



SEMAINES D'INFORMATION SUR LA **SANTÉ MENTALE**

DU 2 AU 22 OCTOBRE 2026

EXPOSITIONS • TABLES RONDES • PORTES OUVERTES
THÉÂTRE • CINÉMA • CONFÉRENCES



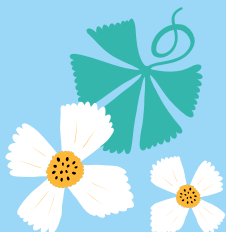
+D'INFOS metropole.toulouse.fr

FORUM DES PARTENAIRES LE 2 OCTOBRE
Place Saint-Sernin



Aimer Vivre à Toulouse

MAIRIE DE  **TOULOUSE**



**Cette édition des SISM a été réalisée
dans le cadre des actions du Conseil Local
de Santé Mentale (CLSM) de Toulouse**

Tout au long de l'année, les partenaires du CLSM de Toulouse œuvrent pour mieux faire comprendre les troubles psychiques, lutter contre les stigmatisations, faire connaître les ressources locales et promouvoir la santé mentale.

Le CLSM rassemble des usagers de la psychiatrie, des professionnels de santé, des associations et institutions locales (Mairie de Toulouse, Conseil Départemental 31, Agence Régionale de Santé Occitanie).





La Mairie de Toulouse, les associations de personnes concernées par les troubles psychiques, les services de soins en psychiatrie, les familles, les aidants, les structures sociales et médico-sociales se mobilisent et vous invitent à participer à la 37^e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), qui bénéficiera à Toulouse du soutien financier de l'ARS Occitanie et de la Mairie de Toulouse.

Deux semaines pour :

- rendre centrale la question de la santé mentale,
- changer le regard porté sur les personnes malades,
- informer sur les questions de santé mentale.

La 37^e édition a pour thème : « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ». Ce thème nous invite à nous questionner sur le rôle des arts comme leviers de prévention, d'expression, de rétablissement et d'inclusion, ainsi que sur leur capacité à transformer notre regard sur la santé mentale.

Le programme reprendra ce thème dans une grande partie de ses événements : ciné-débats, ateliers artistiques, conférences, témoignages, expositions, portes ouvertes de structures... L'ensemble des événements proposés du 2 au 22 octobre 2026 est ouvert au grand public et accessible aux personnes à mobilité réduite.

Les activités sont gratuites, sauf mention contraire et dans la limite des places disponibles.

→ Pour faciliter la lecture du programme et vous aider à repérer les événements correspondant à vos envies ou à vos besoins, des pictogrammes identifient 4 grandes catégories de rendez-vous.



Je m'informe et j'échange



J'expérimente



Je découvre
des créations artistiques



Je trouve de l'aide

Ces repères vous permettent de construire facilement votre parcours au fil des SISM.

Consultez metropole.toulouse.fr

Les rendez-vous du BlaBlaPsy



voir détails P10

Portes ouvertes des structures



voir détails P11-13

Événements

Ven. 2 oct. 11h- 17h	Forum des partenaires <i>S'informer, comprendre, discuter</i>	Place Saint Sernin		P14
Lun. 5 oct. 20h-22h	Spectacle <i>Marie Loison- Toujours En-Vie</i>	Théâtre de Poche 10 rue el Alamein		P15
Mar. 6 oct. et 13 oct. 10h-10h30	Spectacle <i>Le grand voyage de Myrtille</i>	6 oct. : Salle de danse 62 rue de Nîmes 13 oct. : Centre culturel Alban Minville 1 place Martin Luther King		P15
Mar. 6 oct. 19h30-21h30	Ciné-débat <i>Au bord du monde</i>	Hôpital Gérard Marchant 134 route d'Espagne		P16
Mer. 7 oct. 9h30-12h	Espace de discussion <i>Art et soin : un chemin vers le rétablissement</i>	La P'tite fabrique 29 bis avenue des Mazades		P16
Mer. 7 oct. 14h-16h30	Atelier créatif parents-enfants <i>Mets en image tes émotions</i>	Centre social Soupetard 12 rue Charles Garnier		P17
Mer. 7 oct. 14h-17h	Espace de discussion <i>Médiathèque vivante</i>	Centre culturel Bellegarde 17 rue Bellegarde		P17
Mer. 7 oct. 18h-20h	Café philo <i>L'art est-il une manière de se connaître soi-même ?</i>	Café L'Escabel 36 rue Adolphe- Félix Gatien- Arnoult		P18
Mer. 7 oct. 17h30-20h	Atelier collectif <i>Une rencontre dansée</i>	Résidence sociale Héliot 5 rue Héliot		P18

Jeu. 8 oct. 14h-15h30	Atelier créatif <i>Atelier contemplatif d'écriture</i>	La P'tite fabrique 29 bis avenue des Mazades		P19
Jeu. 8 oct. 14h-16h30	Atelier créatif adulte <i>Mettez en image vos émotions</i>	Centre social Jolimont 11 avenue de l'Observatoire		P19
Jeu. 8 oct. 20h30-22h30	Ciné-débat <i>Élise sous emprise (entrée payante)</i>	Cinéma Véo 6 Place de la Charte des Libertés Communales		P20
Ven. 9 oct. 9h30-17h	Echanges - Tables rondes <i>Quand la musique s'accorde avec soin(s)</i>	Orchestre national du Capitole Halle aux Grains Place Dupuy		P20
Ven. 9 oct. 21h-22h	Spectacle d'improvisation <i>« Bien dans sa peau, bien dans sa photo » Quand les images montent sur scène</i>	L'Astronef 3 place des Avions		P21
Sam. 10 oct. 11h-12h	Atelier collectif <i>Atelier lecture parents enfants</i>	Médiathèque de Rangueil 19 rue Claude Forbin		P21
Sam. 10 oct. 14h-16h	Atelier créatif parents-enfants <i>L'art, les émotions et nous</i>	Maison de quartier Rangueil 19 rue Claude Forbin		P22
Sam. 10 oct. 16h30-18h	Ciné-débat <i>Danser la chute</i>	Médiathèque Serveyrolles 10 rue Charles Garnier		P22
Sam 10 oct. : 10h-12h30 Dim 11 oct. : 14h-18h Sam 17 oct. : 14h-17h	Atelier créatif <i>Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts urbains</i>	10 oct. : la P'tite Fabrique 29 bis av. des Mazades 11 oct. : La Turbine, 17 rue Sainte Catherine 17 oct. : Communauté Municipale de Santé, 2 rue Malbec		P23

Lun. 12 oct. 10h-11h30	Conférence <i>Dépression et prévention du risque suicidaire chez les seniors : oser en parler</i>	Maison de quartier Rangueil 19 rue Claude Forbin		P23
Lun. 12 au sam. 17 oct. Du Lun. au ven. 18h30-20h Sam. : 9h30-12h	Atelier collectif <i>Éloge de la folie – atelier autour de la démence à Toulouse sous l'Ancien Régime</i>	Archives municipales 2 rue des Archives		P24
Lun. 12 oct. 16h-18h30	Atelier art-thérapie <i>Se découvrir en créant son masque</i>	Centre social Jolimont 11 avenue de l'Observatoire		P24
Mar. 13 oct. 14h-16h	Atelier collectif <i>Stress et vie quotidienne</i>	Conciergerie Solidaire 5 rue Pierre Deley		P25
Mar. 13 oct. 15h-16h30	Espace de discussion <i>L'art en Soi, Aparté Art Explora une conversation artistique à la découverte de l'Art Brut</i>	Centre Culturel Alban Minville 1 place Martin Luther King		P25
Mar. 13 oct. 20h30-22h30	Ciné-débat <i>Soyons fous (entrée payante)</i>	American Cosmograph 24 rue Montardy		P26
Mer. 14 oct. 14h-15h	Atelier collectif <i>Déambulation sensible</i>	Chapelle des Carmélites 1 rue de Périgord		P26
Mer. 14 oct. 14h30-16h30	Atelier créatif 11-17 ans <i>S'exprimer avec le journal créatif !</i>	Maison de quartier Rangueil 19 rue Claude Forbin		P27
Mer. 14 oct. : 14h-17h30 Sam. 17 oct. : 10h-12h30 et 14h-17h	Atelier conférence <i>Regard artistique sur les troubles psychiques</i>	Communauté Municipale de Santé, 2 rue Malbec		P27
Mer. 14 oct. 18h-20h	Ciné-débat <i>Les esprits libres</i>	Médiathèque J.Cabanis 1 allée Jacques Chaban-Delmas		P28
Mer. 14 oct. 19h	Exposition-Concert <i>L'imprévu</i>	La P'tite fabrique 29 bis avenue des Mazades		P28

