37e ÉDITION

sism

Semaines d'information sur la santé mentale

SISM 2026 dans le Doubs du 5 au 18 octobre 2026

Thème national :
“Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts”

Et si l’art était aussi une façon de prendre soin de notre santé mentale ? Peindre, chanter, danser, écrire, jouer, photographier, aller au cinéma ou visiter une exposition… Les arts font partie de notre quotidien et peuvent nous aider à exprimer nos émotions, à nous évader, à créer du lien et à prendre soin de nous.

Les Semaines d’information sur la santé mentale (SISM) 2026 nous invitent à explorer les liens entre arts, culture et santé mentale. Les pratiques artistiques peuvent favoriser le bien-être, réduire le stress et l’isolement, renforcer les liens sociaux et contribuer au rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques.

Des questions qui nous concernent toutes et tous

- Comment les arts peuvent-ils contribuer à notre santé mentale ?
- Comment rendre la culture accessible à toutes et tous, notamment aux personnes qui en sont éloignées ?
- Comment l’art peut-il nous permettre de nous rencontrer autrement et de faire évoluer les regards sur la santé mentale ?

Dans le Doubs, ouvrons-nous aux arts !

Partout sur le territoire, professionnel·les, associations, artistes, personnes concernées, proches, citoyen·nes et acteurs culturels se mobilisent pour proposer une programmation ouverte et multiforme : expositions, ateliers artistiques, spectacles, ciné-débats, conférences, portes ouvertes et temps conviviaux.

Autant d’occasions de découvrir, créer, partager et échanger, tout en faisant de la santé mentale une question qui nous concerne collectivement.

Du 5 au 18 octobre 2026, ouvrons-nous aux arts… et ouvrons de nouvelles portes pour notre santé mentale !

La santé mentale est un enjeu majeur de société. **53 % des Français déclarent avoir connu une période de souffrance psychique au cours des douze derniers mois**, tandis que **70 % considèrent encore la santé mentale comme un sujet tabou**.

Face à ces constats, il est essentiel de continuer à libérer la parole, à renforcer la prévention et à favoriser l'accès à l'aide et aux soins.

Mais prendre soin de sa santé mentale, c'est aussi pouvoir trouver des espaces pour s'exprimer, créer, partager et se sentir relié aux autres.

En 2026, les SISM nous invitent ainsi à porter un autre regard sur la santé mentale et à reconnaître les arts et la culture comme des ressources pour notre bien-être, notre expression et notre lien aux autres. Parce que nous avons tous une santé mentale, nous pouvons tous agir pour en prendre soin.

Source : Gouvernement, Parlons santé mentale ! Grande cause nationale 2025 et 2026, page mise à jour le 7 août 2026.

