



# *Sism.*

## Semaines d'information sur la santé mentale

5 au 18 octobre

2026



**Pour notre santé mentale  
ouvrons-nous  
aux  
*arts***

✦ Programme Savoie ✦

Mise à jour 27 septembre 2026



# Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts

## Deux semaines de rendez-vous ludiques, pédagogiques, informatifs, interactifs !

C'est la 37e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale ! Pour en parler, échanger, jouer, informer sans tabou sur les sujets de santé mentale, de nombreux acteurs se réunissent en Savoie du 5 au 18 octobre 2026.

### Santé mentale, tout un art ?

« Grande Cause Nationale », la santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc tous concernés. Pour cette édition 2026, ce sont les arts qui sont mis à l'honneur. En effet, les activités artistiques, qu'elles soient pratiquées individuellement ou en groupe, jouent un rôle essentiel dans notre épanouissement à tous les âges de la vie !

### Qui se cache derrière l'organisation des SISM ?

Rendez-vous national, l'organisation des SISM en Savoie est déclinée avec :

- **un comité départemental**, piloté par l'association Promotion Santé Auvergne-Rhône-Alpes – Délégation Savoie
- **et des antennes locales** : bassin chambérien, bassin d'Albertville, Aix-les-Bains, Avant-pays savoyard, Maurienne, Tarentaise. Ces comités locaux sont coordonnés par des structures associatives ou collectivités.

Les événements de proximité sont organisés par un réseau engagé d'associations, de professionnels de santé, de pairs-aidants, de salariés, de proches, de bénévoles, et de citoyens.

### Concrètement, que découvrir pendant ces deux semaines ?

Ce sont une soixantaine d'événements qui sont proposés sur tout le département, avec par exemple :

- **Des événements autour des arts** : café-littéraire, ateliers d'aquarelle, poterie et autres pratiques artistiques, rencontre avec des artistes, pièces de théâtre, expositions...
- **La venue du « Psytruck »**, camion itinérant qui se déplace vers le public pour échanger, discuter et informer des enjeux de santé mentale
- **Des soirées de ciné-débat et ciné-goûter**, projections de films récents et grand public en lien avec la thématique
- **Et aussi** : portes ouvertes, témoignages, conférences et tables rondes, sensibilisations en milieu scolaire, micros-trottoirs, etc.

Enfants, ados, parents, grands-parents, en famille, en solo ou entre amis, ces événements s'adressent à tous !

**Contact :** Emilie Progin / Promotion santé 73  
emilie.progin@promotion-sante-ara.org  
04 79 69 43 46



# SOMMAIRE

**Aix-les-Bains** p.4

**Albertville et alentours** p.6

**Avant-pays savoyard** p.10

**Chambéry et alentours** p.11

**Maurienne** p.19

**Tarentaise** p.22



**Et aussi pendant les SISM** p.24

**Sigles et abréviations** p.26

**Coordination** p.27

**Organisateurs** p.28



*SISM*

Semaines d'information  
sur la santé mentale



## Atelier "Découverte de l'Art-thérapie" pour les professionnels

Jeudi 8 octobre de 14h à 16h

Sur inscription, places limitées

**Gratuit**

Atelier de sensibilisation et de découverte de la pratique de l'art thérapie, par le biais de la danse en mouvement. Initiation proposée par Célia Allard, art-thérapeute.

- Résidence Denise Barnier, 80 bd de la Roche du Roi, AIX-LES-BAINS
- Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains et Espoir73
- Inscriptions par mail : [f.bentaleb@aixlesbains.fr](mailto:f.bentaleb@aixlesbains.fr)
- Contact CCAS : 04 79 35 61 13
- **Réservé aux professionnels du champ sanitaire, social ou médico-social**

## Portes ouvertes du Groupe d'Entraide Mutuelle Horizon 73

Vendredi 9 octobre de 13h30 à 17h

**Gratuit**

Venez découvrir le Groupe d'Entraide Mutuelle d'Aix-les-Bains.

- GEM Horizon 73, 219 av. Marie de Solms, AIX-LES-BAINS
- Organisé par le GEM Horizon 73
- Contact GEM : 04 57 34 50 17
- **Tout public**

## Atelier "Découverte de l'Art-thérapie" pour les aidants

Vendredi 9 octobre de 14h à 16h

Sur inscription, places limitées

**Gratuit**

Atelier de sensibilisation et de découverte de la pratique de l'art thérapie, par le biais de la danse en mouvement. Initiation proposée par Célia Allard, art-thérapeute.

- FJT Résidence Joseph Fontanet, 95 bd Lepic, AIX-LES-BAINS (parking gratuit)
- Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains et Espoir73
- Inscriptions auprès du CCAS d'Aix-les-Bains
- Contact CCAS : 04 79 35 61 13
- **Réservé aux aidants**



## Atelier "Découverte de l'Art-thérapie" pour tous

Vendredi 9 octobre de 17h à 19h

Sur inscription, places limitées

Atelier de sensibilisation et de découverte de la pratique de l'art thérapie, par le biais de la danse en mouvement. Initiation proposée par Célia Allard, art-thérapeute.

Gratuit

- FJT Résidence Joseph Fontanet, 95 bd Lepic, AIX-LES-BAINS (parking gratuit)
- Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains et Espoir73
- Inscriptions auprès du CCAS d'Aix-les-Bains
- Contact CCAS : 04 79 35 61 13
- **Tout public**

## Escale du Psytruck... Et si on parlait de santé mentale ?

Mercredi 14 octobre de 9h à 12h

Gratuit

Escale du Psytruck le jour du marché hebdomadaire, un camion sur le modèle des Food Trucks pour vous informer sur la santé mentale. Des professionnels, des bénévoles, des usagers vous accueilleront et répondront à vos questions autour d'un café. L'occasion de prendre connaissance de la documentation mise à disposition et d'échanger autour d'un "quiz". Animation relaxation proposée par ATEO 73 (CHS de la Savoie), ligne d'écoute Santé Mentale en Savoie.

- Marché de la ville d'Aix-les-Bains, Place Clemenceau, AIX-LES-BAINS
- Organisé par le REPSY, en partenariat avec la Ville d'Aix-les-Bains, Espoir73 et ATEO73 (CHS de la Savoie)
- Contact REPSY, coordination locale de Savoie : belinda.blaise73@repsy.fr
- **Tout public**

## Vernissage et présentation festive de la fresque collective sur la santé mentale

Vendredi 16 octobre à partir de 17h

Gratuit

Venez découvrir l'œuvre réalisée par les jeunes de l'Espace Jeune d'Aix-les-Bains, de Marlio'zen et les usagers de la Résidence Denise Barnier. Fresque collective sur le thème de la santé mentale, réalisée en lien avec un artiste de street art.

- Espace de Vie Sociale Marlio'zen, quartier de Marlioz, 74 bd de la Roche du Roi, AIX-LES-BAINS
- Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains et Espoir73 en partenariat avec Grand Lac, Marlio'zen, l'Espace jeune de la mairie d'Aix-les-Bains et la Résidence Denise Barnier.
- Contact : Espace de Vie Sociale Marlio'zen : 06 46 31 60 09
- **Tout public, habitants du quartier**





## Exposition d'œuvres

Du lundi 5 au vendredi 9 octobre

Exposition d'œuvres réalisées par des personnes concernées par un trouble psychique. Une invitation à découvrir des parcours, des sensibilités et des expressions artistiques qui contribuent à changer le regard sur la santé mentale.

