



Semaines d'information sur la santé mentale



PROGRAMME

THIERS



Les Mains de l'amitié.

Exposition itinérante « Les Mains de l'Amitié » : un défi créatif mené par des élèves du Puy-de-Dôme autour de l'amitié, de l'entraide et de la santé mentale.

A l'occasion des SISM 2025, l'Intercollectif du Puy-de-Dôme, en partenariat avec l'Éducation nationale et l'Enseignement catholique, a proposé aux élèves un défi créatif visant à sensibiliser les enfants à la santé mentale de manière ludique et participative.

À travers des ateliers de réflexion et de création, des élèves de CM1 à la 6^e ont exploré les liens qui contribuent au bien-être mental et réalisé des œuvres autour de l'amitié et de l'entraide.

Découvrez les créations des classes participantes à travers une exposition itinérante qui circulera sur plusieurs territoires du Puy-de-Dôme pendant les SISM :

Dates et lieux d'exposition

Du 18 septembre au 1er octobre 2026	Médiathèque Jack-Ralite – Clermont-Ferrand
Du 22 au 26 septembre 2026	Médiathèque Alain-Rey – Pont-du-Château
6 octobre 2026	Forum « Fais de ta vie une œuvre d'art » – La Halle aux grains - Issoire
7 octobre 2026	Jardin de la Culture – Riom
Du 8 au 15 octobre 2026	Collège Alexandre Varenne - Saint-Éloy-les-Mines (<i>exposition à destination des élèves</i>)
Du 16 octobre au 6 novembre 2026	Médiathèque Paul Valaude – Courpière

Retrouvez également l'ensemble des œuvres dans la **galerie numérique du défi « Les Mains de l'Amitié »** via le lien suivant : [\[Galerie « Les Mains de l'Amitié »\]](#) ou en scannant le QR Code ci-dessous :



Pour toute information :
lesmainsdelamitie@gmail.com

Objet : Programmation des Semaines d'information sur la Santé Mentale (SISM)

**La 37e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale se déroulera
du 05 au 18 octobre 2026 sur l'ensemble du Puy de Dôme**

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) reviennent cette année autour d'un thème qui met en lumière les liens étroits entre création artistique et santé mentale :

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

Du 5 au 18 octobre, des collectifs locaux s'unissent pour offrir un programme d'activités riche et diversifié dans tout le département.

Le saviez-vous ?

Les activités artistiques ont des effets positifs sur la santé mentale, physique et sociale. D'après l'Organisation mondiale de la Santé, les bienfaits des arts existent que l'on soit artiste, amateur, ou simple spectateur. Pratiquer, créer, écouter, regarder ou partager une expérience artistique permet notamment de réduire le stress, renforcer les liens sociaux, prévenir l'isolement et soutenir le rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques.

À l'occasion de cette 37e édition, temps fort de la *Grande cause nationale – Parlons santé mentale*, nous célébrons l'importance de l'art comme levier complémentaire de prévention, de soin et de promotion du bien-être individuel et collectif. Animations collectives, jeux, expositions, ciné-débats... autant d'occasions pour **échanger sur le bien-être mental, mais aussi pour découvrir les lieux, les ressources et les structures qui peuvent apporter écoute, soutien et information de proximité.**

Découvrez l'ensemble des intervenants et les lieux où se déroulent les actions via [ce lien](#) ou via le flash code ci-dessous.



Membres inter-collectif : Association Hospitalière Sainte Marie, Centre Hospitalier Universitaire de Clermont-Ferrand, CLS des Combrailles, CLS de l'Agglo Pays d'Issoire, CLS Plaine-Limagne, CLS de Thiers-Ambert-Billom, CLS du Grand Sancy, CLS de Riom Limagne et Volcans, CLS Mond'Arverne Communauté, CLSM de la ville de Clermont-Ferrand. Atelier Santé Ville de Clermont-Ferrand du Groupe AESIO SANTE. Promotion Santé

LEGENDE :

PUBLIC CONCERNÉ PAR LES ACTIVITÉS PROPOSÉES

-  Tout public
-  S'adresse aux jeunes (-18 ans)
-  A partir de 18 ans
-  Réservé aux professionnels