Jeu. 15 oct. 8h45-18h	Conférence <i>3^e Journée Arts et soins</i>	Musée des Abattoirs 76 allées Charles de Fitte		P29
Jeu. 15 oct. 14h-16h	Conférence <i>L'art dans le lieu de soin</i>	Café and Co 41 rue de Soupetard		P29
Jeu. 15 oct. 15h30-17h	Rencontre <i>Du livre à la scène</i>	CC Alban Minville 1 place Martin Luther King		P30
Jeu. 15 oct. 18h30-19h30	Atelier collectif <i>Yoga adapté</i>	Musée des Augustins 21 rue de Metz		P30
Jeu. 15 oct. 20h30-22h	Spectacle <i>Bipolaire</i>	Centre culturel Alban Minville 1 place Martin Luther King		P31
Ven. 16 oct. 14h30-15h30	Visite guidée <i>Exposition Ivresse : à consommer sans modération !</i>	Musée des Arts précieux Paul-Dupuy 13 rue de la Pleau		P31
Ven. 16 oct. 19h30-21h	Performances artistiques inspirantes <i>Le rétablissement en santé mentale : oui, c'est possible !</i>	Espace Diversités Laïcité 38 rue d'Aubuisson		P32
Sam. 17 oct. 15h-17h	Visite patrimoniale <i>De Braqueville à Marchant, une architecture modèle au service du soin</i>	Hôpital Gérard Marchant 134 route d'Espagne		P32
Sam. 17 oct. 20h-22h	Spectacle <i>Grains - Histoire de fou (Entrée payante)</i>	Théâtre des Mazades 10 avenue des Mazades		P33
Dim. 18 oct. 9h30-10h15	Visite insolite <i>Petits moments précieux (12 mois-3 ans)</i>	Musée des Arts précieux Paul-Dupuy 13 rue de la Pleau		P33
Mar. 20 oct. 9h30-11h30	Atelier collectif <i>Gestion du stress : comprendre, bouger, réguler</i>	La P'tite fabrique 29 bis avenue des Mazades		P34
Jeu. 22 oct. 14h30-16h	Atelier créatif <i>Paperolles : l'art du papier roulé</i>	Chapelle de la Grave 23 rue du Pont Saint Pierre		P34

Formation				
Lun. 19 et mar. 20 oct. 9h-17h30	Formation <i>Premiers Secours en Santé Mentale</i>	Communauté Municipale de Santé, 2 rue Malbec		P35
Tout au long de ces semaines : 11 expositions				
Du 29 sept. au 15 oct. Horaires du centre culturel Vernissage 6 oct. 18h30	<i>Comment tu te sens ?</i>	Centre culturel Brique Rouge 9 rue Maria Mombiola		P36
Du 3 au 18 oct. Horaires d'ouverture de l'Astronef	<i>« Bien dans sa peau, bien dans sa photo » Des images qui prennent soin</i>	L'Astronef 3 place des Avions		P36
Du 5 au 9 oct. 9h-17h Vernissage 7 octobre 18h	<i>Empreintes créatives et Gens des fontaines</i>	Communauté Municipale de Santé, 2 rue Malbec		P37
Du 5 au 30 oct. Horaires du centre culturel Vernissage 7 oct. 18h30	<i>Eclectique, au-delà du temps et de l'espace</i>	Centre culturel Reynerie 1 ^{er} étage Maison Toulouse Services 1 place Conchita Ramos Grangé		P37
Du 5 au 30 oct. Les mardis et les mercredis de 8h45 à 12h15	<i>« Ensemble, l'art d'être différent »</i>	Lieu d'Accueil Enfants Parents Cartoucherie 3 rue du Lieutenant Guy Dedieu		P38
Du 5 au 18 oct. Horaires du centre social Vernissage 9 oct. 18h30	<i>Coup du sort !</i>	Centre social Rangueil 19 rue Claude Forbin		P38
Du 6 au 18 oct. Vernissage 8 oct. 14h 9h-22h	<i>Avec la Nature pour toile</i>	Halles de la transition 46 rue de Bayard		P39
Du 10 oct. au 21 nov. Horaires du centre culturel Vernissage 15 oct. 18h30	<i>Poésie colorée – De l'intime à la matière</i>	Centre culturel Alban Minville 1 place Martin Luther King		P39

Du 12 au 16 oct. 14h-16h excepté les jeudis	<i>Expose ton mood</i>	Maison départementale des adolescents 16 rue Riquet		P40
Du 12 au 23 oct. 9h-17h Vernissage mardi 13 octobre 16h30	<i>Du soin à la matière</i>	Communauté Municipale de Santé, 2 rue Malbec		P40
Du 14 oct. au 31 déc. Horaires du centre culturel Vernissage 14 oct. 18h30	<i>Santé mentale : ouvrons-nous aux arts</i>	Centre culturel Henri Desbals 128 rue Henri-Desbals		P41



Je m'informe et j'échange



J'expérimente



Je découvre des créations artistiques



Je trouve de l'aide



BlaBlaPsy, parlons santé mentale !



Sorties BlablaPsy

Venez bousculer vos idées reçues et discuter avec des usagers et des professionnels des troubles psychiques à bord du camion BlaBlaPsy. L'occasion de déconstruire vos préjugés !

Mercredi 7 octobre

10h-12h30

Marché de Bellefontaine

Place Martin Luther King

Dans le cadre du stand Vie de quartier
« spécial santé mentale »

Mercredi 14 octobre

14-16h

Halles de la Cartoucherie

Place de la Charte des Libertés

Communales

Vendredi 16 octobre

10h- 13h

Place à l'arrière du centre

culturel Henri-Desbals

128 rue Henri-Desbals

Dans le cadre du stand Laïcité « spécial
santé mentale ».

Exposition d'œuvres d'art-thérapie.

Performance de la Compagnie Jeux
de Mômes

Samedi 3 octobre**Anorexie Boulimie Occitanie
Pyrénées Méditerranée**

Association régionale d'Aide et de Soutien
aux familles et aux personnes souffrant de
Troubles du Comportement Alimentaire :
Anorexie, Boulimie, Hyperphagie

10h-17h

Communauté Municipale de Santé

2 rue Malbec

Métro A / Parking : Capitole

Mardi 6 octobre**Les Mots Bleus**

Association d'usagers de la psychiatrie
et son GEM oeuvrant pour permettre aux
personnes adultes en situation de han-
dicap psychique, de se réunir dans un
lieu convivial. Nous favorisons la pair-ai-
dance afin de créer un partage sur l'ex-
périence et les échanges réciproques.

15h-17h

14 rue Joseph Lakanal

Mercredi 7 octobre**Association Route Nouvelle**

Nos objectifs de soins sont axés sur la
réhabilitation psychosociale, visant à
concourir au rétablissement des per-
sonnes souffrant de troubles psychiques
vers une autonomie maximale.

