste place. Et tout ça, avec le sourire !

Renseignements et inscriptions :

07 49 79 79 96

msp.ambondamgan@gmail.com

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Auray

Ciné-échanges : « Deux générations, un même écran »

mardi 6 octobre 20h

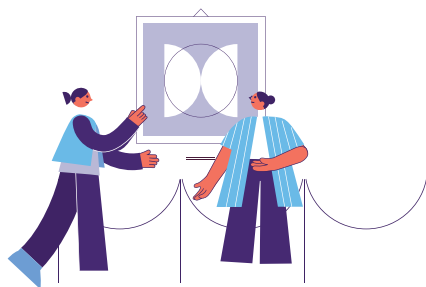
Cinéma Ti Hanok, Porte Océane,
3 Place de l'Europe

Projection du film « L'épreuve du feu » d'Aurélien Peyre suivi d'un échange avec la salle co-animé par le PAEJ du Pays d'Auray et le CMPS d'Auray sur les thématiques abordées par le film en lien avec la santé mentale des jeunes.

Renseignements :

06 02 14 63 06

f.bourgeon@cap-avenir.org



18



**Voyages intérieurs :
La Santé mentale fait son festival**

du 13 au 17 octobre

Chapelle Saint Esprit : Place Du Four
Mollet

Festival proposant diverses activités chaque jour :

- Exposition d'œuvres diverses
- Emission de radio en direct
- Détente sonore avec psychomotricienne et Association Sonoré
- 2 spectacles chorégraphiés (Cie Lucane + GEM)
- One man show (Faber Rice)
- Espaces de parole et échanges avec un philosophe (Dominique Pian) et une créatrice de BD (Juliette Blanchot)
- Lectures de poésie et mis à disposition de livres de référence...*

Renseignements : 07 89 34 14 94

arthur.fournier@epsm-morbihan.fr

Plus d'informations et programme complet ici :



Bignan

Discussion sur le marché :
Sensibilisation au grand public
mardi 6 octobre de 16h00 à 19h00
Place du marché

Sensibiliser le grand public à la santé mentale et aux lieux de prise en charge afin d'amorcer le dialogue et de désigmatiser les soins en santé mentale.

Renseignements : 02 97 69 58 90

Exposition des résidents du FAM Guérignan :
« Résonnance »
Vernissage
jeudi 15 octobre à 18h00
Médiathèque, 1 Rue de la Résistance

Autour des collages réalisés par les résidents, nous évoquerons les ressentis et les émotions qui contribuent à apaiser la santé mentale.

Renseignements : 02 97 44 24 41 ou
02 97 69 58 90

Billiers

Atelier gravure sur tétrapack
mardi 6 octobre de 14h00 à 16h30
CRP Billiers, Domaine de prières

Renseignements et inscriptions :
Stéphanie PANHALEUX
Laurence SOURDRIL
02 97 48 61 61
mdu@crp.bzh

Exposition des oeuvres des stagiaires du Centre de Réhabilitation Psychosociale de Billiers
du 5 au 16 octobre de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 16h30
CRP Billiers, Domaine de prières

Renseignements :
Stéphanie PANHALEUX
Laurence SOURDRIL
02 97 48 61 61
mdu@crp.bzh

Atelier collage-écriture
mardi 13 octobre de 14h00 à 16h30
CRP Billiers, Domaine de prières

Renseignements :
Stéphanie PANHALEUX
Laurence SOURDRIL
02 97 48 61 61
mdu@crp.bzh



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Brech

Théâtre documentaire :
« Entrez de secours » par le Collectif La Tête A la Fenêtre
samedi 10 octobre à 18h30
Centre culturel Maison blanche
Ti gwenn, 3 rue Georges Cadoudal

Deux hommes et leurs marionnettes inspirées de récits de personnes en soin explorent l'inattendu, brouillent les frontières entre soignants et soignés, et nous interrogent. Qu'est-ce que la folie nous dit de nous-même ? Entre humour, poésie et vertige, un voyage sensible au cœur de l'humain.

Renseignements et inscriptions :
02 97 57 79 50
mediatheque@brech.fr

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

Cartographie et territoire sensible

samedi 10 octobre à 14h00
Centre culturel Maison blanche
Ti gwenn, 3 rue Georges Cadoudal

Réalisation d'une carte géante à partir de dessin, collages... autour du rapport à l'espace et aux sensations (lumière, couleurs, odeurs, sons).