TERRITOIRE DE THIERS



PROGRAMME

05 LUNDI

14h00

EXPOSITION ●

« VENEZ DÉCOUVRIR LES BANNIÈRES DE THIERS ! »

📍 Maison des familles et du lien
rue du 8 mai 1945, 63300 Thiers
Retours sur l'atelier bannières
réalisées cette année par 8 per-
sonnes au CCAS de Thiers autour
de 2 thèmes: sous-bois féérique et
douceurs et merveilles de la Terre.
Balade, découverte des bannières
de la ville de Thiers, témoignages
des artistes du CCAS. Rendez-vous
à la Maison des familles et du
lien. Goûter offert. Accès libre.

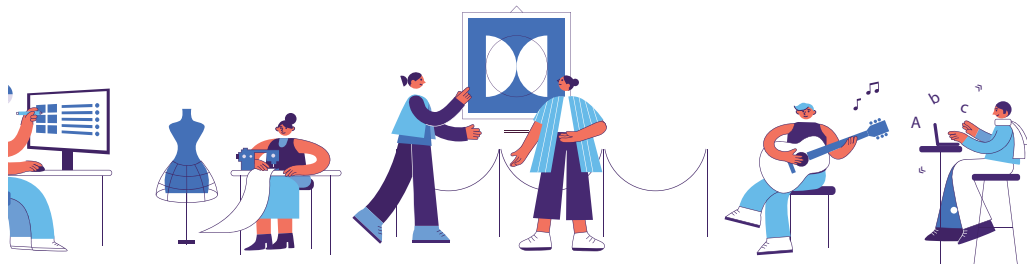
14h00 - 16h00

BALADE DÉCOUVERTE ●

A LA DÉCOUVERTE DU
PATRIMOINE DE COURPIÈRE:
UNE BALADE POUR SE
RESSOURCER !

📍 Centre bourg de Courpière,
63300 Thiers

Venez explorer le patrimoine
de Courpière. Au fil d'une
balade conviviale, partez à la
découverte de son histoire, de
ses personnalités et de ses petits
trésors abrités près de l'église
Saint-Martin. Une occasion de
prendre l'air, de partager un
moment chaleureux et de prendre
soin de son bien-être. Rendez-
vous place de la cité administrative
Suivi de la visite de
l'exposition « arc en ciel »
Gratuit et ouvert à tous avec un
goûter offert.



06 MARDI

14h00-16h00 et 18h30-20h30

ATELIER ●

«ENTRONS DANS NOS
TÊTES»

📍 Atrium, 25 avenue de Cizolles
63300 Thiers

Exposition éphémère où les participants sont acteurs d'un tableau évolutif où chacun dépose des mots en lien avec des maux, accompagné d'ambiance musicale, d'objets variés stimulants et d'une Art-thérapeute (Elodie Bernard Lacroix de Riom) qui invite à réfléchir sur les bienfaits de l'art. Ce créneau de 18h30 à 20h30 est réservé aux résidents de l'Atrium, en accès libre et sur inscription au [06 84 32 73 80](tel:0684327380) (jauge de 15 personnes).

07 MERCREDI

14h00-16h00

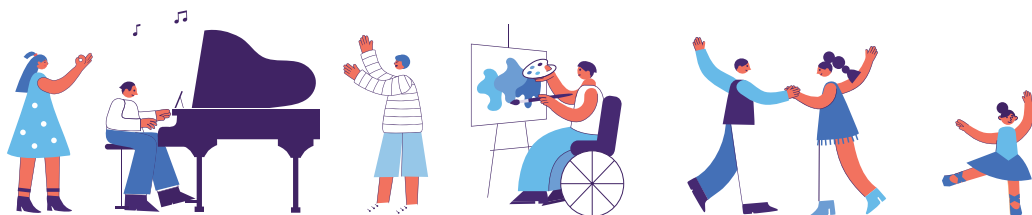
ATELIER ●

«L'ART FAIT DU BIEN: JOUER
AVEC LE MUSÉE D'ORSAY !»

📍 EHPAD Les Papillons d'Or 32
avenue ,Thiers 63120 Courpière

La Micro-Folie de Courpière vous invite à participer à des jeux ludiques autour des œuvres du Musée d'Orsay. Venez stimuler votre curiosité, exercer votre mémoire et partager un moment convivial autour de l'art et de la culture. Goûter offert.