Résidence accueil Suzanne Rio

42 chemin du Boulodrome

10h-12h

**Service d'Accompagnement Médico-
social pour Adultes Handicapés
(SAMSAH)**

14h-16h

2, avenue Jean Rieux

Centre de proximité RPS et Réhab Pro

14h-16h

3 port Saint-Etienne

Revivre France

L'association permet aux souffrants de
troubles anxieux d'échanger autour de
leurs difficultés et de sortir de l'isolement :
phobie sociale, trouble anxieux généra-
lisé, trouble panique, agoraphobie, etc.
Activités en présentiel et visioconférence :
groupes de parole libres/thématiques,
ateliers, sorties conviviales, conférences,
etc.

18h-21h

Salle Achille Viadieu, entrée par le portail

43 bis rue Achille Viadieu

Métro B

Saint-Michel - Marcel Langer

Jeudi 8 octobre**APRES**

La mission de l'Association APRES est de
répondre à l'exclusion et à la souffrance
des personnes atteintes de troubles
psychiques. Proposer des solutions de
soins et de réinsertion et offrir des pas-
serelles entre l'hospitalisation et la vie
en société, via si nécessaire, des struc-
tures médico-sociales variées, tel est
notre objectif.

Centre de Post-cure

Établissement sanitaire proposant des
activités menées par une équipe médi-
coéducative, en journée ou avec héber-
gement, dans le but de consolider l'état
de santé psychique des personnes et de
construire un projet d'insertion sociale
ou professionnelle.

Service d'Accompagnement Médico-social pour Adultes Handicapés (SAMSAH)

Service d'accompagnement médico-social favorisant le maintien ou le développement de l'autonomie des personnes dans les domaines de la vie quotidienne (santé, gestion du quotidien à domicile, professionnel, loisirs...).

14h-17h

40 chemin de Ribaute

Bus Lineo 7 - arrêt Montaudran la rivière
ou Linéo 1 et bus 83

arrêt Fonsegrives entiere

ESAT - Foyer d'hébergement le Razès

Structure d'accompagnement par le travail (maraîchage, cuisine, service en salle, espaces verts et conserverie)

9h-16h30

Lieu-dit En Randail - 31 560 Nailloux

Transport : navette HOP 303

arrêt Los Camparros

Foyer de vie Le Douyssat

Structure d'hébergement permanent, temporaire ou de jour, proposant des activités occupationnelles et un accompagnement éducatif.

14h-17h

4 avenue de St-Léon - 31 560 Nailloux

Hôpital de jour « Au fil de soi » Clinique Montberon

Découvrez l'art et la résilience. Une exposition unique des œuvres créées par nos patients vous attend. Au programme : rencontres, échanges, émotions et chorale. Entrée libre.

14h-19h

6 avenue de Neuville - 31 140 Montberon

Bus ligne 26

Vendredi 9 octobre

Domino

L'Hospitalité de la Beauté, une demeure d'accueil, un lieu d'accompagnement, un domaine agro-écologique, un foyer artistique, pour tous et plus particulièrement pour des personnes en situation de fragilité psychique, de handicap mental ou social, pour des aidants. Venez visiter les lieux : parc, jardins, potagers, bâtiment d'accueil, ateliers artistiques...

10h-17h

Il est possible de pique-niquer sur place.

Mestré Gouny

2044 route de Saint Sulpice

31 380 Roquesérière

Par l'autoroute A68, sortie 5,

direction Roquesérière,

entrée à environ 5m à gauche.

Accès par le train

depuis la gare Matabiau jusqu'à

la gare de St-Sulpice-sur-Tarn

Nous prévenir au 05 61 92 47 32.

Nous irons vous chercher à la gare.

Bi-Pôles 31

Association d'aide aux personnes dans la souffrance psychique. GEM (groupe d'entraide mutuelle). Accueil sans jugement, informations sur le soin et les aides, groupe de parole, activités, sorties.

15h-17h30

3 rue Marie Magné

Métro A - arrêt St Cyprien

Bus 14 et 44 - arrêt cours Dillon

Tram 1 - arrêt Fer à Cheval

Lundi 12 octobre

Association Bon Pied Bon Oeil

Association d'usagers de la psychiatrie et son GEM œuvrant pour la réinsertion sociale des personnes après une hospitalisation en psychiatrie. L'association a été fondée en 1985 par trois soignants

convaincus que l'isolement et l'ennui sont une cause principale de rechute en psychiatrie.

13h30-16h

7 rue Louis Plana

Métro A - arrêt Roseraie

puis bus Lineo L12 - arrêt Soumet

Mercredi 13 octobre

Établissement de santé mentale Lafilaire groupe VYV (ancien HJ MGEN)

Une équipe vous ouvre ses portes pour vous faire découvrir son lieu, ses activités et son approche de l'accompagnement en santé mentale. Une occasion d'échanger avec les professionnels et de mieux comprendre le parcours de soins proposé.

13h-18h

39 chemin Lafilaire

Accès bus 23 et 37

Jeudi 15 octobre

CAFE&CO

Collectif d'entraide et d'insertion sociale et professionnelle, ouvert à tous, œuvre en faveur des personnes en situation de handicap, CAFE&CO offre à ses adhérents la possibilité de retrouver du lien social et une dynamique de projet vers l'emploi ou le bénévolat. Au programme de cette journée porte ouverte :

10h : réunion d'information collective

11h : atelier d'arts plastiques ouvert pour 6 personnes sur inscription
(accueil.cafeandco@gmail.com)

14h : conférence « L'art dans un lieu de soin » animée par Sabrina Perrin et Nathalie Aoustin. Venez nombreux, on vous attend !

41 rue de Soupetard

31 500 Toulouse

Vendredi 16 octobre

Centre de soins Arènes

Portes ouvertes le vendredi 16 octobre de 9h à 12h. Venez découvrir le Pôle Rive Gauche A26 et les structures ambulatoires « Des Arènes » pour adultes du Centre Hospitalier Gérard Marchant CMP, AFT, AT, HJ,CATTG. À cette occasion vous rencontrerez les professionnels des différentes unités, les patients, nos missions spécifiques et nos activités de soins. Une matinée placée sous le signe de la rencontre, du partage et de la découverte.

9h-12h

2 rue Négogousses

*Accès Bus 14, L2, Métro A, Tramway, TER
SNCF ligne Toulouse AUCH
arrêt Arènes*

ENIPSE

Association engagée auprès des personnes LGBTQ+, lutte contre les inégalités sociales et de santé. Son dispositif en santé mentale, le CeSaMe, cible l'amélioration du bien-être psychologique et de la qualité de vie des personnes LGBTQ+. Les portes ouvertes accueillent les personnes LGBTQ+ et leurs proches ainsi que les partenaires autour du bien-être, avec des animations safe et inclusives. Une exposition « Mettre des couleurs sur les maux - Fierté(s) Intérieure(s) » sera proposée.

15h-19h

11 bis rue Antonin Mercié

PROGRAMME DES 2 SEMAINES À VENIR



Vendredi 2 octobre

11h-17h



Forum des partenaires

S'informer, comprendre,
discuter autour de la question
des troubles psychiques

Vous avez besoin d'une information, d'un conseil ou simplement envie d'en savoir plus ? Venez échanger avec une trentaine de structures locales présentes place Saint-Sernin.

Associations, professionnels de santé, services d'accompagnement et acteurs de la prévention vous feront découvrir

leurs missions, les ressources disponibles près de chez vous et les solutions existantes.

C'est l'occasion de poser vos questions, de rencontrer les acteurs du territoire et de faire tomber les idées reçues sur la santé mentale. Un moment ouvert à tous, en toute simplicité !