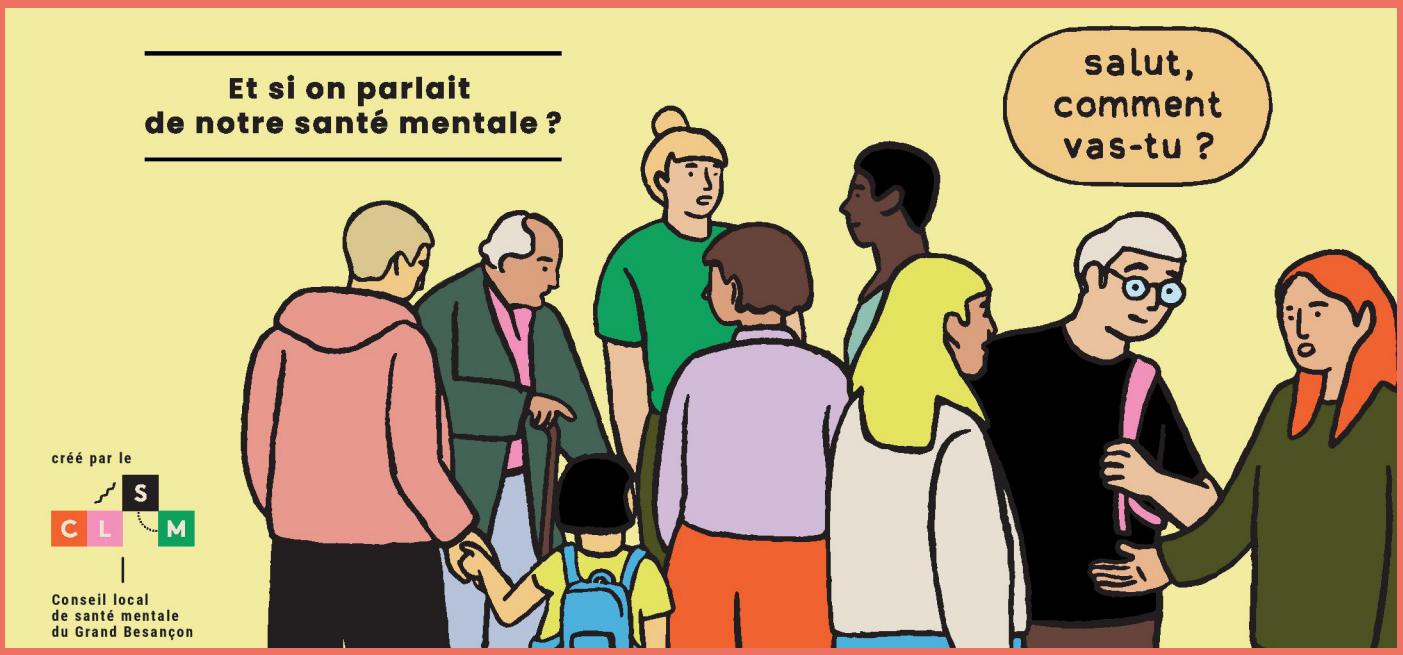
Projet labellisé
Parlons santé mentale!
GRANDE CAUSE NATIONALE
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Semaines d'information sur la santé mentale

ACTIONS "SALUT, COMMENT VAS-TU ?" SUR LES MARCHÉS

Et si on prenait le temps autour d'un café de prendre de vos nouvelles ? Temps d'échanges avec des professionnels du soin, des associations de familles et des personnes concernées. **Tout Public**

- **Vendredi 2 octobre de 17h30 à 19h30** - Marché des producteurs à Boussières
- **Samedi 3 octobre la matinée** - Marché d'Ornans
- **Mercredi 7 octobre de 9h à 12h** - Foire mensuelle - Place du Général de Gaulle à Valdahon
- **Samedi 10 octobre de 14h à 16h** - Musée Gustave Courbet à Ornans
- **Jeudi 5 novembre** - Foire de la Toussaint - Avenue Kennedy à Baume-les-Dames



LES EXPOSITIONS DU 5 AU 18 OCTOBRE

Mairie de Besançon, 1er étage CAM : exposition des productions artistiques réalisées par les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) « les Amis de Ma Rue Là ».

Agence Régionale de Santé Bourgogne Franche-Comté, Pôle Viotte, 5 voie Gisèle Halimi : exposition des créations artistiques réalisés par les patients de la clinique la Velotte.

Vivre en ville, 15 rue Denfert Rochereau : exposition des travaux du groupe d'art thérapie des patients du Centre Médico-Psychologique de Planoise

Pixel, 12 avenue Gaulard : exposition des créations artistiques réalisés par le collectif des personnes psychiatrisées de Besançon.

Valdahon – exposition du 7 au 17 octobre
Médiathèque - 7 rue du Chanoine Brachotte : les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle «Un Jour à Cueillir» de Valdahon vous raconte la santé mentale au travers de leurs créations artistiques.

Ornans – Musée Courbet
Expérience : P'ose auprès d'une œuvre : Un instant suspendu à s'offrir à soi-même, en se laissant guider devant une œuvre, pour la contempler et la découvrir.
Durée : quelques minutes

Morteau – exposition du 12 au 18 octobre
Exposition du Gem Com'Tois, Médiathèque, 41 rue Neuve : exposition des créations réalisées par les adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle.