Durée 1h30, de 12 à 99 ans (enfant accompagné d'un adulte)

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

Renseignements et inscriptions :
02 97 57 79 50
mediatheque@brech.fr

Ateliers artistiques ouvert à tous et exposition : « Il n'y a pas d'âge pour créer : l'art pour vivre mieux quand on est vieux ! »
jeudi 15 octobre de 14h00 à 18h00
EHPAD La sagesse 5 Allée Marie-Louise Trichet

Sensibiliser aux bienfaits de l'art sur la santé du sujet âgé, comment créer relance l'élan vital et le champ des possibles. Les espaces de créativité ouvrent aussi des espaces de récits et de transmission essentiels chez nos aînés.

Entrée Libre

Renseignements :
scochetCV@hotmail.fr
06 65 13 84 47



Carnac

Théâtre documentaire :
« Entrez de secours » par le Col-
lectif LA Tête A la Fenêtre
samedi 17 octobre à 18h30
Espace Culturel Terraqué
26, rue du Tumulus

Deux hommes et leurs marionnettes inspirées de récits de personnes en soin explorent l'inattendu, brouillent les frontières entre soignants et soignés, et nous interrogent. Qu'est-ce que la folie nous dit de nous-même ? Entre humour, poésie et vertige, un voyage sensible au cœur de l'humain.

Renseignements et inscriptions :
<https://mediatheques-terre-atlantique.fr/>
02 97 52 50 50

Guer

Découverte de la sophrologie
vendredi 9 octobre de 14h30 à 15h30
Centre social Ti Mozaïk
15 rue du champ de Foire

En 1 séance, venez apprendre des bases de la sophrologie : détendre son corps pour apaiser les tensions physiques et mentales

Renseignements et inscriptions :
secretariat@timozaik.bzh
02 97 22 50 87

Entrée 4 €

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

PAYANT €

21

Damgan

Rando-balade « Bien-être »

jeudi 8 octobre de 13h30 à 17h00
Rendez-vous à la bibliothèque
14 rue Fidèle Habert

Départ de la bibliothèque pour une rando-balade en bord de mer avec pause lecture à haute voix d'un extrait d'une œuvre que l'on affectionne (livre, essai, poème...) puis retour à la bibliothèque pour un goûter !

Renseignements et inscriptions :
Nolwenn Réveillant
ccas@damgan.fr

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

Ciné-Causerie : « Le Monde de Charlie »

mardi 13 octobre de 18h00 à 21h00
Cinéma « Les Cardinaux »
1 avenue Prat Godet

Projection du film « Le monde de Charlie » sur la dépression suivi d'un échange autour du thème.

Renseignements :
bibliotheque@damgan.fr
ccas@damgan.fr

Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Locminé

« Les graines de l'espoir,
Semer, partager, avancer »

Projection documentaire

mardi 13 octobre à 14h30

Cinéma Le Club

1 Rue Jean Marie Lamennais

Les usagers de l'Atelier Thérapeutique
Agricole ont souhaité partager dans un
documentaire, leurs moments de soins au
sein de cet atelier.

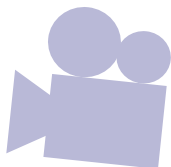
Renseignements :

02 97 46 71 51

atamoreacsecours@epsm-morbihan.fr



INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Malestroit

Association ouverte à tous !
Quelle place pour les personnes
en situations de handicap dans
nos associations ?

mercredi 7 octobre de 18h30 à 20h00

Tiers lieux Pulpe – 13 res Faubourg St
Anne

Introduction avec la diffusion du court
métrage « Bénévole-moi »

1. Des exemples qui fonctionnent : échange
avec des associations, des bénévoles, pair
formateur et élu
2. Comment mettre en place l'inclusion ?
Partage d'expériences de l'ADAPEI et de
l'association Nous Aussi
3. Présentation des ressources du territoire
Poursuite des échanges autour d'un pot de
convivialité

Renseignements : 02 97 54 12 64

daniel@clarpa.fr

Flashez ce QR code pour procéder à
l'inscription :