Ouvert à tout public en accès libre, sur inscription auprès du CCAS au [04 73 53 01 21](tel:0473530121) ou de l'EHPAD au [04 73 53 29 60](tel:0473532960) en tapant 6.



08 JEUDI

10h00-11h30

ATELIER

«THÉÂTRE ET SANTÉ
MENTALE»

📍 EHPAD Aquarelle Centre
hospitalier de Thiers, Route du Fau
63300 Thiers

Atelier intergénérationnelle de techniques Théâtrales. Pour favoriser l'expression, l'écoute, la confiance en soi ainsi que les échanges entre les résidents et les jeunes participants, dans un cadre convivial et bienveillant. Ouvert aux jeunes de 16 à 25 ans, suivis ou non par la mission locale, et aux résidents de l'EHPAD, ce créneau est en accès libre sur inscription auprès de la mission locale au **04 73 80 49 69** (jauge limitée à 10 jeunes).

09 VENDREDI

14h00-16h00

CINÉ DÉBAT

L'ART D'ÊTRE HEUREUX: ET
SI ON PRENAIT UN MOMENT
POUR PARLER ... BONHEUR ?

📍 Médiathèque intercommunale
de Lezoux, Rue du Dr Grimaud
63190 Lezoux

le CCAS, la Médiathèque et l'association EPE 63 vous invitent à un après-midi ciné-débat autour du film "L'art d'être heureux". Après la projection, place aux échanges! Un temps de discussion ouvert à tous pour partager ses ressentis, ses idées et ses expériences autour du bien-être et de la santé mentale. Une classe de CM1 sera également présente pour enrichir les échanges et croiser les regards.

Accès libre, avec accompagnement d'un adulte obligatoire pour les enfants.



09 **VENDREDI**

15h00

DOCUMENTAIRE DÉBAT ●

«A L'INTÉRIEUR»

📍 Cinéma Le Rex 50 bd Vercingétorix 63120 Courpière

De la réalisatrice Claire Juge. Le film suit patients, soignants et artistes participant ensemble à une création chorégraphique portée par la chorégraphe Ariane Boulet et le psychiatre Emmanuel Monneron. Il montre comment la danse peut transformer les relations entre patients et soignants, favoriser l'expression de soi, lutter contre la stigmatisation liée aux troubles psychiques et créer du lien social et artistique. Le documentaire dure environ 56 minutes. Echanges avec la réalisatrice (sous réserve de validation).

Gratuit et sans réservation.

12 **LUNDI**

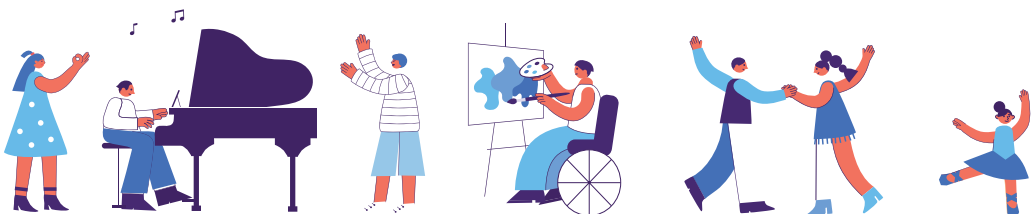
14h00 - 17h00

ATELIER ●

«DONNER DES COULEURS À VOS ÉMOTIONS !»

📍 Salle d'animation, place de la cité administrative 63120 Courpière
Venez participer à un atelier artistique autour des émotions. À travers la création, les couleurs et l'expression personnelle, prenez un moment pour explorer, partager et mettre en lumière ce que vous ressentez, dans un cadre bienveillant et convivial. Aucune compétence artistique n'est nécessaire : laissez simplement parler votre créativité !

Gratuit et en accès libre, sur inscription auprès du CCAS au **04 73 53 01 21**.