Baume les Dames – Hall d'accueil, Centre Hospitalier Sainte Croix, 1 avenue Président Kennedy, aux heures d'ouverture : exposition des œuvres réalisés dans le cadre des ateliers d'art thérapie avec les résidents de l'EHPAD.

L'Isle sur le Doubs – Médiathèque Simone Veil, 20 rue Bourlier, aux heures d'ouverture : exposition de l'Atelier «Manouart», œuvres des résidents de l'EANM Foyer de vie le Manoir à Rougemont.

MANIFESTATIONS OUVERTES AU GRAND PUBLIC

JEUDI 1ER OCTOBRE

Théâtre/Débat "Du soleil derrière les nuages"

Rougemont, Maison associative et culturelle Houtau, 1 bis Carrefour des Halles - 15h

Sensibilisation, tout en humour et plein d'espoir sur la vie des seniors.

Concerne les personnes âgées de plus de 60 ans et leurs aidants/accompagnants professionnels du soin et des personnes.

VENDREDI 2 OCTOBRE

Spectacle Post-Scriptum par la compagnie du Punk à mouton

Ornans, salle Saint Vernier, 5 rue Pierre Vernier - 20h

« On leur a demandé d'écrire la lettre qu'ils n'ont jamais osé écrire.
Celle qui est restée coincée dans un tiroir, dans un coin de tête, sous l'oreiller, au fond d'un carnet, sous une pile d'autres courriers "non envoyés", au bout d'un stylo ou au fond du cœur. Ce sont les mots de tous, les mots de chacun. »
Post Scriptum est un spectacle intimiste et émouvant, porté par deux comédiennes qui nous font voyager dans des histoires simples et familières, aux résonances universelles.

2 ateliers écriture seront proposés à la suite de ce spectacle

Le 6 octobre à 19h00 à la Médiathèque la Passerelle à Ornans
Le 17 octobre à 15h00 à la Galerie de la Loue à Ornans

Infos et inscription : 03 81 62 40 38

Projection du film Natura

Quingey, Espace Culturel, 16 rue de l'Ecole, par l'EVS Graines de liens de Quingey - 20h

Les bienfaits des bains de forêt sur la santé mentale

Infos et inscription : 07 46 26 43 29

MARDI 6 OCTOBRE

Village des aidants et Théâtre - débat "Mots et maux des aidants"

Hôpital du Grosbois - Salle socio-culturelle Le Cusenier, 35 grande rue

De 17h30 à 19h : village des aidants
À 19h30 : théâtre - débât "Mots et Maux des aidants" - Sensibilisation, tout en humour et plein d'espoir sur la vie des seniors.

Concerne les personnes âgées de plus de 60 ans et leurs aidants/accompagnants

Découverte de la sophrologie

Ornans, Centre Social La Fabrique Collective, 5 rue St Laurent - de 19h à 20h

Infos et inscription : 03 81 62 07 62

MERCREDI 7 OCTOBRE

Atelier d'Art thérapie Parents-enfants

Sancey - Médiathèque Alain Cartier, 1 rue Joseph Montravers
De 14h à 16h
Infos et inscription : 03 81 62 07 62

Atelier "Peins tes émotions"

Ornans, Centre Social La Fabrique Collective, 5 rue St Laurent
De 14h à 16h
Animé par les membres du Syndicat français des arts thérapie.

Soirée santé mentale - Exposition

Besançon - au Pixel - 12 avenue Gaulard - 17h
Créations artistiques réalisées par les membres du collectif des personnes psychiatrisées de Besançon.
Venez découvrir les créations artistiques des membres du collectif.

Conférence du collectif des personnes psychiatrisées de Besançon "Les violences en psychiatrie, on en parle ?"