En présence des membres du Conseil Local de Santé Mentale de Toulouse

Place Saint-Sernin

Métro A - arrêt Capitole

Métro B - arrêt Arnaud-Bernard

Lundi 5 octobre

20h-22h

Marie Loison - Toujours En-Vie



Spectacle



Marie court, toujours, sans reprendre son souffle, jusqu'au jour où tout s'arrête. À 35 ans, elle vacille : le sens de sa vie lui échappe. Alors commence un voyage intérieur, fragile et

lumineux. Entre rires et failles, elle dévoile son histoire : les blessures d'hier, la force d'avancer, puis ce murmure enfin entendu, « sa voix » intérieure. Dans ce seul-en-scène sensible et poignant, l'intime devient universel. Une ode à la vulnérabilité, au courage d'être soi, et à la vérité nue. Un miroir tendu à chacun, là où se révèle ce qui nous rend profondément humains.

Auteure / interprète : Marie Loison

Bord de scène avec la participation de Geneviève Rocques Darroy, Présidente de l'association APSOc (association prévention suicide Occitanie) et d'Agnélie Adjetey, association Moov to Learn international

Durée : 75 minutes - À partir de 14 ans

→ **Réservation obligatoire :**
www.theatredepochetoulouse.fr

Théâtre de Poche

10 rue el Alamein

Métro A - arrêt Marengo

Mardis 6 et 13 octobre

10h-10h30

Le grand voyage de Myrtille

par la Troupe des Bambins



Spectacle pour

les tout-petits (0-3 ans)



Pour son anniversaire, Myrtille part pour un grand voyage semé de surprises. Peur, tristesse,

colère, joie : ce voyage initiatique aborde avec humour et poésie les émotions que traversent les petits comme les grands. Créé par des professionnelles de la petite enfance de la Mairie de Toulouse à partir de matériaux de récupération, ce spectacle illustre les bienfaits de l'éveil artistique dès le plus jeune âge, qui favorise les expressions des émotions et soutient les liens familiaux, contribuant ainsi au bien-être et à la santé mentale des tout-petits et de leurs parents.

Intervenants : la Troupe des Bambins, troupe de professionnels de la Direction Petite Enfance

Durée : 25 minutes

Gratuit, ouvert à toutes les familles

→ **Infos :** evenements.dpe@mairie-toulouse.fr

Mardi 6 octobre

Salle de danse - 62 rue de Nîmes

Métro B - arrêt Rangueil - Bus 27, 34, 44

Mardi 13 octobre

Centre culturel Alban-Minville

1 place Martin Luther King

Métro A - arrêt Bellefontaine - Linéo L2

Mardi 6 octobre

19h30-21h30

Au bord du monde



Ciné-débat



Alexia, 25 ans, volontaire et idéaliste, arrive comme infirmière stagiaire dans le service fermé d'un hôpital psychiatrique. Malgré les avertissements de Joëlle, l'infirmière en chef, sur la distance à garder avec les patients, Alexia va se rapprocher de Mila, une patiente de 20 ans, qui ne comprend pas ce qu'elle fait là. Touchée par sa colère, Alexia va remettre en question l'institution...

Avec Mara Taquin et Nathalie Richard

Projection suivie d'un échange avec Emmanuel Gallet, psychiatre, Christophe Maynard, infirmier en pratique avancée, et Anne Delvaux, travailleuse paire en psychiatrie, dispositif HOME, CH Marchant

→ **Réservation obligatoire** : billetterie.festik.net/hopital-marchant/product/cine-debat-or-au-bord-du-monde/

Centre hospitalier Gérard Marchant

134 Route d'Espagne

Bus 11 ou 52 - arrêt Marchant

Mercredi 7 octobre

9h30-12h

Art et soin : un chemin vers le rétablissement

Sensibilisation
à la santé mentale



Espace de discussion



La santé mentale nous concerne tous, mais elle reste souvent entourée de préjugés et d'interrogations. À partir de notre expérience en hôpital de jour, nous vous proposons un temps d'échange autour

des troubles psychiques, des soins, du rétablissement et de la réhabilitation psychosociale. Nous aborderons également la place de l'art comme support d'expression, de création et de soin. Une rencontre ouverte à toutes et tous pour mieux comprendre, partager et changer de regard.

Intervenants : Karen Mavel, infirmière, Régis Bernadet, psychologue, Association Route Nouvelle

→ **Renseignements et inscriptions au**
05 61 25 38 28

La P'tite fabrique

29 bis Av. des Mazades

Métro B - arrêt Minimes - Claude Nougaro

Bus 27 - arrêt Puget ou Mazades

Mercredi 7 octobre

14h-16h30

Mets en image tes émotions



Atelier créatif

parents-enfants



Enfants et parents, à l'aide de collages, photographies et peinture, venez au centre social explorer l'univers des émotions. Vos productions seront accrochées dans le cadre de la Grande Lessive le jeudi 15 octobre à 9h30 au Jardin des 4 vents devant l'antenne Jolimont du centre social 11 avenue de l'observatoire, avec un temps de partage convivial.

Intervenants : Centre Social
Jolimont Soupetard

→ *Inscriptions au 05 31 22 94 84*

Centre Social Jolimont Soupetard
Antenne Soupetard
12 rue Charles Garnier
Bus L12 - arrêt Surcouf

Mercredi 7 octobre

14h-17h

Médiathèque vivante



Espace de discussion



Inspirée de l'action « bibliothèque vivante » créée par le collectif ZEST, nous vous présentons cette année notre médiathèque vivante ! Nos témoignages

prennent la forme de créations artistiques variées (textes, dessins, photos, musiques...) que nous vous présenterons lors d'une rencontre en tête à tête. Chaque création raconte une partie de nos parcours, nos quotidiens, nos vécus en lien avec la santé mentale... ouvrant ensuite sur un temps d'échange privilégié. Une invitation à se rencontrer autrement et à lutter ensemble contre les préjugés. Nous avons hâte de vous accueillir !

Avec le Centre Support de Toulouse en Réhabilitation Psychosociale (CSTR) et le CAPPS 31

Centre culturel Bellegarde

17 rue Bellegarde
Métro B - arrêt Jeanne d'Arc
Bus : arrêt Jeanne d'Arc linéo 1, 9 et 14
et lignes 15, 23, 29, 39, 45 et 70

Mercredi 7 octobre

18h-20h

L'art est-il une manière de se connaître soi-même ?



Café-philosophie



Que révèle une œuvre de celui qui la crée... ou de celui qui la regarde ? Ce café-philosophie invite chacun à partager ses réflexions et ses expériences dans un cadre convivial,

ouvert à tous. Aucun prérequis en philosophie n'est nécessaire : venez échanger, questionner vos certitudes et découvrir le regard des autres autour de ce thème qui relie création, émotions et connaissance de soi.

Intervenant : Jean-François Izard, Université Populaire de Philosophie

Café L'Escabel

36 rue Gatien-Arnoult
Métro B Jeanne d'Arc, Bus L1, L9,
arrêt Jeanne d'Arc

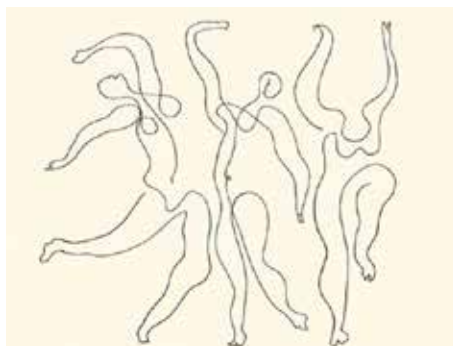
Mercredi 7 octobre

17h30-20h

Atelier corps et mouvement, une rencontre dansée



Atelier collectif



L'art regroupe les œuvres humaines destinées à toucher les sens et les émotions du public. La Pension de famille Héliot (ADOMA) et l'équipe Emopsy (UCRM) vous proposent un temps d'expérience artistique, avec un atelier autour du corps et du mouvement. De façon guidée et soutenu par des exercices, l'atelier groupal vise à stimuler la créativité, l'expression de soi et une autre façon de se percevoir.