**Gratuit**

- Le Dôme, 135 place de l'Europe, ALBERTVILLE
- Organisé par Espoir73 Le Chardon Bleu, le GEM Renaissance et le Dôme
- Contact Espoir73 Chloé SIMUS : [chloe.simus@espoir73.fr](mailto:chloe.simus@espoir73.fr) / 06 50 76 33 41
- **Tout public**

## Table thématique sur la santé mentale

Du lundi 5 au dimanche 11 octobre

Des livres, des magazines, de la documentation sur la santé mentale seront mis en avant au sein de la bibliothèque.

**Gratuit**

- Bibliothèque de l'Atrium, 168 rue de la Bévière, GILLY-SUR-ISERE
- Organisé par la bibliothèque de Gilly-sur-Isère et Espoir73
- Contact bibliothèque de l'Atrium : 04 79 38 01 53 / [bibliotheque.municipale@gilly.fr](mailto:bibliotheque.municipale@gilly.fr)
- **Tout public**

## Vernissage à l'Agence de l'inclusion

Mardi 6 octobre de 11h à 13h

Moment convivial autour des œuvres réalisées par les personnes accompagnées par l'Agence de l'inclusion.

Les œuvres réalisées feront l'objet d'une exposition, visible du mardi 6 octobre au vendredi 16 octobre à l'Agence de l'inclusion, aux horaires d'ouvertures de la structure.

**Gratuit**

- Agence de l'inclusion, 9 rue de la République, ALBERTVILLE
- Organisé par l'Agence de l'inclusion (Espoir73, SAVS et DEA, Agir'H)
- Contact Fanny SERVE : [fanny.serve@espoir73.fr](mailto:fanny.serve@espoir73.fr) / 06 58 81 21 31
- **Tout public**



## Ateliers créatifs "Les p'tits bricoleurs"

Mercredi 7 octobre de 9h à 10h15

Sur inscription

Place à la créativité pour les grands enfants ! Ces ateliers amusants permettent aux artistes en herbe de découvrir, créer et s'exprimer à travers des activités manuelles adaptées à leur âge.

**Gratuit**

(avec l'adhésion annuelle)

- LAEP - Local de la Roseraie, 986 av. du Commandant Dubois, ALBERTVILLE
- Organisé par le LAEP (Lieu d'Accueil Enfants-Parents) d'Albertville
- Contact Centre socio-culturel 04 79 89 26 30
- Inscription auprès du centre socio-culturel
- **A partir de 3 ans**

## Ciné-goûter "Amélie et la métaphysique des tubes"

Mercredi 7 octobre de 14h à 16h30

**4€ pour la  
séance + 1,5€  
pour le goûter**

Film d'animation de Mailys Vallade et Liane-Cho Han, 2025.  
*Amélie est une petite fille belge née au Japon. Le jour de ses trois ans, un événement change le cours de sa vie. Car à cet âge-là pour Amélie tout se joue : le bonheur comme la tragédie.*

Projection du film, suivie d'un goûter et d'une animation réalisée par le centre socioculturel d'Albertville à destination des enfants, en présence de leurs parents.

- Le DÔME Cinéma, 135 place de l'Europe, ALBERTVILLE
- Organisé par Le Dôme Cinéma, le CCAS d'Albertville, Espoir73 et Les Amis du Cinéma
- Contact le Dôme Cinéma : 04 79 10 44 90
- **A partir de 8 ans**

## Conférence-débat "Quand les arts nourrissent la santé mentale"

Mercredi 7 octobre de 18h30 à 20h

**Gratuit**

Une soirée d'échanges pour explorer les liens entre les pratiques artistiques et la santé mentale, à travers les regards de professionnels et de personnes engagées dans ce domaine.

- Campus des métiers de la montagne, 358 chemin des Trois-Poiriers, ALBERTVILLE
- Organisé par UnivPop
- Contact UnivPop : Jean-Marc Soulie, jean-marc.soulie@wanadoo.fr
- **Tout public**



## Ciné-débat "Les rêveurs"

Jeudi 8 octobre à 9h15

Comédie dramatique d'Isabelle Carré, 2025. Projection du film, suivie d'un débat.

Un film sensible qui aborde avec justesse la souffrance psychique, la résilience et le pouvoir de l'art.

La projection sera suivie d'un échange avec des professionnels et des partenaires autour des enjeux de la santé mentale.

**Plein tarif**

**8,50€**

tarif réduit  
sur justificatif

- Cinéma Chanteclerc, 45 place de Montmain, UGINE
- Organisé par le cinéma Chanteclerc, Espoir73 et les Amis du Cinéma
- Contact Espoir73 Chloé SIMUS : [chloe.simus@espoir73.fr](mailto:chloe.simus@espoir73.fr) / 06 50 76 33 41
- **Tout public dès 12 ans**

## Table thématique sur la santé mentale

Jeudi 8 octobre à partir de 17h

**Gratuit**

Des livres, des magazines, de la documentation sur la santé mentale seront mis en avant au sein de la bibliothèque.

- Bibliothèque de Saint-Vital, RD201, SAINT-VITAL
- Organisé par La bibliothèque de Saint-Vital
- Contact bibliothèque de SAINT-VITAL: 06 88 78 96 99
- **Tout public**

## Conférence "La réflexologie, un art pour soutenir le bien-être psychologique"

Jeudi 8 octobre de 19h à 20h30

**Gratuit**

Cette conférence propose de découvrir la réflexologie et ses bienfaits dans l'accompagnement du stress, des émotions et du bien-être au quotidien. Un temps d'échange pour mieux comprendre cette pratique et sa place dans une démarche globale de mieux-être.

- Bibliothèque de Saint-Vital, RD201, SAINT-VITAL
- Organisé par Dominique Mercier et la bibliothèque de Saint-Vital
- Contact Dominique Mercier : [mercier.dominique73@gmail.com](mailto:mercier.dominique73@gmail.com) / 06 29 37 82 25
- **Tout public**

## Soirée littéraire

Jeudi 8 octobre de 19h à 22h

**Gratuit**

1<sup>ère</sup> partie : remise des prix du concours de nouvelles.

2<sup>ème</sup> partie : café littéraire. Ceux qui le désirent partageront leur coup de cœur de lecture sur la santé mentale. Se manifester auprès de Bénédicte Fauvel. Possibilité d'acheter sur place des oeuvres mises en avant par la Librairie des Bauges.

- Librairie des Bauges, 104 rue de la République, ALBERTVILLE
- Organisé par Epsilon Pa, UnivPop et la librairie des Bauges
- Contact Epsilon PA Esteban Empereur : 06 41 34 27 95
- Contact Café littéraire : Bénédicte Fauvel 06 87 27 90 03
- **Tout public**



## Après-midi “Viens exprimer ta créativité !” et escale du psytruck

Samedi 10 octobre de 14h à 18h

Gratuit

Venez découvrir et participer à des ateliers artistiques (aquarelle, création d'autocollants, peinture sur figurines, modelage en terre), profiter d'un moment de relaxation avec le massage assis, échanger avec des professionnels et des associations, et vous informer sur la santé mentale dans une ambiance conviviale.

Présence du "Psytruck", camion où l'on parle de santé mentale dans la convivialité et sans tabou. Animation relaxation proposée par ATEO 73 (CHS de la Savoie), ligne d'écoute Santé Mentale en Savoie.

- Agence de l'inclusion, 9 rue de la République, ALBERTVILLE
- Organisé par Espoir73 Le Chardon Bleu, le CCAS d'Albertville, Epsilon PA, UNAFAM73, Vie libre, le RéPsy, la Mission locale, le GEM Renaissance, l'Agence de l'inclusion, Le Pélican, l'Heureux pair savoyard, et ATEO 73 (CHS de la Savoie)
- Contact Espoir73 Chloé SIMUS : [chloe.simus@espoir73.fr](mailto:chloe.simus@espoir73.fr) / 06 50 76 33 41
- **Tout public**

## Portes ouvertes du GEM Renaissance (Groupe d'Entraide Mutuelle)

Dimanche 11 octobre de 10h à 18h

Gratuit

Le GEM ouvre ses portes pour faire découvrir ses locaux, ses activités et son fonctionnement. Un temps convivial pour rencontrer les adhérents et l'équipe, échanger autour du lieu, mieux comprendre son rôle dans le soutien, le lien social et l'entraide entre personnes concernées par des troubles psychiques.