Besançon - au Pixel - 12 avenue Gaulard - 18h
Conférence animée par le collectif des personnes psychiatrisées de Besançon. Réflexion autour des soins en psychiatrie, histoire des soins en psychiatrie et de son évolution. Place du patient dans les soins. Impact de la stigmatisation de la maladie psychique par la société, difficulté d'accès aux droits des personnes souffrance psychique. Pistes alternatives pour un soin plus éthique.

Blind test santé mentale

Besançon - au Pixel - 12 avenue Gaulard - 20h
Testez vos oreilles et vos connaissances avec notre blind test musical spécial santé mentale ! Un moment ludique et convivial pour aborder, en musique, les émotions, les troubles psychiques, le bien-être et les messages positifs autour de la santé mentale.

Table ronde "Et si aller au musée, peut nous faire du bien ?"

Ornans - Atelier Courbet – 14 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny
de 15h à 16h30
Pousser la porte d'un musée et contempler des œuvres d'art est bénéfique pour notre santé. Lors d'échanges avec plusieurs intervenants spécialisés, explorons ensemble ce qui fait des musées des lieux particuliers où prendre soin de sa santé mentale tout en prenant du plaisir. Avec plusieurs intervenants dont la participation des adhérents du GEM les amis de ma rue là.
Durée : 1h30 environ
Réservation obligatoire :
reservationpaysdecourbet@doubs.fr ou
03 81 86 22 88

JEUDI 8 OCTOBRE

Spectacle Stéréo Vulcani

Besançon – Salle Battant, 48 rue Battant - Accueil 19h
19h30 représentation
« Stéréo Vulcani » est une création sonore vivante et sensible. Trois performeuses au plateau tissent des sons, des enregistrements collectés, de la musique électronique, des récits, pour parler d'états psychiques troubles, d'horizons qui se déforment et de paysages. Les artistes frictionnent des sons et des histoires pour en faire des étincelles qui se partagent, dans l'intime et le collectif. Une envie : par le partage de ces récits et de ces notes, se rendre, un peu plus peut-être, en état de traverser et d'accompagner les troubles psychiques, d'ouvrir des portes, de poser des questions.
Inscription via le QR Code

VENDREDI 9 OCTOBRE

Portes ouvertes Vivre en Ville et exposition art-thérapie du CMP Planoise

Besançon - Vivre en ville, 15 rue Denfert Rochereau
de 10h à 17h

Venez visiter les nouveaux locaux du service Vivre en ville de l'Association d'Hygiène Sociale de Franche-Comté. L'occasion de rencontrer les professionnels de ce dispositif et de découvrir ou redécouvrir leurs missions, d'échanger avec les personnes accompagnées, mais également de voir les productions artistiques réalisées dans le cadre d'ateliers d'Ateliers-Thérapie du CMP de Planoise.

Portes ouvertes GEM Comtois

Morteau, 41 rue Neuve
Maîche, 22 rue Montalembert
de 13h30 à 18h

Venez découvrir les 2 sites du GEM COM'TOIS. Les Groupes d'entraide mutuelles, ce sont des collectifs de vie qui font du bien à l'âme, et qui ont pour objectif de rompre l'isolement et lutter contre la stigmatisation des personnes en difficulté psychique !

Spectacle "Nous"

Guyans-Durnes-à la Grange Culture-21 rue Saint Martin - 19h

La compagnie "Sous ton Nez" présentera le spectacle "Nous". À travers une approche artistique sensible, cette représentation permettra d'aborder différentes dimensions de la santé mentale et favorisera les échanges avec le public. Action inscrite pleinement dans la thématique nationale des SISM en mobilisant les arts comme support de sensibilisation.

SAMEDI 10 ET DIMANCHE 11 OCTOBRE

Visite : Visite sens'ationnelle

Ornans, Musée Courbet, 1 place Robert Fernier - à 10h15, 14h45, 11h15 et 11h45

Avec une médiatrice culturelle du Pôle Courbet, le temps d'une pause, laissez-vous surprendre par une œuvre en l'observant avec tous vos sens.