Intervenants : les psychologues de l'équipe Emopsy (UCRM)

Groupe mixte et inclusif, limité à 15 personnes.
Accessible pour les personnes en fauteuil

→ **Inscription souhaitée :**
Sandrine Maisonneuve
06 63 38 33 13

Résidence sociale Héliot

5 rue Héliot - Métro A et B - arrêt Jean-Jaurès

Jeudi 8 octobre

14h-15h30

Atelier contemplatif d'écriture - De Van Gogh au patient lambda

L'art comme expression et
revendication du pouvoir d'agir



Atelier créatif



La Nuit étoilée, sans doute l'œuvre la plus célèbre de Van Gogh, a été peinte alors que l'artiste

séjourne à l'hôpital psychiatrique. À partir de peintures, collages et photographies réalisés par des artistes ayant séjourné en institution psychiatrique, les participants seront invités à écrire en flux de conscience, en laissant émerger leurs impressions, leurs associations et leurs réflexions sur les œuvres. Les textes pourront ensuite être partagés et discutés collectivement afin de confronter les regards et d'enrichir les interprétations.

Intervenantes : Rachel Queiroz et
Anna Göde, de l'association Hypersens

→ **Renseignements et inscriptions**
05 61 25 38 28

La P'tite Fabrique

29 bis avenue des Mazades,
Métro B - arrêt Minimes / Claude Nougaro
Bus 27 - arrêt Puget ou Mazades

Jeudi 8 octobre

14h-16h30

Mettez en image vos émotions



Atelier créatif adulte



À l'aide de collages, photographies et peinture, laissez parler et déposez vos émotions. Vos productions seront accrochées dans le cadre de la Grande Les-

sive le jeudi 15 octobre à 9h30 au Jardin des 4 vents devant l'antenne Jolimont du centre social 11 avenue de l'Observatoire, avec un temps de partage convivial.

Intervenants : Centre Social Jolimont
Soupetard

→ **Sur inscription au 05 31 22 94 84**

Centre Social Jolimont Soupetard
Antenne Jolimont
11 avenue de l'Observatoire
Métro A et bus 37 - arrêt Jolimont

Jeudi 8 octobre

20h30-22h30

Élise sous emprise



Ciné-débat



Engluée dans une relation toxique avec Léopold, Élise se retrouve propulsée à la tête d'une troupe de théâtre, suite à la mort soudaine du

metteur en scène dont elle était l'assistante. Submergée par des crises de panique, Élise vacille. Mais peut-être est-ce dans cette confusion qu'elle parviendra à se libérer de ses emprises et à reprendre le contrôle de sa propre vie ?

Réalisation : Marie Rémond

Scénariste : Marie Rémond

Casting : Marie Rémond, José Garcia, Gustave Kervern, Olivia Côte, Yannick Choirat, David Talbot, Alain Françon, Ambrine Trigo Ouaked

Projection suivie d'un débat

Cinéma Véo

6 place de la Charte
des Libertés Communales

Vendredi 9 octobre

9h30-17h

Quand la musique s'accorde avec soin(s) !



Échanges - Tables rondes



La relation art et soins évolue : la musique y a-t-elle une place spécifique ?

Une journée complète est dédiée à ce lien entre musique et santé mentale et les bienfaits sur notre bien-être. Quatre tables rondes permettront de croiser les regards de nombreux intervenants et d'aborder les projets de nos structures.

Journée organisée par

l'Orchestre national du Capitole de
Toulouse, la FERREPSY et le CSTR

→ *Gratuit - Réservation conseillée et
programme de la journée : onct.toulouse.fr*

Halle aux Grains

Place Dupuy

Bus L1, L8, L9, 27, 66 - Métro B arrêt François Verdier

Vendredi 9 octobre

21h-22h

Bien dans sa peau, bien dans sa photo



Spectacle d'improvisation



© Danièle Boucon

À partir des photographies réalisées par les habitants des quartiers Empalot et Bréguet-Lécrivain / Saint-Exupéry dans le cadre du projet « Bien dans sa peau, bien dans sa photo », les comédiens improvisent en direct des histoires, des personnages et des émotions inspirées par les photos exposées. Ce spectacle unique et participatif invite le public à porter un autre regard sur le bien-être, la santé mentale et le vivre-ensemble, à travers une rencontre originale entre photographie et théâtre d'improvisation.

Spectacle improvisé par la troupe toulousaine Melting Pot Impro

L'Astronef

3 place des Avions

Bus : Ligne 44

Métro B – arrêts Rangueil ou Saouzelong

Samedi 10 octobre

11h-12h

Comment vivre au quotidien avec des difficultés psychologiques au sein de la famille ?

Atelier lecture parents/enfants



Atelier collectif



À partir de lectures collectives d'albums jeunesse sur la thématique des difficultés psychologiques, voire des troubles en santé mentale, venons partager librement nos questions et expériences de vie familiale quotidienne.

En partenariat avec les associations « Lire et Faire Lire 31 » et APSOc

À partir de 6 ans

→ **Sur inscription au 05.61.22.24.50 ou**
rangueil@mairie-toulouse.fr

Médiathèque de Rangueil

19 rue Claude Forbin

Métro B – arrêt Rangueil

Samedi 10 octobre

14h-16h

L'art, les émotions, et nous



Atelier créatif

Parents-enfants



© Aurélie Delahaie - Histoires de Héros, 2025

Parents et enfants, nous vivons – ensemble et séparément – des émotions agréables et désagréables. Parfois nous arrivons à les partager, parfois il est difficile de communiquer. Et si l'art pouvait nous aider ?! Lire des livres, regarder des images ; écrire, dessiner, ... Venez explorer en famille les bienfaits de la pratique artistique ! La Maison de quartier de Rangueil vous invite à partager un atelier d'expression artistique en famille.

Intervenante : Aurélie Delahaie -
Histoires de Héros

De 6 à 10 ans

→ **Inscription au 05 61 22 24 34 ou**
accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr

Maison de quartier Rangueil

19 rue Claude Forbin
Métro B – arrêt Rangueil

Samedi 10 octobre

16h30-18h

Mantjé tonbé sé viv (Danser la chute)

de Wally Fall



Ciné-débat



© Aurélie Delahaie - Histoires de Héros, 2025

En Martinique, un hôpital de jour innove pour les personnes suivant un traitement psychiatrique. Plusieurs fois par semaine, une jeune artiste-chercheuse anime des ateliers autour de la musique, de la danse et des rituels du Bèlè (pratique musico-chorégraphique de Dominique et Martinique qui mêle chant, musique, danse et conte). Le réalisateur, Wally Fall, participe également à l'expérience, et nous plonge au cœur d'un dialogue intime entre ses propres interrogations et la parole de ceux qui apprennent à vivre avec un diagnostic psychiatrique.

La projection sera suivie d'un échange animé par une psychologue de l'association
Fédération Femmes Pour l'Europe

Durée du film : 63 minutes

Entrée libre

Médiathèque Serveyrolles

10 rue Charles Garnier
Ligne 19 – arrêt Solidarité

Samedis
10 et 17 octobre
Dimanche 11 octobre

Ouvrons-nous aux arts urbains



Atelier créatif

Venez vous initier et participer à la construction de fresques ! Nous réaliserons ensemble des oeuvres collectives



et collaboratives dans la tradition des mouvements paste up et des stickers ! Un moment de création, d'expression et de ren-contre, ouvert à tous.