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Quand la nature éveille notre créativité !

mercredi 7 octobre de 10h00 à 12h00
Etang de la Folie

Créer une carte postale à partir d'éléments naturels au cours d'une balade conviviale et sensorielle.
Marche d'environ 1km

Inscription auprès des Jardins de Naé :
06 28 23 70 79
nae.broceliande@gmail.bzh

Land Art et Jeux d'antan
mercredi 7 octobre de 14h30 à 16h30
Résidence « Papillon d'or »
6 rue du Pont De Gué

Dans une ambiance chaleureuse et conviviale, venez participer à une création land art collective et (re)découvrir des jeux d'antan et de maintenant

Inscription auprès des Jardins de Naé :
06 28 23 70 79
nae.broceliande@gmail.bzh

Prendre soin de soi, grâce au collectif

jeudi 8 octobre de 14h00 à 16h30
Adresse communiquée après inscription

Quand la vie nous bouleverse (maladie, perte d'emploi, rupture, décès, naissance, avancée dans l'âge, etc.), faire face à nos émotions et pensées est parfois difficile. Pouvoir en parler, être écouté, dans un environnement bienveillant, est alors aidant, et contribue à nous aider à trouver en soi et au sein du groupe les ressources pour faire face à ces moments difficiles.

Inscription auprès des Jardins de Naé :
06 28 23 70 79
nae.broceliande@gmail.bzh

Exprimer sa créativité, c'est faire un pas vers soi...

samedi 10 octobre de 10h30 à 12h00
Médiathèque « Il était une fois... »
2 Rue de la Libération

Nul besoin de talent particulier ! Un espace pour se retrouver, pour déposer tout simplement ce qui nous traverse, pour expérimenter et s'exprimer autrement.

Renseignements et inscription :
06 34 47 05 18
asso.olahanna@gmail.com



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Mauron

Chant périnatal

vendredi 16 octobre de 17h00 à 19h00

Ecole de musique de musique de

Mauron

Centre culturel Moronoë, allée de Newmarket

La voix, un lien apaisant avec notre bébé, avant et après la naissance. Accessible sans savoir chanter.

Renseignements et inscriptions :

06 72 53 62 06

polyphoniesdelaterre@gmail.com

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

Muzillac

T'as pensé à ... ?

mardi 6 octobre et 13 octobre de 18h30 à 20h30

Maison des Services Arc Sud Bretagne, allée Raymond Le Duigou

A destination des femmes, pour libérer la parole et trouver des outils pour mieux gérer le stress, la pression et préserver sa santé mentale

Renseignements :

06 01 78 67 98

c.barbier@arcsudbretagne.fr

Les bienfaits de la création par la bande dessinée

mardi 6 et 13 octobre de 14h00 à 17h00

11 rue du Couvent

Si lire des bandes dessinées aide, les dessiner est également un outil thérapeutique puissant :

- **La mise à distance** : Poser ses traumatismes ou ses pensées obsessionnelles sur le papier permet de les extérioriser, de les sortir de sa tête pour les structurer dans des cases.
- **Le contrôle du récit** : En scénarisant sa propre histoire, on reprend le contrôle sur un vécu (un traumatisme, une annonce de diagnostic) qui nous a initialement dépassés

Renseignements et inscriptions :

06 83 08 38 26

plebegabela@gmail.com



Muzillac

Danse Expressive

samedi 10 octobre de 10h00 à 13h00
Médiathèque de Muzillac

Le corps a parfois les mots que la bouche n'ose pas prononcer.

A travers le corps, nous pouvons nous exprimer, nous raconter, nous libérer. Tentez l'expérience de la danse expressive.

Renseignements et inscriptions :
02 97 41 40 07

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE

Santé mentale et Obésité: « S'alléger d'un poids »

Conférence

samedi 17 octobre à 11h00
Médiathèque de Muzillac



Santé mentale et l'Obésité » : L'obésité est une maladie chronique complexe qui a des répercussions sur la santé mentale et physique, souvent mal reconnue, elle peut être le sujet de préjugés et de stigmatisation telle que la grossophobie qui peut alors devenir un facteur aggravant de la maladie... Si on en parlait?

Exposition photos

Du 10 au 18 Octobre

Changeons notre regard sur l'Obésité, dans la bienveillance et l'inclusion, luttons ensemble contre la Grossophobie.