Durée : 15 minutes environ
Sans coût supplémentaire au billet d'entrée du musée

Expériences "Murmures de toiles"

Ornans, Musée Courbet, 1 place Robert Fernier - accès libre

Réalisés par les élèves de CM1-CM2 de l'école Les marronniers à Glamondans et Sofiane Messabih, Le petit Kollectif Laissez-vous porter par des paysages sonores autour des œuvres de Gustave Courbet. Imaginé par des élèves de CM1-CM2, ce projet vous propose de plonger, à travers leurs perceptions sensorielles et technologiques, dans l'univers sonore qu'ils ont conçu.

Durée : quelques minutes par œuvre
Sans coût supplémentaire au billet d'entrée du musée

SAMEDI 10 OCTOBRE

Atelier d'écriture

Besançon - Musée des beaux-arts – 1 Place de la révolution, organisé par les Bibliothèques et Archives Métropolitaines de Besançon
Rendez-vous à 9h45 devant le musée

Venez participer à cet atelier favorisant la création et le partage et se déroulant au milieu des œuvres du musée.

Durée 2h
A partir de 16 ans

Inscription sur bibliotheques.besancon.fr ou au 03 81 87 82 05

Atelier Modelage

Ornans, Atelier Courbet, 14 avenue du maréchal de Lattre de Tassigny
à 14h
Modelage d'un animal avec Mali poterie, Marie Lacressonniere, potière
Lors d'un moment de partage et de bien-être, réalisez un bas-relief en argile de votre animal préféré en vous inspirant d'artistes animaliers. En novembre, vous pourrez venir récupérer vos pièces après la cuisson.
Durée : 2 heures environ
Réservation obligatoire sur reservationpaysdecourbet@doubs.fr ou 03 81 86 22 88

Atelier impro dessin/peinture

Quingey, Médiathèque les mots de la Loue - de 10h à 12h
À partir de 10 ans
Infos et inscription : 07 46 26 43 29

Ciné-débat

Besançon - Centre Nelson Mandela - 13 avenue ile de France, organisé par les Bibliothèques et Archives Métropolitaines de Besançon
14h30
Chaque mardi de l'automne 2024, Maggy Bolle vient à l'hôpital psychiatrique de Novillars pour créer un répertoire de chansons avec patients et soignants. Tous ensemble ils échangent, écrivent, répètent. Ce rendez-vous culturel du mardi est un moment de vie important pour tous à l'hôpital ! Les chansons doivent être prêtes début décembre car ils iront les chanter devant 600 personnes à la Rodia, haut lieu des concerts bisontins.
Venez découvrir ce film qui retrace une aventure humaine avant tout et permet de mieux comprendre les enjeux de la santé mentale.

DIMANCHE 11 OCTOBRE

Atelier d'expression plastique

Flagey - Ferme Courbet, 28 grande rue - 13h30
Avec Josette Bichet, art-thérapeute, association Le Labo-telier
Venez-vous imprégner de notre jardin pour vous accorder une parenthèse artistique. Regarder, toucher, sentir, ressentir... Laissez-vous porter par les formes et les couleurs, et osez l'expérience de la création personnelle.
Durée : 4 heures
Âge conseillé : dès 10 ans
Réservation obligatoire : fermecourbet@doubs.fr ou 03 81 53 03 60

LUNDI 12 OCTOBRE

Atelier d'art thérapie

Besançon - Résidence sociale Agora, 2 rue Pierre Mesnage - 15h30
Atelier animé par les membres du syndicat Français des arts thérapeutes.

Atelier d'art thérapie

Pontarlier - Salle Toussaint Louverture
de 15hà 18h
En partenariat avec l'association l'Escale, asso psychiatrie soignants/soignés. Psychiatrie et le syndicat français des arts thérapeutes Sensibilisation à l'art thérapie et musicothérapie. Échanges et convivialité.