13 MARDI

16h00 - 19h00

PORTES OUVERTES ●

PÔLE DE SANTÉ MENTALE
DU CENTRE HOSPITALIER DE
THIERS

📍 Centre hospitalier de Thiers
Route du Fau 63300 Thiers

Vernissage de l'exposition des œuvres des patients réalisées en EHPAD, USLD, PSM et la mission locale en présence de l'artiste Brian COUGAR. Présentation du CMP, HDJ, offre de soins globale. Cocktail dînatoire. En partenariat avec le centre d'art contemporain le Creux de l'Enfer de Thiers. Accès libre. Sur inscription par mail emgen@ch-thiers.fr avant le 15 octobre.

09h00 - 12h00

VIDÉOS DÉBAT ●

«ART ET SANTÉ MENTALE»

📍 Mission locale, 20 rue des Drs
Dumas 63300 Thiers

Projection de vidéos et temps d'échanges avec un psychologue sur les thématiques art et santé mentale. Gratuit sur inscription au [04 73 80 49 69](tel:0473804969).

Ouvert aux jeunes de 16 à 25 ans suivis ou non pas la mission locale.



14 MERCREDI

14h00-16h00

VISITE GUIDÉE ● MUSÉE DE LA CÉRAMIQUE

📍 Musée de la céramique, 39 rue de la République 63190 Lezoux

Pour la deuxième année consécutive, le Centre communal d'action sociale de Lezoux participe et affirme ainsi son engagement en faveur du bien-être et de la santé mentale pour tous. Le thème 2026, « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts », met à l'honneur la création artistique comme source d'expression et de lien social à travers des ateliers, des expositions et des rencontres. Le musée s'associe à cette initiative et vous propose une visite suivie d'un atelier modelage autour des émotions : joie, tristesse, peur... à vous de créer votre masque !

Gratuit et sur réservation au [04 73 73 42 42](tel:0473734242), avec accompagnement d'un adulte obligatoire pour les enfants.

09h00-12h00

ATELIER

«JE CUISINE POUR MA SANTÉ MENTALE»

📍 Mission locale 20 rue des Drs Dumas 63300 Thiers

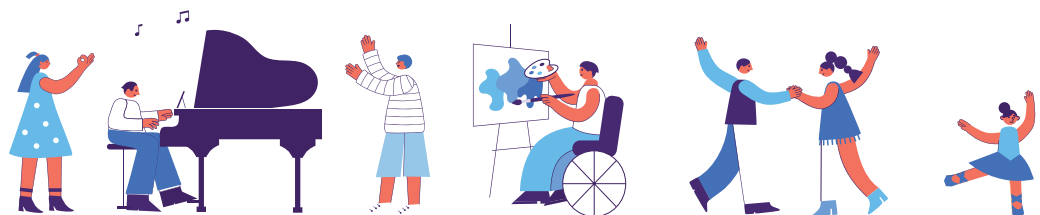
Elaboration de pâtisseries et distribution lors de l'atelier d'art-thérapie de la médiathèque de Thiers l'après-midi. Gratuit et sur inscription auprès de la mission locale [04 73 80 49 69](tel:0473804969) pour les jeunes de 16 à 25 ans suivis ou non.

10h30

ATELIER ● «LES RACONTINES»

📍 Médiathèque Maurice Adé-
vah-Poeuf, place Antonin Chastel
63300 Thiers

Partager une histoire, c'est prendre le temps de rêver, de ressentir et de grandir ensemble. Un petit moment de lecture pour les tout-petits ... pour beaucoup de bien-être. Destiné aux enfants de 0 à 4 ans, renseignements auprès de la médiathèque de Thiers au [04 73 80 44 24](tel:0473804424).



14 MERCREDI

14h00

ATELIER ●

«DÉCOUVERTE DE
L'ART-THÉRAPIE»

📍 Médiathèque Maurice Adevah-Poeuf
place Antonin Chastel 63300 Thiers

Découverte de l'art-thérapie à travers un atelier d'initiation où la création devient un moyen d'explorer ses émotions, de favoriser le bien-être et de s'offrir un moment pour soi avec Chloé Digard, art-thérapeute. Goûter organisé par la mission locale de Thiers. Gratuit et ouvert à tous.

Infos : Médiathèque de Thiers au
04 73 80 44 24. Aucun prérequis
artistique n'est nécessaire.

14h00-16h00

ATELIER ●

«LA MUSIQUE POUR STIMULER LE
CORPS ET L'ESPRIT !»