- Le GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle) Renaissance, 10 rue Pargoud, ALBERTVILLE
- Organisé par Le GEM Renaissance
- Contact GEM Renaissance Annie Bobillier : 04 56 10 30 05
- **Tout public**

## Exposition et ateliers “L'art du regard”

Samedi 17 octobre de 9h à 12h

Gratuit

Exposition et ateliers artistiques (photos) autour du thème du regard, nous invitant à explorer la vision que nous portons sur nous-mêmes, sur les autres et sur la santé mentale.

- Le Fabulieu, 68 rue de la Cure, NOTRE-DAME-DES-MILLIERES
- Organisé par le Fabulieu
- Contact Steve Weyn : [steve.weyn@lilo.org](mailto:steve.weyn@lilo.org) / 06 63 03 41 07
- **Tout public**



## Journée "L'art de prendre soin de soi"

Samedi 10 octobre de 9h à 18h

Inscription conseillée pour les ateliers

Une journée immersive pour explorer sa santé mentale à travers les sens. L'événement propose un espace d'accueil/exposition, un espace "échanges & créations collectives" (ressources, écoute, fresque libre, troc d'astuces) et un espace d'ateliers pratiques. 4 ateliers pratiques axés sur l'art :

1. *La fresque de la santé mentale*
2. *Atelier de théâtre "Observer ce corps qui s'émeut"*
3. *Atelier "Sophrologie et expression créative"*
4. *Atelier "Médiation et danse des mots"*

Les ateliers pratiques se déroulent en petits groupes.

Si la météo le permet, des animations seront réalisées en extérieur.

**Gratuit**



- Maison du Lac, NANCES (Espace d'accueil dans l'entrée de l'Office de Tourisme)
- Organisé par l'association Coach Life en partenariat avec la Communauté de Communes du Lac d'Aiguebelette
- Inscription pour les ateliers en flashant le QR code
- Contacts : Coline Mayoral Regord 06 50 36 69 40 [mahilaessence@gmail.com](mailto:mahilaessence@gmail.com) et Laure Pollet 06 18 08 78 65 [lesouffledufarou@gmail.com](mailto:lesouffledufarou@gmail.com)
- **Tout public, ateliers accessibles à partir de 14 ans**

## Théâtre "La Théorie des cordes" de la Compagnie du Fil Rouge

Vendredi 16 octobre à 20h

**Gratuit**

Spectacle à destination des ados et des adultes sur le suicide, qui ne contourne pas le sujet mais qui le confronte et le surmonte avec tact. Une pièce qui permet d'avoir un autre regard sur les coups durs de la vie et qui aborde aussi les sujets du mal-être scolaire, du harcèlement, des rumeurs... Spectacle labellisé "Parlons santé mentale ! Grande cause nationale".

La représentation sera suivie d'un temps d'échange sur la santé mentale avec les artistes et des professionnels.

- Salle des fêtes, place Francisque Viard, LES ECHELLES
- Organisé par le collectif SISM de l'Avant-pays savoyard, en partenariat avec la compagnie du Fil Rouge
- Contact pour le collectif SISM : [jf.saint-dizier@ccla.fr](mailto:jf.saint-dizier@ccla.fr) / 06 58 59 08 56
- **Tout public, à partir de 11 ans**

**2026**

# Chambéry et alentours

## Exposition d'art "La couleur des pensées" d'Annie Dreslère

**Du 5 au 18 octobre  
de 17h à 19h30****Gratuit**

A travers la peinture et l'écriture, l'art aide à exprimer ses émotions, à mieux se connaître et devient un acte de santé mentale. Annie Dreslère expose ses peintures et ses poèmes depuis une vingtaine d'années. Ses toiles abstraites et ses poèmes sont le reflet de son histoire traversée par la violence et la recherche d'équilibre.

Une exposition interactive où chacun pourra cheminer, où l'artiste sera présente pour accompagner les visiteurs.

Plus d'informations sur [www.fermedebressieux.com](http://www.fermedebressieux.com)

- Ferme de Bressieux – 297 route de la Ferme, BASSENS
- Organisé par Annie Dreslère, en partenariat avec la mairie de Bassens
- Contact : 04 79 70 47 17 / [www.bassens-savoie.fr](http://www.bassens-savoie.fr)

• **Tout public**

## Ciné et poésie : balade sensible au CHS de la Savoie

**Lundi 5 octobre de 19h à 20h****Gratuit**

Été 2026, Art AbordSavoie pose sa caméra dans les espaces de soin et donne la parole aux personnels du CHS de la Savoie.

Ce documentaire-fiction nous plonge au cœur de l'hôpital, dans un lieu de pause et de rencontre où le temps semble parfois suspendu.

Le film témoigne d'une autre dimension du soin, fondée sur l'écoute, le lien et la présence.

La projection du documentaire-fiction sera précédée d'une lecture de Léa, poétesse au cœur d'un parcours de soin.

Projection suivie d'un verre de l'amitié.

- CinéMalraux, 58 place de la Brigade de Savoie, CHAMBERY
- Organisé par le CHS de la Savoie, en partenariat avec Malraux Scène Nationale et Art AbordSavoie
- Réservation possible en ligne sur [www.malrauxchambery.fr/cinema/](http://www.malrauxchambery.fr/cinema/)
- Contact CHS de la Savoie : [communication@chs-savoie.fr](mailto:communication@chs-savoie.fr)

• **Tout public**

## Spectacle de théâtre "Vous avez dit schizo? Ou le trauma magique"

**Mardi 6 octobre à 18h****Gratuit**

L'Histoire d'une aventure... Plongez dans une exploration théâtrale authentique qui dévoile les défis et la force des êtres confrontés à la schizophrénie. Cette pièce unique retrace le parcours sensible de Laurent, entouré par sa famille et ses soutiens, et offre une plongée poignante dans son univers intérieur. La pièce, d'une durée d'1h20, sera suivie d'un débat avec le public.

- Auditorium du CHS de la Savoie, 89 av. de Bassens, BASSENS
- Organisé par l'UNAFAM de la Savoie, en partenariat avec le CHS de la Savoie
- Contact UNAFAM 73 : [savoie@unafam.org](mailto:savoie@unafam.org)

• **Tout public, à partir de 12 ans**

## Conférence “Nos émotions mises en scène”

Mardi 6 octobre de 18h30 à 20h30

Sur inscription

Gratuit

Conférence sur la place des émotions, leur expression et leur compréhension à travers la mise en scène. Animé par Astrid Clet psychologue et Christian Fournier conférencier

- Salle Saint-Jean, 254 Av. Saint-Exupéry, LA MOTTE-SERVOLEX
- Organisé par l'Association Coachlife, en partenariat avec le CCAS de La Motte-Servolex
- Inscription en ligne en flashant le QR code
- Contact Coachlife : [contact@coachlife.fr](mailto:contact@coachlife.fr) / 04 56 29 52 16
- **Tout public**



## Fresque de la santé mentale

Mercredi 7 octobre de 17h à 20h

Sur inscription

Gratuit

Atelier participatif visant à mieux comprendre les enjeux de santé mentale à travers une approche collaborative.