Intervenant : Rco

10 octobre - 10h-12h30

suivi d'un repas partagé

et auberge espagnole

La P'tite fabrique

29 bis avenue des Mazades

Métro B Station Minimes Claude Nougaro ou

Barrière de Paris

→ *Renseignements et inscriptions*

05 61 25 38 28

11 octobre - 14h-18h

La Turbine, 17 rue Sainte-Catherine

Métro B - arrêt Palais de Justice

17 octobre - 14h-17h

Communauté Municipale de Santé

2 rue Malbec

Métro A - arrêt Capitole

Lundi 12 octobre

10h-11h30

Dépression et prévention du risque suicidaire chez les seniors : oser en parler



Conférence

Le temps qui passe modifie nos identités, nos ressources. Il peut être un temps privilégié si nous avons la possibilité de profiter de ses richesses, mais il peut aussi être un temps de doutes qui nous blesse, nous ralentit, nous angoisse, et où parfois, des souffrances peuvent devenir trop difficiles à supporter. Bien vivre sa vieillesse ou souffrir de vieillir ? Oser parler de l'avancée en âge qui nous bouleverse, partager et reconnaître ses émotions, parler de la dépression et du risque suicidaire, être à l'écoute de soi, pour devenir acteur de son bien-être.

Conférence organisée par

le Pôle Seniors de la Mairie de Toulouse,

avec l'intervention d'un médecin du Centre de Prévention AGIRC-ARRCO de Toulouse

Maison de quartier Rangueil

19 rue Claude Forbin

Métro B - arrêt Rangueil

• RETRAITE COMPLÉMENTAIRE
agirc-arrco
La retraite a de l'avenir

**Lundi 12 au
samedi 17 octobre**

Éloge de la folie

sous l'Ancien Régime



Atelier collectif

Dès les années 1770, les Capitouls de Toulouse instruisent des affaires de déviance avec l'aide d'experts médicaux. À travers des documents judiciaires rares, cet atelier participatif propose un voyage au cœur de la société toulousaine du XVIII^e siècle, à la découverte de celles et ceux que l'on désignait alors comme « fous ». En faisant entendre leurs voix et en révélant des pratiques de soins souvent méconnues, elle invite à porter un regard nouveau sur l'histoire de la santé mentale et à dépasser les idées reçues sur l'enfermement et l'exclusion.

Intervenants : Géraud de Lavedan,
archiviste-chercheur

Lundi au vendredi : 18h30-20h

Samedi 17 octobre : 9h30-12h

→ **Inscriptions :**
geraud.delavedan@mairie-toulouse.fr

Archives municipales de Toulouse

2 rue des Archives

Bus L9 - 39 - arrêt Sainte-Hélène

Bus L12 - arrêt Le Brix

Métro A - arrêt Rosaïa

Lundi 12 octobre

16h-18h30

Se découvrir en créant son masque



Atelier art-thérapie,

techniques mixtes



Le masque permet d'entrer en contact avec notre essence et il nous permet de devenir autre, d'échapper à nos propres limites. Le masque n'est pas qu'un déguisement ou un autre visage de soi que l'on montre, il permet avant tout de créer, de se recréer. En fabriquant un masque, en le portant, en entrant en relation avec lui et en le montrant, nous révélons à notre conscience des aspects de nous inconnus, nous accédons aux aspects multiples de notre identité. Oser s'exprimer et se métamorphoser avec lui c'est expérimenter un « rite de passage », à la fois structurant et créateur, une nouvelle relation à Soi.

Intervenante : Vera Lourenço, Psychologue clinicienne et interculturelle, art-thérapeute et formatrice - Association Fédération Femmes pour l'Europe

Tout public

→ **Inscription au 06 19 71 10 29**
lyre.lepee@toulouse-metropole.fr

Centre social Jolimont-Soupetard

Antenne Jolimont - 11 avenue de l'Observatoire, Salle Grande Ourse.
Métro A - arrêt Jolimont

Mardi 13 octobre

14h-16h

Stress et vie quotidienne



Atelier collectif

Dans notre vie quotidienne, les sources de stress sont nombreuses, venez découvrir quelques exercices et astuces pour retrouver la sérénité.

Intervenants : GIHP Groupement pour l'Insertion des personnes Handicapées Physiques

Tout public

Conciergerie Solidaire
5 rue Pierre Deley



Mardi 13 octobre

15h-16h30

L'Art en Soi

Aparté Art Explora,
une conversation artistique
à la découverte de l'Art Brut



Espace de discussion



Venez prendre part à un temps convivial de discussions ! Ensemble parcourons l'univers fascinant de l'Art

Brut. Mouvement qui montre que l'expression artistique, par la liberté de créations spontanées, est accessible à chacun et qui, en dehors de tous les codes, traverse le temps. À travers des échanges bienveillants et la découverte d'œuvres singulières, partageons nos observations, nos impressions. Autorisons-nous à contempler, nous émouvoir pour aussi s'autoriser à créer !

Intervenante : Lydie Rougé,
bénévole Art Explora

→ *Limité à 15 places*
Réservation conseillée auprès du Centre Culturel au 05 67 73 87 60

Centre Culturel Alban Minville
1 place Martin Luther King
Métro A - arrêt Bellefontaine - Bus 14



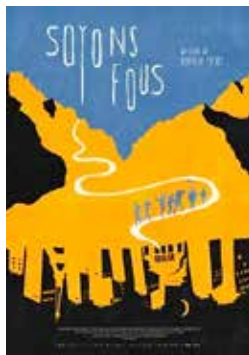
Mardi 13 octobre

20h30-22h30

Ciné-débat autour du film « Soyons fous »



Ciné-débat



On y suit toutes les étapes de la création d'un film par une équipe de personnes n'ayant jamais fait de cinéma, dont la plupart vivent avec des troubles psychiques. Des professionnels

du 7^e art (Emmanuelle Bercot, Corinne Masiero...) leur transmettent leur savoir-faire. Ce film *Soyons Fous* se déploie comme un récit d'initiation et une odyssée collective. Entre doutes, rires et paroles bouleversantes, le film raconte l'élan d'un groupe vers un projet qui semblait impossible.

Intervenants : Santé Mentale France Midi-Pyrénées – Carole Bami et Gilles Biarc, psychologues, Samuel Porteau, Psychiatre et Sonia Suau, pair-aidante, animatrice d'ateliers d'expression, auteure et slameuse –

Tarif entrée cinéma (plein tarif) : 8 euros

American Cosmograph

24 rue Montardy
Métro A – arrêt Capitole

Mercredi 14 octobre

14h-15h

Déambulation sensible



Atelier collectif



Depuis 7 ans, l'association EXPERIMENTALBODY propose, chaque mercredi matin, un laboratoire de danse improvisée dans l'espace public. De cette pratique, une forme d'être ensemble dans le mouvement a fini par prendre forme. Ses grandes lignes : accueil, relation, lâcher prise. Fort de cette grammaire artistique, nous proposons, au sein des SISM, une déambulation dans la luxuriante Chapelle des Carmélites, une danse collective ouverte à tous les corps, à tous les cœurs, un espace-temps d'exploration de sa relation à soi, à l'autre, au monde qui nous entoure. Avec un "grand bienvenu" à tous les niveaux de pratique, pour laisser émerger collectivement le présent qui s'improvise.

Intervenants : "Association EXPERIMENTALBODY"

Participation possible sur place
dans la limite des places disponibles

→ *Sur inscription de préférence :*
contact@experimentalbody.org

Chapelle des Carmélites

1 rue de Périgord – Métro B – arrêt Jeanne D'Arc

Mercredi 14 octobre

14h30-16h30

S'exprimer avec le Journal créatif !



Atelier créatif 11-17 ans



©Aurélié Delahaie - Histoires de Héros, 2025

En toi vit un espace intérieur très vaste, habité par toi, et par toi seul, qui contient tes pensées, tes souvenirs, tes rêves, tes doutes, tes espoirs, tes émotions.

C'est ton jardin. Parfois, il a besoin de s'agrandir et de se partager. Pour cela, ton journal créatif sera ton allié ! Écriture, dessin, collage... Ça te dirait de venir piocher quelques idées créatives pour en prendre soin ?