📍 Locaux de l'association» Les Cano-
tiers» place Jean Payre 63120 Courpière
Participez à un atelier musical dynamique
de type Brain Ball. À travers le rythme,
le mouvement et la coordination, venez
stimuler votre attention, libérer les
tensions et partager un moment collectif
à la fois ludique et bienveillant. Gratuit
et sur inscription au CCAS 04 73 53 01 21
Jauge de 20 personnes.

15h30

CONFÉRENCE ●

«L'ENFANT QUI PARLE À
L'Océan»

📍 Médiathèque Maurice Adevah-
Poeuf, place Antonin Chastel 63300
Thiers

Entre traumatisme et résilience avec
Frédéric-Jacques Bourgade. Ancien
pupille de l'assistance, ancien cadre
hospitalier et chercheur en sciences
sociales, l'auteur invite le public à
une rencontre autour des blessures
de l'enfance, de la résilience et du
pouvoir des récits pour comprendre
et se reconstruire. Il présentera son
livre «Les perles nacrées de nos
larmes» aux effluences de cendre
mais qui se veut semeur de joie,
d'espérance, de confiance en la vie
chez tous ceux qui ont souffert.
Vente-dédicace avec la librairie
Trenslivre. Gratuit et ouvert à tous.
Infos : Médiathèque de Thiers au
04 73 80 44 24

15 JEUDI

16h-18h et 19h-21h

ATELIER

«TOUS À LA PAGE»

📍 Atrium, 25 avenue de Cizolles
63300 Thiers

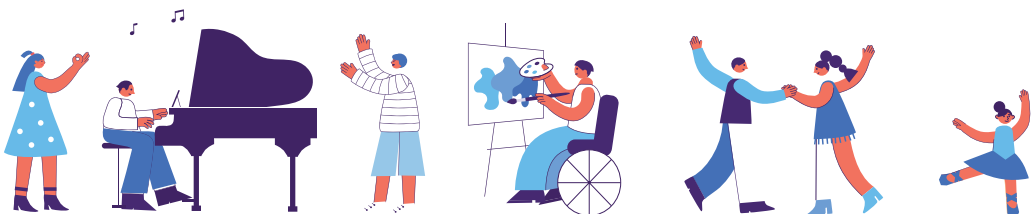
Que puis-je mettre en place pour dorloter ma santé mentale ? (jeu du chapeau sur des questions de santé mentale et les émotions), temps d'encrage et imagination d'une bulle de couleur, créations de poésies surréalistes guidées sur une journée pas forcément habituelle), retours sur le temps partagé. Coanimé par Pascale Harcadiaux (ancienne psychologue en Belgique) et Caroline Rumilly (animatrice socio-culturelle). L'événement est ouvert à tout public de 16h à 18h en accès libre, puis réservé aux résidents de l'Atrium de 19h à 21h, sur inscription au 06 84 32 73 80 (jauge limitée à 12 personnes).

10h00-12h00

EXPOSITION

«SATYRES - SÉRIEUX
S'ABSTENIR»

📍 Musée de la céramique, 39 rue de la République 63190 Lezoux
Visite de l'exposition temporaire «Satyres - Sérieux s'abstenir» et création de masques en argile sur les émotions. Gratuit et ouvert aux jeunes 16/25 ans suivis par la mission locale.



16 VENDREDI

20h30

SPECTACLE DE CIRQUE DANSE

«ENTRE LES BARREAUX»

📍 Salle des fêtes 9 chemin Murets
63300 Escoutoux

«Entre les barreaux» allie cirque et danse sur une musique pulsion-nelle et énergique, révélant force et vulnérabilité. Ce duo transforme la contrainte et l'enfermement en un espace d'union et d'entraide (durée 50 mns). Mariotte Parot et Marie Bouvier interrogent l'impact du confinement et de l'enfermement sur le corps et l'esprit : comment, même enfermés, les corps peuvent-ils résister, danser et se réinventer ? Temps d'échanges à l'issue de la représentation. Ecriture et interprétation - Mariotte PAROT et Marie BOUVIER. La compagnie La Fauvette dans le cadre de la saison culturelle Terre de Culture de la communauté de communes Thiers Dore et Montagne. Tout public à partir de 10 ans. Entrée payante : 10€, 5€ tarif réduit, gratuit pour les moins de 18 ans. Le tarif réduit est accordé aux 18-25 ans, aux demandeurs d'emploi et aux étudiants (sur justificatif).