- Mairie de La Motte-Servolex, 36 av. Costa de Beauregard, LA MOTTE-SERVOLEX
- Organisé par l'Association Coachlife, en partenariat avec le CCAS de la Motte-Servolex, animé par Nicolas Guilbert Coach sportif et mental
- Inscription en ligne en flashant le QR code
- Contact Coachlife : [contact@coachlife.fr](mailto:contact@coachlife.fr) / 04 56 29 52 16
- **Tout public**



## Conférence “Soigner en musique : mythe ou réalité ?”

Mercredi 7 octobre de 19h à 20h30

Inscription conseillée

Gratuit

Pourquoi la musique nous fait-elle du bien ? Elle est aujourd'hui considérée comme un outil pour améliorer notre santé physique et mentale tout au long de la vie. Mais entre effets prouvés et idées reçues, quelles sont ses limites ? Conférence animée par Sophie Donnadieu, maîtresse de conférences au Laboratoire de Psychologie et Neurocognition (LPNC) de l'Université Savoie Mont Blanc.

- Auditorium de la Cité des arts, Jardin du Verney, CHAMBERY
- Organisé par la Cité des arts de Chambéry, en partenariat avec l'USMB - Laboratoire de Psychologie et NeuroCognition (LPNC)
- Réservation par téléphone ou en ligne en flashant le QR code
- Contact Cité des arts : 04 79 60 23 70
- **Tout public**



## Conférence Entre midi et sciences "L'alimentation émotionnelle"

Jeudi 8 octobre de 12h30 à 13h30

Gratuit

L'alimentation émotionnelle et l'addiction alimentaire, deux concepts relativement récents en santé mentale, viennent interroger la complexité de notre rapport à la nourriture. Ces conceptions offrent un regard nouveau sur les troubles des conduites alimentaires.

Conférence animée par Arnaud Carré, Professeur des Universités au Laboratoire Inter-universitaire de Psychologie, Personnalité, Cognition, Changement Social de l'Université Savoie Mont Blanc.

- Eurêka, Carré Curial, 150 rue de la République, CHAMBERY
- Organisé par Eurêka, Centre de culture scientifique, en partenariat avec l'USMB
- Contact Eurêka : 04 79 60 04 25

• **Tout public**

## Atelier "L'art de la détente, une découverte des œuvres autrement"

Jeudi 8 octobre de 12h30 à 13h30

Sur inscription

Gratuit

Offrez-vous une parenthèse de calme devant les œuvres de la collection du musée. Grâce à la sophrologie, partez pour un voyage sensoriel et intérieur où l'art devient une invitation à la détente, à l'écoute de soi et à la sérénité.

- Musée des Beaux-arts de Chambéry, CHAMBERY
- Organisé par le Musée des Beaux-Arts de Chambéry et Béatrice Adonis, sophrologue
- Inscriptions auprès du Musée des Beaux-Arts
- Contact musée : [publics.musees@mairie-chambery.fr](mailto:publics.musees@mairie-chambery.fr) / 04 79 68 58 45

• **Tout public**

## Conférence sur la santé mentale

Vendredi 9 octobre de 18h à 19h

Gratuit

Au cours de cette conférence, le Dr Claire-Lise Tournier-Gervason, neurologue, nous proposera une présentation de la santé mentale et abordera les moyens pour en prendre soin.

- Ferme de Bressieux, 297 route de la Ferme, BASSENS
- Organisé par Dr Tournier-Gervason, en partenariat avec la mairie de Bassens
- Contact et informations : 04 79 70 47 17 / [www.bassens-savoie.fr](http://www.bassens-savoie.fr)

• **Tout public**

## Expositions et ateliers à La Maise

Samedi 10 octobre de 10h à 23h

Dimanche 11 octobre de 10h à 18h

Gratuit

Pendant deux jours, La Maise ouvre ses portes pour une exposition et des ateliers participatifs (graff, sérigraphie, peinture, photo...) afin de célébrer le pouvoir de l'art comme espace d'expression, de rencontre et de bien-être. Retrouvez toutes les informations pratiques sur [www.lamaise.com](http://www.lamaise.com)

- 234 avenue Charles Albert, LA MOTTE-SERVOLEX
- Organisé par le collectif de la Maise
- Contact Mélissa COURT, secrétaire de l'association : 06 04 51 14 24

• **Tout public**

## Atelier "Mouvement dansé"

Samedi 10 octobre de 14h à 15h30

Sur inscription

Gratuit

Cet atelier proposé par Corinne Voisin, danseuse, chorégraphe et art-thérapeute, envisage la danse comme un art du mouvement, accessible à tous, qui permet d'explorer, d'exprimer et de créer à partir de son vécu corporel. Particulièrement pertinente dans le champ de la santé mentale, cette approche favorise le réinvestissement du corps, le sentiment de sécurité intérieure et la création de liens au sein d'une expérience artistique collective.

- Ferme de Bressieux, 297 route de la Ferme, BASSENS
- Organisé par Corinne Voisin, en partenariat avec la mairie de Bassens
- Inscription auprès de l'accueil de la mairie de Bassens
- Contact et informations : 04 79 70 47 17 / [www.bassens-savoie.fr](http://www.bassens-savoie.fr)
- **Tout public**

## Ateliers sur la santé mentale

Mardi 13 octobre de 10h à 19h

Sur inscription

Gratuit

Une journée d'ateliers et une conférence autour du stress, des émotions et du bien-être, avec 4 temps forts au cours de la journée :

1. Atelier "*Jouons nos émotions sur scène pour notre santé mentale*" (10h-12h) animé par Dorothée Dine
2. Atelier "*L'art du souffle et du geste - Harmonie du corps et de l'esprit*" (14h-15h) animé par Nadia Bognard professeure de yoga
3. Atelier "*Réguler son stress par le corps, la voix et le Do In Sonore*" (16h-17h) animé par Roberto Van Nijnatten animateur Do In
4. Conférence "*L'art de la résilience : harmonie et ancrage au quotidien*" (17h-19h) animée par Astrid Clet psychologue



- Salle Hubert Constantin, BARBERAZ
- Organisé par l'Association Coachlife, en partenariat avec le CCAS de Barberaz
- Inscription en ligne en flashant le QR code
- Contact Coachlife : [contact@coachlife.fr](mailto:contact@coachlife.fr) / 04 56 29 52 16
- **Tout public**

## Parcours découverte et d'aisance à vélo

Mardi 13 octobre de 10h à 16h

Inscription conseillée

Gratuit

Quand mobilité, aisance sur un vélo et jeux de piste forment un peloton ; mais toujours avec le vélo dans l'art comme axe central (quizz autour du vélo dans la peinture, au cinéma, dans la BD, dans la littérature, ...).

- Rendez-vous au parking du CHS de la Savoie, 89 av. de Bassens, BASSENS
- Organisé par l'Association La BIKECYCOOL, en partenariat avec le CHS de Savoie
- Inscription par mail ou directement sur place
- Contact La BIKECYCOOL : Franck Ferroux, [labikecycool@gmail.com](mailto:labikecycool@gmail.com) 07 78 80 14 93
- **Tout public et mineurs obligatoirement accompagnés**

## Ciné rencontre autour du documentaire « Plongez en nos troubles »

Mardi 13 octobre de 19h30 à 21h30

Sur inscription

Gratuit



Projection du remarquable documentaire «Plongez en nos troubles», consacré à la scolarité des enfants présentant un TDAH. Produit par l'association HyperSupers TDAH France, ce film donne la parole aux premiers concernés : enfants, parents, professionnels de santé et acteurs du monde éducatif. Il offre un éclairage précieux sur les réalités du TDAH et les défis rencontrés au quotidien autour de la scolarité.

La projection sera suivie d'un temps d'échange avec le public, en présence de bénévoles de l'association HyperSupers TDAH France, ainsi que d'un.e professionnel.le de santé.