Les acteurs locaux du quartier de Rangueil – Maison de Quartier, Accueil jeunes et Club de Prévention – s'associent pour vous proposer un atelier d'exploration créative, animé par Aurélié Delahaie – Histoires de Héros

Intervenante : Aurélié Delahaie – Histoires de Héros

→ **Inscription au 05 61 22 24 34 ou accueil.rangueil@mairie-toulouse.fr.**

Maison de Quartier Rangueil
19 rue Claude Forbin
Métro B – arrêt Rangueil

Mercredi 14 octobre

14h-17h30

Samedi 17 octobre

10h-12h30 et 14h-17h

Regard artistique sur les troubles psychiques

Musée numérique Micro-Folie



Atelier collectif/ conférence

Frida Kahlo, Camille Claudel, Vincent Van Gogh et Edvard Munch... autant d'artistes qui ont porté un regard sensible sur le



© Musée d'Orsay, RMN - Grands Palais / Patrice Schmidt

monde. À l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale, le musée numérique de la Micro-Folie Toulouse Itinérante vous propose d'explorer la manière dont

leurs troubles psychiques ont coexisté avec leur immense talent artistique et influencé leurs créations. Une sélection d'œuvres d'art mettra en lumière la façon dont ces personnalités ont durablement marqué l'histoire de l'art et continuent, aujourd'hui encore, d'émouvoir et d'interpeller les spectateurs.

Intervenants : Micro-Folie Toulouse Itinérante

Communauté municipale santé
2 rue Malbec – 1^{er} étage
Métro A – arrêts Capitole

Mercredi 14 octobre

18h-20h

Les esprits libres



Ciné-débat



C'est l'histoire d'une folle aventure où patients atteints de la maladie d'Alzheimer et soignants se rejoignent pour vivre une expérience thé-

rapeutique unique faite de théâtre, de musique et de poésie. Dans cette grande maison ouverte, l'accompagnement prend une toute autre forme : plus de blouses blanches ni de couloirs aseptisés mais des esprits libres et bien vivants.

Documentaire de Bertrand Hagenmüller
– France – 1h33 – 2025

Débat animé par : Dr Nathalie Bounhoure, psychiatre au CHU de Toulouse, Régis Bernadet, psychologue Route Nouvelle, Docteur en Psychopathologie, Co-Président de l'Association Nationale de Dramathérapie et Audric Farrié, Maître de conférences à l'Institut Catholique de Toulouse.

Médiathèque José Cabanis

Grand Auditorium (niveau -1)
1 allées Jacques Chaban-Delmas
Métro A – arrêt Marengo

Mercredi 14 octobre

19h

L'Imprévu

Exposition « La Folie et l'Art »
suivie d'un concert



Exposition-Concert

À partir des témoignages des deux artistes et ceux d'autres personnes concernées par la santé mentale, l'exposition explore la question de la folie autour de gravures et de peintures. La folie y est retranscrite sous ses diverses formes, permettant aux personnes qui regardent de voir d'autres perspectives. La figure de la folle sera une partie du travail de Naomi et Camille traitera des différents sens du mot « folie » au travers les âges. Ensemble, elles illustrent leurs expériences de personnes touchées par le handicap psychique. L'exposition sera suivie du concert « Pu », du rock « engagé et décalé » avec les déambulations musicales et poétiques de Pù.

Exposition : Naomi Henry & Camille Tao
Concert : Pascale Caemerbeke

La P'tite Fabrique

29 Bis av des Mazades
Métro B – arrêts Minimes Claude Nougaro ou
Barrière de Paris

LA P'TITE
FabRIQUE

Jeudi 15 octobre

8h45-18h

3^e journée arts & soins

L'espace, cohabiter pour s'habiter



Conférence table ronde



les Abattoirs Musée-Frac Occitanie Toulouse et la Fédération régionale de recherche en psychiatrie et santé mentale (Ferrepsy Occitanie) organisent la 3^e édition de la journée Arts & Soins. Cette édition explorera les passerelles fécondes entre les espaces artistiques, les lieux de culture et les lieux de soin en psychiatrie.

→ Le nombre de places étant limité, il est obligatoire de s'inscrire sur la billetterie en ligne : www.ferrepsy.fr

Programme disponible sur : www.ferrepsy.fr

Auditorium des Abattoirs

Musée - Frac Occitanie Toulouse
76 allées Charles de Fitte
Métro A - arrêt Saint-Cyprien-République
Bus Ligne 14 et 45 - arrêt Les Abattoirs

Jeudi 15 octobre

14h-16h

L'art dans le lieu de soin

Clinique Castelvieu - Emeis



Conférence débat

Sabrina Perrin, art-thérapeute, a toujours peint, dessiné, créé. Aujourd'hui, elle propose des médiations art-thérapeutiques aux patients dans leur parcours de soin. Ce moyen d'expression est un moteur de transformation.

Que permettent l'art et la créativité dans le lieu de soin ? Nathalie Aoustin, bibliothécaire et auteure, est passionnée par les arts et l'écriture. À Castelvieu, elle anime des ateliers d'écriture. Les patients, autour de textes, poèmes, peintures et photographies sont invités à écrire en atelier. C'est une façon, avec l'art, d'être en décalé du soin, et ainsi de se réapproprier son récit : entre création et révélation ? Ces deux intervenantes vous proposent d'échanger sur ces thèmes.

Intervenantes : Sabrina Perrin, art-thérapeute et Nathalie Aoustin, bibliothécaire et auteure - clinique Castelvieu-Emeis

Café & Co, tiers-lieu inclusif

41 rue de Soupetard



Jeudi 15 octobre

15h30-17h

Du livre à la scène



Rencontre



Le livre « Présence » est un témoignage d'une vie avec la bipolarité. Ce sont les premiers pas d'une adaptation de l'ouvrage en pièce de théâtre. Le public est invité à rencontrer l'autrice, les comédiennes et le metteur en scène lors de ce temps.

Autrice et interprétation :

Claire Hébert-Benharrat

Metteur en scène : Nicolas Pichot

Interprétation : Marielle Baus,
Natacha Rabër.

Centre Culturel Alban Minville

1 place Martin Luther King

Métro A – arrêt Bellefontaine

Bus 14 – arrêt Bellefontaine

Voiture : parking en face du Centre culturel

Jeudi 15 octobre

18h30- 19h30

Yoga adapté



Atelier collectif



Pratiquer le yoga au cœur d'un musée, c'est vivre autrement la rencontre avec les arts. Dans le cadre exceptionnel du musée des Augustins, cet atelier de yoga adapté propose un moment de détente, de respiration et de recentrage, accessible à tous.

→ **Réservation obligatoire :** <https://billetterie.musee-augustins.toulouse.fr>

Musée des Augustins

21 rue de Metz

Métro A – arrêt Esquirol

Jeudi 15 octobre

20h30-22h

Bipolaire



Spectacle



© Daniel Morant

Cécile est bipolaire. Entre humour et gravité, elle se livre au public en tant que telle. Toutes les phases de sa maladie défilent à toute vitesse. Un spectacle grinçant et profond, qui permet de réaliser ce qu'est cette maladie et la violence mentale qu'elle entraîne. C'est vu de l'intérieur, ça change le regard, ça évite le pathos et le rire y est libérateur.

À partir de 12 ans

Seule en scène par : Cécile Jaquemet

Écrit par : Brice Forest

Mise en scène : Brice Forest

Bord de scène avec la participation de :
Michel Hess, Entraide Santé Mentale France.

Centre Culturel Alban Minville

1 place Martin Luther King

Métro A - arrêt Bellefontaine

Bus 14 - arrêt Bellefontaine

Voiture : parking en face du Centre culturel

Vendredi 16 octobre

14h30-15h30

Visite de l'exposition Ivresse : l'expo à consommer sans modération !