10h00-12h00 et de 14h00-16h00

ATELIER

INITIATION À LA SCULPTURE
SUR BÉTON CELLULAIRE»

📍 Médiathèque Paul Valaude 5
place Jean Payre 63120 Courpière
Création d'un objet en béton cellulaire avec Mme Brigitte Gibbes. Gratuit et sur inscription au 04 73 51 29 55 (jauge de 5 personnes)

17h30

CONCERT

«CHANTER POUR MA SANTÉ
MENTALE»

📍 Atrium, 25 avenue de Cizolles
63300 Thiers

Créée en 2005 la chorale Diapason de Nérondes-sur-Dore reprend chaque année des chansons de variétés françaises d'hier et d'aujourd'hui avec l'aide de sa cheffe de chœur Isabelle Veyssière. Venez découvrir une partie du répertoire de cette saison spécialement conçu pour les SISM ! Gratuit.



17h00

ATELIER

«CAFÉ CULTURE # 1 À
L'ORANGERIE»

📍 L'Orangerie 13 rue du Moutier
63300 Thiers

**Découvrir les possibilités
culturelles sur le territoire**

Explorer les propositions culturelles locales : spectacles, expositions, événements, ateliers, réseau de bibliothèques...

Découvrir les solutions de mobilité
notamment le covoiturage, pour
faciliter l'accès aux rendez-vous
culturels.

Pourquoi aller voir un spectacle ?

Focus sur «Entre les barreaux» à
20h30 à Escoutoux Qu'est-ce que
j'attends de ce spectacle ? Une
occasion d'échanger autour de nos
attentes, de nos émotions et, plus
largement, de notre rapport à l'art.
Qu'est-ce que le spectacle attend
de moi ? Réfléchir à la place du
spectateur : être curieux, disponible,
s'interroger, ressentir, partager...
Repas partagé et poursuite de la
soirée à Escoutoux pour le spectacle.
Gratuit et ouvert à tous.

Infos : 04 15 80 00 06

17 SAMEDI

10h00-12h00

ATELIER

«ATTRAPE RÊVE»

📍 Médiathèque Paul Valaude,
5 place Jean Payre 63120 Courpière
Création d'un attrape rêve; atelier
animé par Babeth bénévole à
la médiathèque. Adolescents,
Adultes (jauge 5 personnes)
Accès libre.

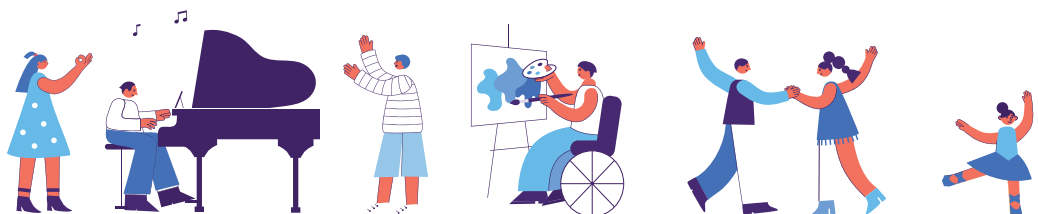
10h00-12h30

ATELIER

«OUVRONS-NOUS AUX ARTS»

📍 L'Orangerie 13 rue du Moutier
63300 Thiers

Ateliers découvertes de pratiques
artistiques (peintures, sérigraphie,
calligraphie, collages, poésie, land
art...). Venez essayer différentes
techniques artistiques. Tout public
à partir de 6 ans accompagné d'un
parent. Gratuit.



du 05 au 09 octobre 2026

VISITE GUIDÉE

DÉCOUVERTE DU CHÂTEAU D'AULTERIBE

Château d'Aulteribe, 63120 Sermentizon

Découverte du château d'Aulteribe et choix d'une oeuvre puis propositions de dispositifs pour amener les participants à s'exprimer sur leur choix et en s'appuyant sur leur compétence: texte, musique, photo ... L'atelier s'adresse aux jeunes de 16 à 25 ans suivis par la mission locale, en accès libre et sur inscription au 04 73 80 49 69 (jauge limitée à 8 jeunes).