MARDI 13 OCTOBRE

Artistes : l'antenne du Groupe d'Entraide Mutuelle "Un jour à Cueillir" et l'association Musicordes. GEM en scène, "Laissez-nous chanter"

Baume les Dames - 6 Esplanade du Breuil - Boutique "capsule et bouchon"
de 15h30 à 17h

Des musiciens et des chanteurs passionnés, plongez dans le cœur du GEM. Notre association vous a préparé un concert mêlant sensibilité, solidarité et joie d'être ensemble. Venez vivre un moment inédit autour de la chanson française et peut-être y trouverez-vous de l'inattendu et de belles surprises.

Débat mouvant sur la santé mentale

Besançon - Salle Battant, 48 rue Battant - 10h

Animé par le Conseil Local de Santé Mentale (CLSM) du Grand Besançon en partenariat avec l'association des petits frères des pauvres. Venez tester vos connaissances sur la santé mentale. Qu'est-ce que la santé mentale ? sommes-nous tous concernés ? Quels sont les signaux d'alertes ? Que peut-on faire pour préserver notre santé mentale ? Venez échanger avec nous sur ce sujet.

Théâtre-débat autour de l'aidance « Mots et Maux des aidants »

Vercel Villedieu le Camp - Salle de la convivialité, 18 rue du Stade
18h

En partenariat avec la Mutualité Française, quatre saynètes sont interprétées par la Compagnie des Chimères pour mettre en lumière les réalités vécues par les aidants, suivies d'un temps d'échanges avec le public.

Concerne les personnes âgées de plus de 60 ans et leurs aidants/accompagnants professionnels du soin et des personnes.

MERCREDI 14 OCTOBRE

Théâtre/ débat – Mots et maux des aidants par la compagnie Les chimers

L'Isle sur le Doubs - Halle aux grains – Place Aristide Briand - 14h30

4 saynètes pour une réflexion globale sur les difficultés rencontrées par les aidants.

Concerne les personnes âgées de plus de 60 ans et leurs aidants.

Spectacle - Princess Békille et les grands méchants loups

Besançon - Salle Proudhon, 2 Place du théâtre - de 18h30 à 21h

Conférence gesticulée sur le parcours d'une victime d'un pédocriminel abordant les thèmes de la pédocriminalité, de la victimologie, de la justice, de l'accès aux soins et surtout de la résilience.
Avec humour, chansons et poésies, laissez-vous conter la fabuleuse histoire de Princess Békille !

À partir de 18 ans

Inscription gratuite mais conseillée via le QR Code

Courts-métrages “La santé mentale autrement”

Valdahon - Médiathèque Brachotte, 7 rue du Chanoine Brachotte - 18h

Sélection de courts-métrages originaux, tendres et parfois drôles, qui abordent la santé mentale avec sensibilité et légèreté. Une invitation à changer de regard à travers des histoires profondément humaines. En partenariat avec : l’agence du court-métrage et la participation des adhérents du Gem “un jour à cueillir”.

Public adulte

Atelier d’art thérapie

Baume les Dames - salle d’animation Centre hospitalier, 1 avenue Kennedy de 14h à 16h

Venez participer à cet atelier favorisant la création et le partage.

Blind test

Pays de Clerval - Epicerie Paysanne Itinérante du Pays-de-Clerval, 2 rue de la Porte des Noyes - 18h

Testez vos oreilles et vos connaissances ! Un moment ludique et convivial pour aborder en musique les messages autour de la santé mentale.

Spectacle Stéréo Vulcani

Villers le Lac - Salle des fêtes – Rue du Soleil Couchant - 20h

« Stéréo Vulcani » est une création sonore vivante et sensible. Trois performeuses au plateau tissent des sons, des enregistrements collectés, de la musique électronique, des récits, pour parler d’états psychiques troubles, d’horizons qui se déforment et de paysages. Les artistes frictionnent des sons et des histoires pour en faire des étincelles qui se partagent, dans l’intime et le collectif. Une envie : par le partage de ces récits et de ces notes, se rendre, un peu plus peut-être, en état de traverser et d’accompagner les troubles psychiques, d’ouvrir des portes, de poser des questions.