- Salle Jean Renoir, 30 Rue Nicolas Parent, CHAMBERY
- Organisé par HyperSupers TDAH France, en partenariat avec la Ville de Chambéry
- Inscription gratuite en scannant le QR code
- Contact : clementine.73@tdah-france.fr
- **Tout public**

## Atelier clown

Mercredi 14 octobre de 9h à 12h

Sur inscription

Gratuit

Atelier expression et improvisations scéniques à partir de vos thèmes, vos histoires de vie. Venez découvrir, participer ou juste regarder des jeux d'improvisation des arts de scène, accompagnée par une équipe formée aux techniques de l'art-thérapie.

- Ferme de Bressieux, 297 route de la Ferme, BASSENS
- Organisé par Kathia Josien, en partenariat avec la mairie de Bassens
- Inscription auprès de l'accueil de la mairie de Bassens
- Contact et informations : 04 79 70 47 17 / [www.bassens-savoie.fr](http://www.bassens-savoie.fr)
- **Public adulte**

## Escale du Psytruck... Et si on parlait de santé mentale ?

Mercredi 14 octobre de 14h à 17h

Gratuit

Escale du Psytruck à la Cité des arts, un camion sur le modèle des Food Trucks pour vous informer sur la santé mentale. Des professionnels, des bénévoles, des usagers vous accueilleront et répondront à vos questions autour d'un café. L'occasion de prendre connaissance de la documentation mise à disposition et d'échanger autour d'un "quiz". Animations autour de la santé mentale et des arts et atelier relaxation proposé par ATEO 73 (CHS de la Savoie), ligne d'écoute Santé Mentale en Savoie.

- Cité des arts de Chambéry, Jardin du Verney, CHAMBERY
- Organisé par le Répsy et la Ville de Chambéry, avec les partenaires associatifs, médico-sociaux, sanitaires et universitaires du territoire
- Contact REPSY, coordination locale de Savoie : belinda.blaise73@repsy.fr
- **Tout public**

## Séance de bain sonore parents / enfants

Mercredi 14 octobre de 14h à 14h30

Sur inscription

Gratuit

Mathilde Cambet, artiste, musicienne, nous propose des ateliers de relaxation profonde par le son, permettant d'écouter la musique sous un autre angle. Ces ateliers combinent méditation guidée et bain sonore improvisé, dans une approche favorisant la régulation du stress et le bien-être psychologique. Cette approche combinée soutient le développement de la conscience de soi et contribue à un mieux-être global, dans un espace sécurisant, sans attente de performance.

- Ferme de Bressieux, 297 route de la Ferme, BASSENS
- Organisé par Mathilde Cambet, en partenariat avec la mairie de Bassens
- Inscription auprès de l'accueil de la mairie de Bassens
- Prévoir un tapis de yoga/gymnastique pour s'allonger
- Contact et informations : 04 79 70 47 17 / [www.bassens-savoie.fr](http://www.bassens-savoie.fr)
- **Parents / enfants à partir de 9 ans**

## Séance de bain sonore adultes

Mercredi 14 octobre  
de 18h à 18h30

Sur inscription

Gratuit

Mathilde Cambet, artiste, musicienne, nous propose des ateliers de relaxation profonde par le son, permettant d'écouter la musique sous un autre angle. Ces ateliers combinent méditation guidée et bain sonore improvisé, dans une approche favorisant la régulation du stress et le bien-être psychologique. Cette approche combinée soutient le développement de la conscience de soi et contribue à un mieux-être global, dans un espace sécurisant, sans attente de performance.

- Ferme de Bressieux, 297 route de la Ferme, BASSENS
- Organisé par Mathilde Cambet, en partenariat avec la mairie de Bassens
- Inscription auprès de l'accueil de la mairie de Bassens
- Prévoir un tapis de yoga/gymnastique pour s'allonger
- Contact et informations : 04 79 70 47 17 / [www.bassens-savoie.fr](http://www.bassens-savoie.fr)
- **Public adulte**

## Conférences "Nutrition et relaxation"

Jeudi 15 octobre de 15h à 19h

Sur inscription

Gratuit

Une demi-journée de conférences autour de la nutrition et de la relaxation.

1. Conférence nutrition (15h-16h) : l'art de composer son assiette, animé par Gaëlle Balsarin
2. L'art de la relaxation dynamique (17h-19h) : dansons avec nos émotions contre le stress animé par Astrid Clet et Roberto Van Nijnatten

- L'Académie by MG, 258 rue Jean Perrier Gustin, BASSENS
- Organisé par l'Association Coachlife
- Inscription en ligne en flashant le QR code
- Contact Coachlife : [contact@coachlife.fr](mailto:contact@coachlife.fr) / 04 56 29 52 16
- **Tout public**



## Ciné-débat "Les rêveurs"

Jeudi 15 octobre à 19h

Comédie dramatique d'Isabelle Carré, 2025. Projection du film, suivie d'un débat.

Un film sensible qui aborde avec justesse la souffrance psychique, la résilience et le pouvoir de l'art. La projection sera suivie d'un échange avec des professionnels et des partenaires autour des enjeux de la santé mentale.

**8€ plein tarif**  
5€ tarif réduit  
sur justificatif

- CinéMalraux, 58 place de la Brigade de Savoie, CHAMBERY
- Organisé par le CHS de la Savoie et CinéMalraux
- Inscription en ligne possible sur : [www.malrauxchambery.fr/cinema](http://www.malrauxchambery.fr/cinema)
- Contact CHS de la Savoie : [communication@chs-savoie.fr](mailto:communication@chs-savoie.fr)
- **Tout public dès 12 ans**

## Conférence "TDAH et conduites addictives : mieux comprendre, pour mieux agir"

Jeudi 15 octobre à 19h

Sur inscription

Gratuit

Une conférence pour mieux comprendre le TDAH et ses liens possibles avec certaines addictions. Quels risques ? Quels mécanismes ? Par des explications accessibles à tous, Lauryne Longet, de l'association d'addictologie Le Pélican, et le Dr Hugo Prunier, psychiatre coordonnateur de l'Équipe de coordination lyonnaise des troubles de l'attention et de l'hyperactivité du CH Le Vinatier, apporteront des clés de compréhension sur les addictions, les facteurs de risque et les solutions d'accompagnement.



- Salle Jean Renoir, 30 rue Nicolas Parent, CHAMBERY
- Organisé par le Collectif Neurodiversité Savoie et la Ville de Chambéry
- Inscription en ligne sur [www.neurodiversitesavoie.fr](http://www.neurodiversitesavoie.fr) ou via le QR code
- Contact collectif neurodiversité Savoie : [admin@neurodiversitesavoie.fr](mailto:admin@neurodiversitesavoie.fr)
- **Tout public**

## Déambulation artistique à « Vél'Art » : quand vélo et arts se rencontrent

Vendredi 16 octobre à 10h

Vendredi 16 octobre à 14h

Sur inscription

Gratuit

Quand vélo et art se rencontrent. Les déambulations permettront de découvrir au cours d'un parcours différentes représentations de l'art sous toutes ses formes (sculptures, fresques urbaines, murs d'expression, statues, monuments, musée). Le tout agrémenté de quelques conseils pour mieux se déplacer à vélo.

Pré-requis : savoir pédaler. Venir avec son vélo et son casque.  
8 à 10 participants par déambulation.