du 06 au 27 octobre 2026

EXPOSITION ●

EXPOSITION DE L'ASSOCIATION L'ATELIER

Médiathèque Maurice Adevah-Poeuf place Antonin Chastel 63300 Thiers

Le collectif d'artistes locaux expose ses œuvres et vous invite à venir échanger avec les artistes. L'exposition est gratuite et en accès libre aux horaires d'ouverture de la Médiathèque.



du 12 au 17 octobre 2026

EXPOSITION ●

«OUVRONS NOUS AUX ARTS»

L'Orangerie, 13 rue du Moutier 63300 Thiers

Exposition de créations d'artistes et d'amateurs du territoire. Gratuit et ouvert à tous.

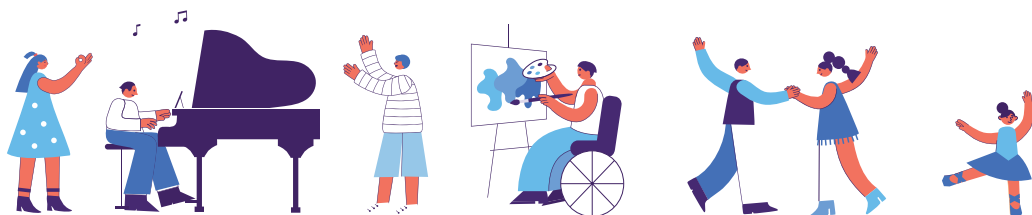
du 19 octobre au 06 novembre 2026

EXPOSITION ●

DÉFI LES MAINS DE L'AMITIÉ L'EXPO

Médiathèque Paul Valaude 5 place Jean Payre 63120 Courpière

Nous vous invitons à découvrir l'exposition « Les Mains de l'Amitié ». Sensibiliser les enfants aux questions de santé mentale via un défi ludique et créatif, tel a été le défi que se sont lancés les membres de l'Inter-collectif SISM Puy-de-Dôme dont le Contrat Local de Santé Thiers Ambert Billom, l'Éducation nationale et l'Enseignement catholique. À travers différents ateliers, les enfants du CM1 à la 6ème du département ont été invités à réfléchir, s'exprimer et créer une œuvre sur ce qui favorise la construction de liens, l'entraide et l'amitié. À travers cette exposition, venez découvrir le fruit de leurs réflexions notamment celles des enfants de l'école Jean Zay de Courpière ! L'exposition est gratuite et en accès libre aux horaires d'ouverture de la Médiathèque.



du 28 septembre au 23 octobre 2026

EXPOSITION ●

J'AIME DONC JE SUIS

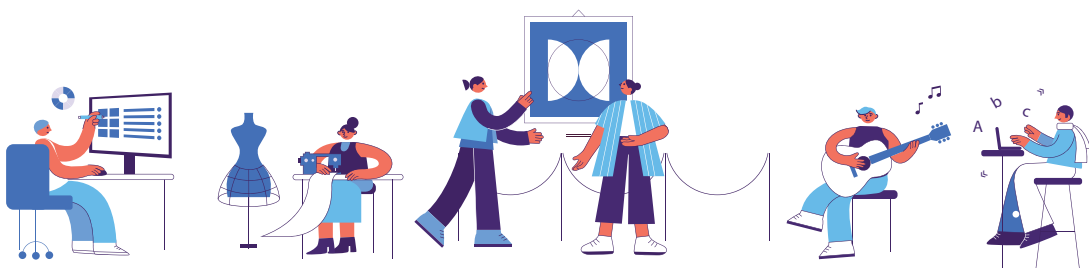
Atrium, 25 avenue de Cizolles 63300 Thiers

Exposition de Promotion Santé 63 : 21 tableaux, portraits photographiés portant sur des témoignages et mises en scènes de personnes parlant de santé mentale.



REMERCIEMENTS

Nous remercions l'ensemble des partenaires qui ont contribué à l'élaboration de cette programmation à l'occasion de la 37ème édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale.



DÉCOUVREZ LE PROGRAMME DU PUY-DE-DÔME