JEUDI 15 OCTOBRE

Atelier découverte de l’art thérapie

Ornans - France Services, 32 rue Jacques Gervais - de 10h à 13h

Avec Josette Bichet, art-thérapeute, association Le Labo-telier

Infos et inscription : 03 70 88 96 70

VENDREDI 16 OCTOBRE

Sport et santé mentale

Besançon - Gymnase de la Fondation Pluriel, 17 rue Pergaud - de 10h à 16h

Venez découvrir et pratiquer une activité sportive encadrée par des professionnels du sport adapté et leurs adhérents. Plongez dans l’univers du sport adapté et explorez les bienfaits de l’activité physique sur la santé mentale.

Rejoignez-nous pour une expérience enrichissante et dynamique !

Contact et infos :

clsm@besancon.fr

cdsadoubs@gmail.com

Portes ouvertes Centre de Guidance Infantile

Morteau - 8 avenue Charles de Gaulle de 16h à 18h

Venez rencontrer le Centre de Guidance Infantile, lieu de soin en santé mentale pour les enfants et adolescents. L’occasion de découvrir les lieux, son équipe, ses missions et poser toutes vos questions.

Théâtre/Débat “Du soleil derrière les nuages”

Devecey, Salle des Fêtes - 1 rue des Artisans - 14h30

Sensibilisation, tout en humour et plein d’espoir sur la vie des seniors.

Concerne les personnes âgées de plus de 60 ans et leurs aidants/accompagnants professionnels du soin et des personnes.

Inscription recommandée auprès de :

Anna Chevraux - 06 62 68 36 30 ou

Corinne Maxel - 06 87 79 72 62

Rencontre “La Santé Mentale, sommes-nous tous concernés ?”

Morteau - Médiathèque 10 place de la Halle - Ouverture à 18h30

Avec les membres du Gem Com’Tois et Audry Henriet infirmière en santé mentale et auteure du livre « Les Voix en Santé Mentale… ».

Atelier de journal créatif

Flnagebouche - 3 rue de l’église

de 9h45 à 10h45

En partenariat avec le relais petite enfance, un atelier de journal créatif offrant un temps d’expression et de créativité pour favoriser le bien-être professionnel et la prévention de l’épuisement, est proposé aux assistantes maternelles du territoire.

Public : assistantes maternelles du territoire

Sur inscription auprès du Relais Petite Enfance

Spectacle “Des baleines dans la cour”

Quingey - Espace culturel, 16 rue de l’École - 20h

Projet de médiation et de sensibilisation à la tyrannie de l’apparence et au harcèlement lié à la corpulence, par la Cie Bayadelle, sensibilisation aux problématiques de santé mentale liées au surpoids chez l’enfant (traumatismes, harcèlement, sommeil, alimentation, etc.)

Représentation théâtrale suivie d’un échange avec l’autrice-interprète

Infos et inscription : 07 66 33 35 81

SAMEDI 17 OCTOBRE

Café-rencontre avec l’association UNAFAM

Besançon - UNAFAM, 7 avenue de Montrapon - de 10h à 12h

Poussez la porte de cette association pour les familles de personnes en souffrance psychique et vous trouverez accueil et soutien autour d’un café.

Portes ouvertes - GEM “La grange de Léo”

Besançon - 1 rue Fanard

de 13h30 à 17h30

Venez découvrir l’association GEM « la Grange de léo ». Ces Groupes d’entraide mutuelles sont des collectifs de vie qui font du bien à l’âme, et qui ont pour objectif de rompre l’isolement et lutter contre la stigmatisation des personnes en difficulté psychique !

Atelier d’art plastique

L’Isle sur le Doubs – Médiathèque Simone Veil, 20 rue bourlier

de 13h30 à 15h30

Atelier de dessin avec les Manouartistes. Exprimez votre créativité et passez un moment agréable. En partenariat avec l’Atelier Manouart de l’EANM de l’AHS-FC le Manoir de Rougemont.