- Départ du parking du CHS de la Savoie, 89 av. de Bassens, BASSENS
- Organisé par l'Association LA BIKECYCOOL en partenariat avec le CHS de la Savoie
- Inscription obligatoire, par mail : [labikecycool@gmail.com](mailto:labikecycool@gmail.com)
- Contact La BIKECYCOOL : Franck Ferroux 07 78 80 14 93
- **Tout public dès 9 ans et mineurs obligatoirement accompagnés**

# Ateliers "Pas de lézard, notre santé mentale passe par les Arts"

Vendredi 16 octobre  
de 15h à 19h

Gratuit

Venez découvrir l'Association France Dépression Savoie et les activités proposées et animées par des adhérent(e)s et des bénévoles de l'association :

- "Iz'Art-thérapie" : découverte ou approfondissement de l'art-thérapie avec une adhérente-bénévole formée
- "T'Art-tine" : expo de créations originales d'adhérent(e)s, inspirées par leurs propres états d'âmes (photos, dessins, collage papier...)
- "Ces lectures qui nous font p'Art dessus tout du bien" : échanges, partages autour d'ouvrages variés
- "Art-risque" : public, adhérents et bénévoles peuvent faire découvrir à tour de rôle leurs passions ou talents "artistiques", même les plus improbables !

Boissons et grignotages offerts.

- Maison des usagers / Espace Familles du CHS de la Savoie, 89 avenue de Bassens, BASSENS
- Organisé par l'Association France Dépression Savoie
- Contact [savoie@francedepression.fr](mailto:savoie@francedepression.fr) / 07 66 29 67 20
- **Adultes ; mineurs uniquement accompagnés**

## Projection-débat du court-métrage "Famis"

Samedi 17 octobre à 10h

Gratuit

Présentation du court-métrage "Famis" réalisé en 2026 par Ibtissem Selmani et Kevin Razy avec des jeunes du quartier du Biollay, où le film a été tourné.

*Le récit suit cinq amis qui se retrouvent après le suicide d'une sixième, contraints de lire la lettre qu'elle leur a laissée.*

La projection sera suivie d'une présentation du projet et d'échanges avec des professionnels de la santé mentale.

- Forum Cinéma, 28 place du Forum, CHAMBERY
- Organisé par Ibtissem Selmani, Kevin Razy et la Ville de Chambéry, en partenariat avec le Forum cinéma, le Pôle Santé Chambéry, le CHS de la Savoie et le Point Accueil Ecoute Jeune (PAEJ)
- Contact : [ib.selmani@hotmail.fr](mailto:ib.selmani@hotmail.fr) / [f.hamoudi@mairie-chambery.fr](mailto:f.hamoudi@mairie-chambery.fr)
- **Tout public dès 10 ans**

## Bulles et psyché "la santé mentale vue par la BD" Rencontre avec Fabien Vehlmann et Alexis Soujaeff

Samedi 17 octobre à 14h

Gratuit

Une rencontre autour de la façon dont la bande dessinée aborde les troubles psychiques et la santé mentale, avec les auteurs de BD Fabien Vehlmann (*Seuls, La Cuisine des Ogres*), Alexis Soujaeff (*Papa et maman sont différents*) et Arnaud Thiellon, psychologue à Accueil Savoie Handicap. Un échange entre imaginaire, récit, regard clinique.

- Médiathèque J.J. Rousseau, Carré Curial, place François Mitterrand, CHAMBERY
- Organisé par la Ville de Chambéry et l'association Accueil Savoie Handicap
- Accès libre dans la limite des places disponibles
- Contact : [s.long@mairie-chambery.fr](mailto:s.long@mairie-chambery.fr) / 04.79.60.04.04
- **Tout public**



## Expo Photos "Il était une fois..." de Lyssa

Du mardi 6 au samedi 31 octobre  
aux horaires d'ouverture des structures

Exposition de photos : des histoires que l'on ne voit pas toujours ; des enfants extraordinaires ; des familles courageuses. Venez découvrir une exposition engagée qui rend visible ce que la société regarde trop peu.

**Gratuit**

- Dans 6 lieux différents à SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE : Médiathèque, Résidence Bonne-Nouvelle, GEM Rebond 73, La Fourmilière, Espace Jeunes, Foyer Jeunes Travailleurs
- Organisé par la Médiathèque de St Jean et le GEM Rebond 73, en partenariat avec la Mission Locale Jeunes et Sylvain Baudouin artiste-peintre
- Contact Médiathèque : 04 79 05 20 20 / [corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr](mailto:corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr) et GEM Rebond 73 : [gem.rebond73@gmail.com](mailto:gem.rebond73@gmail.com)
- **Tout public**

## Vernissage de l'exposition photos "Il était une fois..."

Mardi 6 octobre à 16h

**Gratuit**

Présentation de l'exposition en présence de la photographe, des structures qui accueillent l'exposition et de la presse locale, présentation du programme des SISM 2026 en Maurienne.

- Médiathèque, rue des Écoles, SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
- Organisé par la Médiathèque de Saint-Jean-de-Maurienne
- Contact Médiathèque : 04 79 05 20 20 / [corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr](mailto:corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr)
- **Tout public**

## Ciné-débat "Unis par la danse"

Mardi 6 octobre à 18h

**Gratuit**

Film documentaire d'Olivier KLEPATZKY, 2022.

*Chorégraphes de renom, danseurs professionnels ou amateurs, ils ont tous en commun d'avoir fait vibrer le monde alors que nous perdions tous nos repères, lors de la pandémie de COVID. Découvrez celles et ceux qui ont transformé l'isolement en élan collectif.*

- Médiathèque, Rue des Écoles, SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
- Organisé par la Médiathèque de Saint-Jean-de-Maurienne
- Inscriptions auprès de la médiathèque
- Contact Médiathèque : 04 79 05 20 20 / [corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr](mailto:corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr)
- **Tout public**

## Atelier aquarelle avec Jym PALFROIX

Mercredi 7 octobre à 14h

Inscription conseillée

Initiation à l'aquarelle, ses pouvoirs apaisants, par  
Jym PALFROIX, aquarelliste local.

Gratuit

- La Fourmilière, 11 Rue du Parc de la Vanoise, SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
- Organisé par La Fourmilière, en partenariat avec le GEM Rebond 73
- Inscription auprès de La Fourmilière
- Contact : Anne-Cécile Samson, 04 79 59 90 56
- **Tout public, familles**

## Forum "Bien-être et arts" avec escale du Psytruck

Samedi 10 octobre de 9h à 12h

Gratuit

Escale du Psytruck le jour du marché hebdomadaire, un camion sur le modèle des Food Trucks pour vous informer sur la santé mentale. Des professionnels, des bénévoles, des usagers vous accueilleront et répondront à vos questions autour d'un café.

L'occasion de prendre connaissance de la documentation mise à disposition et d'échanger autour d'un "quiz". Initiation et démonstration modelage argile avec Syvain Baudouin, bibliothèque vivante, chanteurs, animation relaxation proposée par ATEO 73 (CHS), ligne d'écoute Santé Mentale en Savoie... Stands d'information des différentes structures.

- Place de la Cathédrale, SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
- Organisé par le REPSY et le GEM Rebond 73, en partenariat avec la Mission Locale Jeunes, Vie Libre, Syvain Baudouin, l'Heureux Pair Savoyard, l'UNAFAM 73, la Communauté 360 et ATEO 73 (CHS).
- Contact REPSY : belinda.blaise73@repsy.fr, contact GEM Rebond 73 : 07 69 67 80 04
- **Tout public**

## Lecture musicale pour les tous petits

Samedi 10 octobre à 11h

Inscription conseillée

Lecture musicale par les flûtistes de l'Ecole  
d'Enseignement Artistique de Saint-Jean-de-  
Maurienne avec Emmanuelle Hennebert, professeure.