Renseignements :
psychobesite56@gmail.com

Nivillac

SWEET ASYLUM

vendredi 16 octobre à 20h30
Le Forum, Centre Culturel
1 Place du Brigadier Éric Marot

Chers élèves en médecine psychiatrique, bienvenus ! Nous allons étudier le cas de Camille interné dans notre établissement. Vous nous indiquerez la raison de son enfermement, les personnes clés de sa vie et ensemble nous chercherons à comprendre pourquoi Camille est passé à l'acte. Notre méthode : l'hypnose ! Bon voyage...

A partir de 12 ans

Renseignements :
02 99 90 82 82
accueil@forumnivillac.fr



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Ploërmel

Ciné-débat : inclassables

jeudi 8 octobre à 20h00

Cinélac

13 rue du Lac

Inclassables met en lumière des sportifs de haut niveau porteurs de trisomie 21, exclus des Jeux paralympiques faute de catégorie adaptée. À travers leurs parcours, le documentaire raconte leur passion, leurs défis et leur quête de reconnaissance.

La projection sera suivie d'un débat sur l'inclusion des personnes en situation de handicap dans les associations sportives

Renseignements : 07 61 92 51 68

Flashez le QR code pour vous inscrire:

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



26

Exposition

du 5 au 18 octobre

sur les horaires d'ouverture de la médiathèque

Médiathèque de Ploërmel

8 boulevard des carmes

Exposition de travaux réalisés par des patients de l'Hôpital de jour de Ploërmel lors d'activités thérapeutiques.

Renseignements :

02 97 73 71 72



Plumergat

Yoga Zen

mardi 13 octobre de 15h00 à 16h30
Espace Les Hermines, 10 Rue Joseph
Évenas,

Prenez une pause, respirez et laissez-vous guider dans une séance de yoga zen pour relâcher les tensions et retrouver calme et sérénité.

Renseignements et inscriptions :

02 97 87 08 81

mediatheque@plumergat.fr



Rencontre dédicace sur le bien-être parental

mercredi 14 octobre de 10h-12h et
15h30-17h30

Médiathèque Porte Plum'
2 rue Joseph Evenas

Rencontrez Carole Hamille, psychomotricienne et psychothérapeute plumergataise, à l'occasion de la parution de son livre « **L'art d'être parents sans s'oublier : le parent est aussi une personne.** »

Renseignements :

02 97 87 08 81

mediatheque@plumergat.fr

Théâtre documentaire :

« Entrez de secours » par le Collectif LA Tête A la Fenêtre

vendredi 16 octobre à 19h30

Médiathèque Porte Plum'

2 rue Joseph Evenas

Deux hommes et leurs marionnettes inspirées de récits de personnes en soin explorent l'inattendu, brouillent les frontières entre soignants et soignés, et nous interrogent. Qu'est-ce que la folie nous dit de nous-même ? Entre humour, poésie et vertige, un voyage sensible au cœur de l'humain.

Renseignements et inscriptions :

02 97 87 08 81

mediatheque@plumergat.fr

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



La santé mentale : et si on en parlait ?

samedi 17 octobre de 10h à 12h30

Médiathèque Porte Plum'
2 rue Joseph Evenas

Empruntez un parcours de découverte pour rencontrer des professionnels de la santé mentale, poser vos questions et découvrir les ressources disponibles près de chez vous

Renseignements :

02 97 87 08 81

mediatheque@plumergat.fr



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Questembert

Atelier ex-expression : « Mains dans l'argile, bien dans sa tête »

mercredi 7 octobre de 14h00 à 16h30
Centre Social La Maison Pop 18 rue Jean Grimaud

Au côté d'une sophrologue, proposer une expérience sensorielle avec l'argile afin de découvrir le lâcher prise, la relation à soi, à la matière et à la créativité spontanée. Mettre en avant la pratique artistique comme un déterminant positif de la santé mentale.

Travail possible sur « Le GPS de mon bien être ».