Théâtre Forum “Ma vie de parents”

Quingey - Espace culturel, 16 rue de l’École par la Cie Prémisse avec le RPE

9h30

Infos et inscription : 03 81 63 72 05

Initiation Batucada

Quingey - Au Lavoir - 11h

Avec Musicaloue

Infos et inscription : 03 81 57 63 66

MANIFESTATIONS NON OUVERTES AU GRAND PUBLIC SUR L'ENSEMBLE DU TERRITOIRE

Groupe ressources Rés'Ado à Pontarlier
Sur la thématique en mouvement pour notre santé mentale.

CPTS Portes du Haut Doubs - HDS Etalans
Ateliers art thérapie pour soignants Lundi 12/10 après-midi et mercredi 14/10 matin

CIDFF Besançon
Atelier d'art thérapie « collage » expérientiel pour l'équipe dirigeante - 15 octobre matin

Actions de sensibilisation auprès d'étudiants et lycéens "Salut, comment vas-tu ?"

Maison des femmes et de l'égalité à Besançon
Ateliers d'art thérapie animés par les membres du syndicat français des arts thérapeutes

Journée départementale du Réseau régional d'appui à la prévention et à la promotion de la santé - Besançon
"Quand l'art et la culture cultive la santé". Échanges et expérimentations pour renforcer les compétences psychosociales et réduire les inégalités sociales et territoriales de santé
Table ronde le matin et ateliers l'après-midi sur inscription, avec le Syndicat français des arts thérapeutes

Rencontre réseau actif du Conseil local de santé mentale du Grand Besançon
Projection d'un film documentaire sur les bienfaits de l'art thérapie par le syndicat français des arts thérapeutes.

Tiers-lieu jeunesse Besançon
Présentation des outils sur la santé mentale des jeunes avec la participation de promotion santé, du conseil local de santé mentale du Grand Besançon et de la Maison de l'Ado.

Rencontre départementale des Maisons France Service à Sancey
Intervention sur la santé mentale : principes et ressources disponibles.

Agence Régionale de Santé Bourgogne-Franche-Comté à Dijon
Santé mentale et psychiatrie en Bourgogne-Franche-Comté : agir plus tôt, mieux coordonner, transformer ensemble.

Conférence/démonstration « Usage raisonné des écrans »à Pierrefontaine les Varans
Intervention de Joris Bretagnolles, membre de l'équipe de France de BMX Freestyle Flat, vice-champion de France 2023 et 8e mondial en 2025.
Dialogue avec les collégiens du territoire autour de la gestion du temps d'écran et de l'importance de préserver un équilibre entre vie numérique et activités physiques.
Public : élèves du collège de Pierrefontaine-les-Varans et alentours.

Pour clôturer les SISM, le PTSM associé au CAPC et au CLSM participerons **du 16 au 18 octobre au Hacking Health Besançon**, Marathon de l'innovation en santé, autour du défi "Une boussole pour la santé mentale". L'objectif est de transformer un simple annuaire de ressources en un outil d'orientation intuitif permettant aux citoyens comme aux professionnels de trouver rapidement l'aide la plus adaptée. Une initiative innovante visant à réduire l'errance et à faciliter l'accès aux ressources en santé mentale.

ET VOUS, QU'EST-CE QUE VOUS RETENEZ DE CES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE ?

Une action à laquelle j'ai participé

.....

.....

.....

.....

Ce que j'ai retenu

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Une idée qui m'a fait réfléchir

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Une ressource que j'ai découverte

.....

.....

.....

Pour moi / pour un proche, je note

.....

.....

.....

.....

Une chose que j'aimerais continuer à faire pour prendre soin de ma santé mentale

.....

.....

.....

.....

.....

Votre santé mentale
est importante,
trouvez
les interlocuteurs
à votre écoute
www.besancon.fr/
sante-mentale

IMPRIM'VERT®
Imprimerie municipale 2026