Gratuit

- Médiathèque, Rue des Écoles, SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
- Organisé par la Médiathèque et l'Ecole d'Enseignement Artistique de Saint-Jean-de-Maurienne
- Inscription auprès de la médiathèque
- Contact Médiathèque : 04 79 05 20 20 / corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr
- **Familles avec enfant de moins de 5 ans**



## Atelier cuir par UTOPIA CUIR

Mercredi 14 octobre à 14h30

Inscription conseillée

Initiation au travail du cuir pour réaliser un porte-monnaie.  
Atelier d'une durée d'une heure.

**Gratuit**

- Médiathèque, rue des Écoles, SAINT-JEAN-DE-MAURIENNE
- Organisé par la Médiathèque de Saint-Jean-de-Maurienne en partenariat avec UTOPIA CUIR
- Inscription auprès de la médiathèque
- Contact : 04 79 05 20 20 / [corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr](mailto:corine.vandezande@saintjeandemaurienne.fr)
- **Accessible à tous (enfants à partir de 7 ans accompagnés d'un adulte)**

## Ciné-débat "Les rêveurs"

Jeudi 15 octobre à 20h

Inscription conseillée

Comédie dramatique d'Isabelle Carré, 2025. Projection du film, suivie d'un débat.

Un film sensible qui aborde avec justesse la souffrance psychique, la résilience et le pouvoir de l'art.

La projection sera suivie d'un échange avec des professionnels et des partenaires autour des enjeux de la santé mentale.

**Tarif réduit  
5 €**

- Cinéma Espace culturel LE SAVOIE, 16 av. de la République, SAINT-MICHEL-DE-MAURIENNE
- Organisé par le cinéma et le GEM Rebond 73
- Contact Espace Culturel Le Savoie : 04 79 59 24 48  
[associationcinemaculturemaurienne@laposte.net](mailto:associationcinemaculturemaurienne@laposte.net) / GEM Rebond 73 : 07 69 67 80 04
- **Tout public dès 12 ans**





2026

# Tarentaise

## Tables thématiques sur la santé mentale et les arts

Du lundi 5 au samedi 17 octobre  
aux horaires d'ouverture de la médiathèque

Sélection de divers supports (livres, CD...) à emprunter pendant les SISM sur le thème national "Pour notre santé mentale, ouvrons nous aux arts". Ces tables thématiques seront accompagnées d'une ambiance zen "bains sonores" et de podcast/playlist.

**Gratuit**

- Médiathèque, 7 place Louis Lungo, MOÛTIERS
- Organisé par la Communauté de Communes Cœur de Tarentaise
- Contact : [mediatheque@coeurdetarentaise.fr](mailto:mediatheque@coeurdetarentaise.fr) / 04 79 24 59 83
- **Tout public**

## L'atelier de Kiki avec l'artiste peintre Kiki Sorio

Mercredi 7 octobre de 9h30 à 11h30

Sur inscriptions (12 places)

Atelier pour tous, avec la réalisation d'un dessin au fusain.

**Gratuit**

- Maison des Arts, 7 rue de la Cachouriaz, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par la Communauté de Communes des Versants d'Aime, en partenariat avec Kiki Sorio, artiste-peintre
- Inscription auprès de la Maison des Arts d'Aime : 04 79 55 31 85 / 06 25 70 74 75
- Contact : Pascal Laillé, [assistant-culturel@versantsdaime.fr](mailto:assistant-culturel@versantsdaime.fr)
- **Tout public, à partir de 8 ans**

## Conférence "Mon enfant souffre d'anxiété"

Jeudi 8 octobre de 18h à 20h

**Gratuit**

Conférence interactive destinée aux parents d'enfants et d'adolescents. Pour mieux comprendre ce qu'est l'anxiété, mieux se positionner en tant que parent, avoir des outils et des ressources. Animée par Laëtitia Guillaume, psychologue clinicienne, psychothérapeute et enseignante.

- Salle des fêtes, 1112 av. de Tarentaise, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par le Contrat Local de Santé de l'APTV, en partenariat avec la commune d'Aime-la-Plagne
- Contact Séverine BENOIT : [severine.benoit@arcodetv.fr](mailto:severine.benoit@arcodetv.fr)
- **Parents d'enfants et adolescents**

## Projection du film "Sur l'Adamant"

Vendredi 9 octobre à 18h30

**Gratuit**

Film documentaire de Nicolas Philibert, 2023.

*L'Adamant est un Centre de Jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.*

- Médiathèque, 7 place Louis Lungo, MOÛTIERS
- Organisé par la Communauté de Communes Cœur de Tarentaise
- Contact : [mediatheque@coeurdetarentaise.fr](mailto:mediatheque@coeurdetarentaise.fr) / 04 79 24 59 83
- **Tout public, conseillé à partir de 12 ans**

## Conférence "La musique, une alliée pour notre santé mentale"

Vendredi 9 octobre à 19h

Sur inscription

Gratuit

Pourquoi une chanson nous apaise-t-elle ou un air de musique fait-il remonter un souvenir ? Explorons ensemble les liens entre musique, cerveau et émotions, et la place qu'elle occupe dans nos vies. Animée par Bénédicte Fielding, musicothérapeute.

- Ecole de musique, 288 Rue Jean Moulin, BOURG-SAINT-MAURICE
- Organisé par l'Ecole de musique de Bourg-Saint-Maurice de la CCHT
- Inscription auprès de Bénédicte Fielding
- Contact : 06 84 22 65 80 / [contact@benedicte-fielding.com](mailto:contact@benedicte-fielding.com)
- **Tout public**

## Atelier Kintsugi, l'art de la résilience

Sur inscription

Samedi 10 octobre de 10h à 12h

Gratuit

Atelier de création artistique pendant la semaine du deuil périnatal, animé par une art-thérapeute. Prioritairement destiné aux personnes ayant été confrontées à la perte d'un enfant, mais possibilité d'inscription si places disponibles. Médiations artistiques proposées : collage, embossage poudre dorée, écriture, poésie, photolangage et musique.

- Espace Associatif Cantonal (EAC), 94 Grande Rue, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par l'EAC, en partenariat avec Jessica Jeantet, art-thérapeute
- Inscription au 04 79 55 57 14
- Contact : Marine Piollat [famille@eac-aime.com](mailto:famille@eac-aime.com)
- **Prioritairement pour les personnes ayant été confrontées à la perte d'un enfant**

## Café créatif « Souvenirs d'étoiles »

Mercredi 14 octobre de 9h30 à 11h

Sur inscription

Gratuit

Moment dédié à la création de ces petits objets-totems, objets de lien, de rite, qui permettent de matérialiser l'existence d'un bébé que très peu de personnes ont connu et/ou le deuil d'un enfant passé sous silence. Café-créatif, doux et bienveillant pour les parents.

- Espace Associatif Cantonal (EAC), 94 Grande Rue, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par l'EAC, en partenariat avec Jessica Jeantet, art-thérapeute
- Inscription au 04 79 55 57 14
- Contact : Marine Piollat [famille@eac-aime.com](mailto:famille@eac-aime.com)
- **Prioritairement pour les personnes ayant été confrontées à la perte d'un enfant**

## Atelier de chant pour les aînés

Sur inscription

Jeudi 15 octobre à 10h

Gratuit

Pas besoin de savoir chanter pour participer ! Cet atelier convivial invite à redécouvrir le plaisir de chanter ensemble : chansons connues, jeux vocaux, mémoire, souffle et lien social. Animé par Bénédicte Fielding, musicothérapeute.

- Ecole de musique, 288 Rue Jean Moulin, BOURG-SAINT-MAURICE
- Organisé par l'Ecole de musique de Bourg-Saint-Maurice de la CCHT
- Inscription auprès de Bénédicte Fielding : 06 84 22 65 80 [contact@benedicte-fielding.com](mailto:contact@benedicte-fielding.com)
- **Seniors**

## ET AUSSI PENDANT LES SISM...

Pendant les SISM, de nombreuses actions sont organisées en Savoie auprès de publics spécifiques !