Renseignements et inscriptions :
06 59 58 92 19 ou 07 78 41 27 96
s.raton@qc.bzh

Quiberon

Théâtre documentaire :
« Entrez de secours » par le Collectif LA Tête A la Fenêtre

vendredi 9 octobre à 18h30
Maison des Associations, 6, rue Jules Ferry

Deux hommes et leurs marionnettes inspirées de récits de personnes en soin explorent l'inattendu, brouillent les frontières entre soignants et soignés, et nous interrogent. Qu'est-ce que la folie nous dit de nous-même ? Entre humour, poésie et vertige, un voyage sensible au cœur de l'humain.

Renseignements :
m.broyer@ville-quiberon.fr



Saint-Avé

Exposition : « Un autre RegART »

du 2 au 22 octobre

Le Dôme - centre culturel, 3 rue des
Droits de l'Homme

Vernissage

jeudi 1er octobre à 17h30

Nous vous invitons à (re)découvrir les 7 arts majeurs avec un œil curieux. Nous vous invitons à prendre le temps d'observer, de questionner, de comprendre. Nous vous invitons à être attentif à votre Santé ... mentale. Ainsi, indirectement nous vous invitons à regarder les troubles psychiques sous un autre angle.

Les arts comme vecteur d'ouverture au monde, à soi, aux autres.

Et vous, comment les arts vous aident-ils au quotidien ?

Renseignements :

06 12 14 69 96

al.cuisnier@hovia.org

Exposition : « Mental'EAU »

du 2 au 31 octobre

Espace d'Animation de la Vie Sociale
(EAVS), place François Mitterrand (à
côté du studio photo)

Sur les heures d'ouverture de l'EAVS

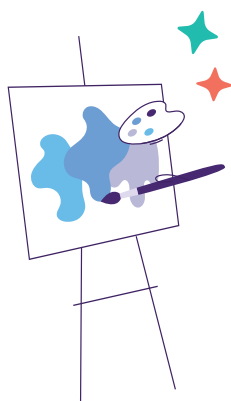
Quand 2 artistes, 2 univers, se rencontrent autour d'un sujet aussi universel que l'EAU, ceci donne une première exposition simple, authentique et accessible à tous. Le crayon gris se mêle aux feutres acryliques pour vous emporter tout en douceur dans les méandres de leur art.

Le plaisir de créer, le défi de partager pour ouvrir de nouvelles portes et faire un pied de nez à la maladie.

Renseignements :

06 12 14 69 96

al.cuisnier@hovia.org



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Saint-Avé

**Campagne de sensibilisation
des SISM lignes de Bus Kicéo**
du 5 au 18 octobre
Sur l'ensemble du réseau Kicéo

Pendant toute la durée des SISM, des affiches seront déployées sur la ligne 7 (Saint-Avé/Séné). Ces supports sont composés de recueils de phrases et d'œuvres des patients souffrant de pathologies mentales qui pratiquent l'art en soins.

Renseignements : 02 97 67 57 65

**Exposition : « Quand l'art fait
soin : une œuvre collective en
Kirigami »**
du 9 au 16 octobre
CMPS Saint-Avé
18 rue Ampère

Exposition d'une œuvre collective réalisée en Kirigami par un groupe de l'hôpital de jour de Saint-Avé sous la conduite de Julia Lorin, créatrice de Cat events.

Renseignements : 02 97 67 57 65

Marathon de la Radio
vendredi 9 octobre
En direct sur RadioLaRG
Fréquence 89.2

Une émission de radio, où la parole se libère autour de l'art et de la santé mentale.

Au fil des émissions, médecins, professionnels, usagers et invités se succèdent au micro pour partager leurs regards, leurs expériences et leurs témoignages.

Débats, rencontres, témoignages et musique : un espace convivial pour échanger, questionner les idées reçues et découvrir comment l'art peut contribuer au bien-être et au rétablissement.

Renseignements :
02 97 54 49 37



Saint-Avé

Le Land Art Pour Tous
mardi 13 octobre de 16h00 à 18h00
Marché BIO
Place Notre Dame du Lac

Laissez libre cours à votre créativité en réalisant collectivement un mandala éphémère à partir d'éléments de la nature : feuilles, fleurs, branches, graines...