### Des animations pour le public scolaire

- **Tournée du spectacle "La théorie des cordes"**, pièce de théâtre à destination des ados et des adultes sur le suicide, les coups durs de la vie et qui aborde aussi les sujets du mal-être scolaire, du harcèlement, des rumeurs... Spectacle labellisé "Grande cause nationale". Programmé au collège Jean Rostand de Moûtiers, au lycée des métiers de la montagne de St-Michel-de-Maurienne et au collège de St-Jean-de-Maurienne.
- **Stands et animations sur la santé mentale dans les collèges** de St-Genix-sur-Guiers, Les Echelles et Novalaise sur la pause méridienne.
- **Ciné-débat "Les rêveurs"** pour les élèves du lycée Jean Moulin à Albertville.
- Sur Chambéry, **sensibilisation et ateliers artistiques pour collégiens et lycéens** au Centre d'Information et d'Orientation de Chambéry.

### Des animations enfance / jeunesse

- Sur Aix-les-Bains, **découverte de la fête de la science en binôme** formé avec des enfants de 8 à 12 ans de l'IME APEI Les Papillons d'Aix et les enfants de la Planète des Mômes.
- **Soirée apéro-jeux "Quand la santé mentale rencontre les addictions"** destinée aux jeunes de la résidence Joseph Fontanet et de la Mission Locale, autour du jeu "SOLUM" proposé par sa créatrice.
- Toujours sur Aix-les-Bains, **ateliers de street art**, en vue de la réalisation d'une fresque collective sur le thème de la santé mentale, avec les jeunes de Marlio'zen et de l'espace Jeunes et et les usagers de la Résidence Denise Barnier. Organisé par le CCAS d'Aix-les-Bains et Espoir73.

### Des animations pour les étudiants

- **Sensibilisations et ateliers pour les étudiants** de l'Université Savoie Mont-Blanc organisés par le Centre de Santé Universitaire.

### Des animations pour les seniors

- A Albertville, **sensibilisation à la santé mentale auprès des usagers de la Résidence Autonomie "Les gentianes"**. Des informations sur la santé mentale, comment en prendre soin, repérage des signes de souffrance... Organisé par Espoir73, l'UNAFAM, Espylon PA.

### Des animations intergénérationnelles

- A Saint-Jean-de-Maurienne, **ateliers créatifs intergénérationnels seniors et jeunes** pour les usagers de la Résidence Bonne-Nouvelle et du Foyer Jeunes Travailleurs : peintures sur les émotions, peintures sur galets, photomontages... avec la création d'une œuvre collective.

### Des animations pour les patients

- **Ateliers pour les patients douloureux chroniques** organisés par la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé de Chambéry Agglo.

### Des sensibilisations pour les professionnels

- Sur Chambéry, **sensibilisation des services de secours à la santé mentale "Au secours les secours"** par Accueil Savoie Handicap 73.
- Toujours sur Chambéry, **sensibilisation sur la santé mentale des acteurs des quartiers lors de la Journée politique de la Ville.**



## SIGLES ET ABRÉVIATIONS

**ASH** : Accueil Savoie Handicap

**ATEO 73** : Accueil Téléphonique Écoute et Orientation en Santé Mentale du CHS de la Savoie

**CCAS** : Centre communal d'action sociale

**CHS de la Savoie** : Centre hospitalier spécialisé de la Savoie

**CIAS** : Centre intercommunal d'action sociale

**CLS** : Contrat local de santé

**CLSM** : Conseil local de santé mentale

**CPTS** : Communauté professionnelle territoriale de santé

**DEA** : Dispositif emploi accompagné

**EAC** : Espace associatif cantonal

**FJT** : Foyer jeunes travailleurs

**GEM** : Groupe d'entraide mutuelle

**IME** : Institut médico-éducatif

**LAEP** : Lieu d'accueil enfants-parents

**MLJ** : Mission locale jeunes

**PAEJ** : Point accueil écoute jeunes

**RéPsy** : Réseau en santé mentale

**SAVS** : Service d'accompagnement à la vie sociale

**SISM** : Semaines d'information sur la santé mentale

**TDHA** : Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité

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

**UNIVPOP** : Université populaire

**USMB** : Université Savoie Mont-Blanc

## COORDINATION DU COLLECTIF SAVOIE



Emilie Progin, **Promotion Santé Savoie**, emilie.progin@promotion-sante-ara.org



Lise Le Clech, **Promotion Santé Savoie**, lise.leclech@promotion-sante-ara.org

## COORDINATION DES COLLECTIFS LOCAUX



Fatiha Bentaleb, **CCAS d'Aix-Les-Bains**



Thomas Perron, **Espoir73**



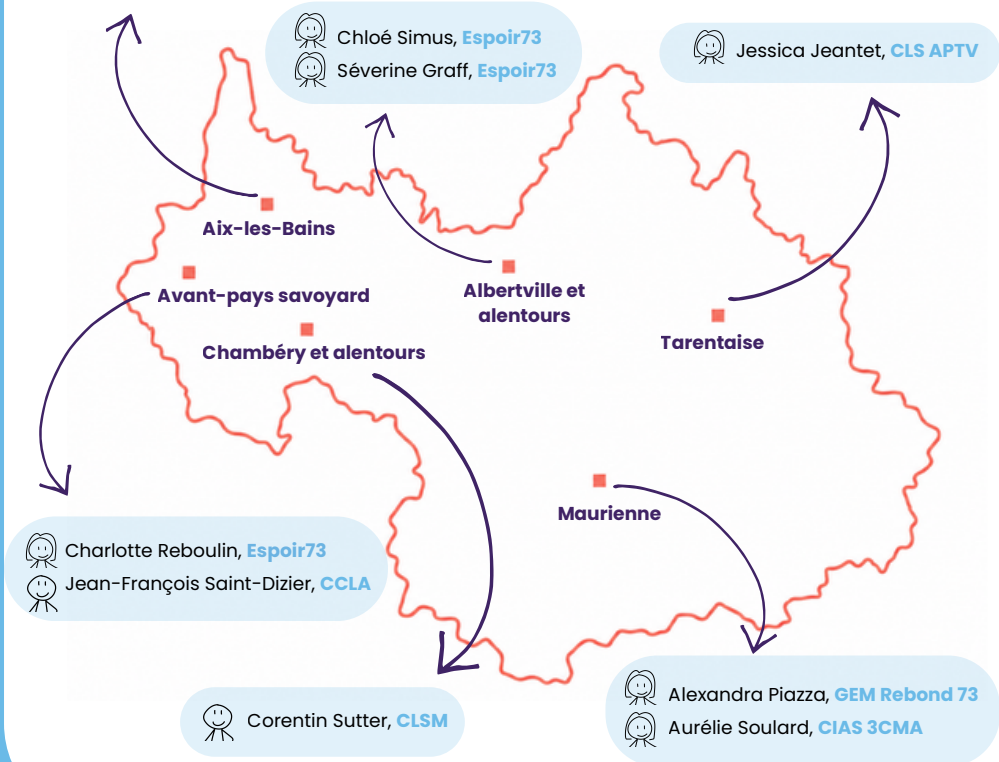
Chloé Simus, **Espoir73**



Séverine Graff, **Espoir73**



Jessica Jeantet, **CLS APTV**



**Retrouvez en ligne les événements SISM  
2026 de la région Auvergne-Rhône-Alpes**



[promotion-sante-ara.org](https://promotion-sante-ara.org)



# PLUS DE 80 PARTENAIRES EN SAVOIE