Renseignements : 02 97 54 49 37

Café discute « Ça ne tourne pas rond »

14 octobre de 10h0 à 11h30
Espace d'Animation de la Vie Sociale (EAVS), place François Mitterrand

Echanges, en présence notamment d'un psychiatre, autour d'idées reçues sur la Santé mentale et la psychiatrie. Celle-ci seront écrites sur un support et suspendues à l'arbre aux idées reçues créé dans les ateliers du CPC psychiatrique HOVIA et décoré lors d'ateliers créatifs à l'EAVS. Cet arbre restera visible à l'EAVS tout au long du mois d'octobre.

Renseignements : 06 12 14 69 96
al.cuisnier@hovia.org



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Saint-Marcel

Forum Santé

mardi 20 octobre de 9h30 à 16h30
ESAT/SAVS Les Hardys Béhélec

De 9h30 à 12h30 : Ateliers et causeries
(alimentation, sommeil, sport, émotions,
relations, réseaux)

De 13h30 à 16h30 : Théâtre Forum avec
la Compagnie L'Attelage

Renseignements :

06 89 01 92 84 ou 06 74 26 10 32

Flashez le QR code pour vous inscrire

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Sérent

Mal-être et risque de suicide en milieu rural : osons en parler !

Mercredi 14 octobre à 19h00
Le Petit Théâtre – Place Saint-Pierre

Ensemble brisons le tabou de la solitude,
de l'isolement, de la souffrance et du risque
suicidaire en milieu agricole et rural. Que
vous soyez agriculteur, exploitant ou sala-
rié agricole, aidant ou proche, habitant du
territoire, élu, professionnel ou simplement
concerné par la vie rurale, votre regard et
votre participation sont précieux.

Renseignements :

m.beunel@pays-ploermel.fr



Vannes

Exposition : « De l'art dans les idées »

du 1er au 27 octobre
Centre Henri Matisse
13 rue Emile Jourdan

Exposition de créations individuelles et collectives des usagers du CATTG et de l'Hôpital de Jour Armorique de Vannes réalisées dans le cadre d'ateliers thérapeutiques. L'occasion de mettre en valeur le projet avec l'association SITALA.

Renseignements : 02 97 46 15 82

Exposition photos: « RCV l'art de s'en mêlée »

du 5 au 18 octobre
Galerie Carrefour Vannes
101 avenue de la Marne

Exposition de photographies prises lors des sessions de sport/rugby adapté dans le cadre du partenariat avec le CMPS de Vannes et le RCV.

Renseignements :
cattpvannes@epsm-morbihan.fr

Exposition : « L'art de l'écriture »

du 5 au 18 octobre
Hall du CHBA
20bd Général Maurice Guillaudot

Exposition de textes écrits par les usagers lors des différents ateliers d'écritures mis en place par le CMPS de Vannes, CATTG et CPJA Armorique.

Renseignements :
cattpvannes@epsm-morbihan.fr

Concert : « Amusiquons nous ! »

par Hocine et Briec
mercredi 7 octobre à 18h00
Médiathèque de Menimur
18 rue Marie Laurencin

Le duo Hocine et Briec est une formation musicale composée de deux guitaristes spécialisés : l'un est issu du jazz manouche, l'autre du blues berbère. Leur performance mêle chants, rythmes et poésie, portée par une synergie de styles qui efface les frontières musicales.

Partenariat entre le Centre psychothérapeutique pour enfants et adolescent de Menimur et la Médiathèque de Menimur.

Renseignements : 02 97 01 62 62



Atelier de Relaxation : PAPOTONS ET RESPIRONS

mercredi 14 octobre à 14h30
Médiathèque de Menimur
18 rue Marie Laurencin

Temps d'échange et de relaxation pour enfants et adolescents par deux psychologues du Centre psychothérapeutique pour enfants et adolescent de Menimur.

Renseignements et inscriptions :
02 97 01 62 62

INSCRIPTION
OBLIGATOIRE



Territoire de Santé – Vannes

Ouvert au public – Gratuit

Vannes

Portes Ouverte GEM la Galette
samedi 17 octobre de 15h00 à 17h30
72 boulevard de la paix

Temps permettant de venir découvrir le local du GEM La Galette et d'échanger avec des membres de l'association et un salarié. Des œuvres réalisées aux GEM seront exposées (peintures, ...) et des crêpes seront proposées.

Renseignements :
emtsa56.adm@gmail.com
06 18 47 82 95



Territoire de Santé – Pontivy

Ouvert au public – Gratuit

Pontivy

Minutes de la santé mentale
du 5 au 9 octobre et
du 12 au 16 octobre à 9h15 et 18h45
Sur Radio Bro Gwened
Fréquence 92.6 & 101.7

Les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle Le Pas-Sage de Pontivy se prêtent au jeu de la comédie amateur et proposent d'écouter des contes qu'ils ont sélectionnés et lus au micro de RBG, accompagnés de Fabien Briche, comédien. Une façon de s'ouvrir à l'art !

Renseignements :
02 97 25 44 42
gemlepassage@gmail.com

Ciné-rencontre « Soyons fou »
Vendredi 9 octobre
à 14h30 et 19h30
Cinéma Le Rex

Ciné-rencontre avec la projection du film-documentaire «Soyons fou» avec en avant-première la projection du court-métrage du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Le Pas-Sage «Toujours-là». Les séances seront suivies d'un échange avec un intervenant de l'équipe du film «Soyons fou» et des adhérents du GEM.

PAYANT €

Renseignements :
Entrée payante : 5€

02 97 25 44 42

Dédicace de livre et écoute de podcasts
Samedi 17 octobre à partir de 15h00
Médiathèque Espace Kénéré

Dédicace du livre du GEM «Les écrivains des maux, le retour du GEM» et écoute de podcasts RBG, des contes sélectionnés et lus par les adhérents du GEM Le Pas-Sage.

Renseignements :
02 97 25 44 42
gemlepassage@gmail.com



Glossaire

ADAPEI : Association Départementale d'Amis et Parents de personnes handicapées mentales

ATA : Atelier Thérapeutique Agricole

CATTG : Centre d'Activités Thérapeutiques et de temps de groupe

CMP : Centre Médico-Psychologique de Secteur

CPC : Centre Post Cure

CPEA : Centre Psychothérapique pour Enfant et Adolescents

CPJA : Centre Psychothérapique De Jour Pour Adultes

CPTS : Communautés Professionnelles Territoriales de Santé

CTS : Conseil Territorial de Santé

EAVS : Espace d'Animation de la Vie Sociale

EPSM : Etablissement Public de Santé Mentale

FAM : Foyer d'Accueil Médicalisé

GEM : Groupe d'Entraide Mutuelle

UNAFAM : Union nationale de familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques





**CINEMA LE CLUB
LOCMINE**



**BROCÉLIANDE
ATLANTIQUE**
GROUPEMENT HOSPITALIER

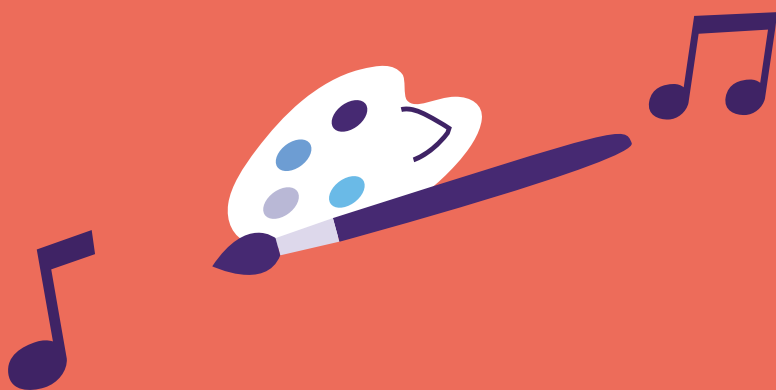


Centre de
Réhabilitation
Psychosociale
de Billiers



Sism.

Semaines d'information sur la santé mentale





Sism
Semaines d'information
sur la santé mentale



www.semaines-sante-mentale.fr



EPSM Morbihan - 22 rue de l'hôpital - BP 10 - 56896 Saint-Avé Cédex
02 97 54 49 49 - www.epsm-morbihan.fr

EPSM Sud-Bretagne - CH Charcot - Le Trescoët - BP 47 - 56854 Caudan Cédex
02 97 02 38 81 - www.ch-charcot56.fr

Association Hospitalière de Bretagne (AHB) - 1-3 Rue Joséphine, 56300 Pontivy
02 97 27 37 70 - www.ahbretagne.com



www.semaines-sante-mentale.fr