Visite guidée

Entre euphorie et intoxication, l'ivresse traverse l'histoire avec des significations multiples. Des bacchanales antiques



aux tavernes animées, des affiches de la Belle Époque aux messages de prévention, l'exposition révèle comment l'ivresse façonne les sociétés et inspire les artistes. Regards moraux, médicaux et ju-

ridiques se croisent pour raconter une histoire faite de fascination, d'interdits et de liberté. Ivresse, l'exposition à consommer sans modération... et avec curiosité !

Public adulte

→ **Réservation obligatoire :**
reservation.pauldupuy@culture.toulouse.fr

Musée des Arts Précieux Paul-Dupuy

13 rue de la Pleau

31 000 Toulouse

Métro B - arrêt Carmes

Vendredi 16 octobre

19h30-21h

Le rétablissement en santé mentale :

oui, c'est possible !



Performances artistiques

inspirantes



©Clarisse Davy

Venez découvrir des performances artistiques sensibles et inspi-

antes. Elles sont portées par des personnes qui ont traversé l'épreuve de la souffrance psychique et pour qui la création artistique a ouvert un chemin vers le rétablissement. À l'issue de chaque présentation, le public sera invité à échanger avec les artistes et à leur poser ses questions.

Mouvement improvisé : Alain Caillau

Texte, interprétation :

Claire Hébert-Benharrat

Interprétation : Marielle Baus,

Natacha Rabèr

Mise en scène : Nicolas Pichot

Série photographique : Clarisse Davy

Poèmes : Auteur et mise en scène : Félix Vailly

Slam : Sonia Suau

Soirée organisée par : Romy Breque, infirmière référente Unité Rehab jeunes adultes, clinique Beaupuy et Bernard Chavana président Guérisons PSY

Accueil à partir de 19h

Auditorium Espace Diversités et Laïcité

38 rue d'Aubuisson

Métro A - arrêt Jean-Jaurès

Samedi 17 octobre

15h-17h

De Braqueville à Marchant,



Visite patrimoniale



Avec plus de 160 ans d'histoire, le Centre Hospitalier Gérard Marchant,

toujours en activité, recèle un patrimoine architectural exceptionnel, inscrit aujourd'hui au titre des monuments historiques. L'organisation de ses espaces alliant recherches artistiques et préoccupations thérapeutiques a été élaborée par Jacques-Jean Esquié, architecte toulousain. À l'occasion des SISM, il ouvre ses portes aux plus curieux.

En partenariat avec l'Office de Tourisme de Toulouse et le Centre Hospitalier Gérard Marchant

Visite à pied

Nombre de places limité

→ **Inscription par courriel :**

infos@toulouseatout.com

ou sur le site internet :

www.toulouse-tourisme.com/agenda/de-braqueville-a-marchant-une-architecture-modele-au-service-du-soin/

ou par téléphone : 05 17 42 31 31

Rendez-vous devant l'accueil à l'entrée du site Centre hospitalier Gérard Marchant

134 route d'Espagne

Bus 11 ou 52 arrêt Marchant

Samedi 17 octobre

20h-22h

Grains - Histoire de fou

C^{ie} Mmm



Spectacle



©Nathalie Granger-Pacaud

Marie-Magdeleine débarque au GRAIN, le Groupe de Réhabilitation Après un Internement ou N'importe, préfabriqué brinquebalant où elle devra animer un stage de théâtre le temps d'une folle journée... Une farce sur la représentation de la folie et la folie de la représentation où il sera peu ou prou question de Schumann, Van Gogh, Marilyn, Batman et des troubles du comportement. « *De toute façon on nous prend déjà pour des fous, alors autant en profiter, non ?* »

De et avec Marie-Magdeleine

Avec la participation de :

Virginie Couzier, infirmière CH Marchant,
CATTG St Michel et de Michel Hess, Entraide
Santé Mentale France

Durée 1h40 - Dès 12 ans - Tarif : 3 euros
Bord de scène à l'issue de la représentation
Buvette et restauration sur place

Théâtre des Mazades - 10 avenue des Mazades
Métro B - arrêts Barrière de paris
ou Minimes Claude Nougaro

Dimanche 18 octobre

9h30- 10h15

Petits moments précieux



Visite insolite



©C'est dans l'art

Venez découvrir le musée des Arts Précieux Paul-Dupuy avec votre bébé (jusqu'à 3 ans) et partager un moment en famille ! Sofie Olleval vous accompagne pour une rencontre sensorielle, calme, ludique et originale entre vous, votre tout petit et quelques œuvres choisies. Sons, histoires et surprises sont au rendez-vous. Doudous bienvenus !

**Avec Sofie Olleval, plasticienne et
éducatrice de jeunes enfants**

De 12 mois à 3 ans

→ **Réservation obligatoire :**

reservation.pauldupuy@culture.toulouse.fr

Musée des Arts Précieux Paul-Dupuy

13 rue de la Pleau
Métro B - arrêt Carmes

Mardi 20 octobre

9h30-11h30

Gestion du stress : comprendre, bouger, réguler

Prévention santé mentale
par le mouvement et
l'intelligence collective



Atelier collectif

Atelier participatif pour comprendre le stress, repérer ses sources au quotidien et identifier ses effets sur le corps, le cerveau, les compétences cognitives, physiques, motrices et relationnelles. À travers des outils d'intelligence collective, des échanges, des exercices de respiration, des micro-pauses et des activités physiques adaptées, les participants expérimenteront des solutions concrètes pour réguler le système nerveux, préserver leur santé mentale et maintenir leur santé globale.

Intervenante : Agnélé ADJETEY,
association Moov to Learn international

→ **Renseignements et inscriptions**
05 61 25 38 28

La P'tite fabrique
29 bis avenue des Mazades



Jeudi 22 octobre

14h30-16h

Paperolles :

l'art du papier roulé



Atelier créatif



Découvrez l'art délicat des paperolles au cœur de la Chapelle de La Grave. Inspiré des motifs et des techniques visibles dans les œuvres du lieu, cet atelier vous invite à réaliser une carte en papier roulé, dans une ambiance créative et apaisante. Un moment de découverte, de concentration et d'expression, accessible à tous, pour explorer le lien entre création artistique et bien-être.

Nombre de places limité

→ **Réservation obligatoire :**
billetterie.monuments@toulouse.culture.fr

Chapelle de La Grave

23 rue du pont Saint-Pierre
Métro A - arrêt Saint-Cyprien République
Bus Linéo 14, lignes 13, 45 et 66
arrêt Saint-Cyprien République



**Lundi 19 et
mardi 20 octobre**

9h-17h30

Premiers secours en santé mentale



Formation

La formation aux Premiers Secours en Santé Mentale (PSSM) est une formation citoyenne pour améliorer la connaissance et mieux prendre en charge les troubles psychiques.

Elle aborde la dépression, les troubles anxieux, les troubles psychotiques et les troubles liés à la consommation de substances. Elle propose un plan d'action pour apprendre à aider selon la méthode AERER. Venus d'Australie, les PSSM sont déployés en France avec un objectif national de 750 000 secouristes en 2030.

L'association Solidarité Réhabilitation Occitanie (SRO), engagée dès janvier 2021 dans la diffusion des PSSM, a formé 2 000 secouristes en santé mentale en Occitanie.



**Formateur
accrédité**
Premiers Secours
en Santé Mentale

Intervenant : SRO met à disposition un des cinq formateurs accrédités par PSSM France

Les deux jours de formation sont offerts par l'association Solidarité Réhabilitation Occitanie

Tarif 30 € (coût du manuel PSSM accompagnant la formation)
paiement à effectuer via Hello Asso sur le site ou par virement sur le compte bancaire ou par chèque

Renseignements et inscriptions :
formations-occitanie@solidarite-rehabilitation.org

Communauté Municipale de Santé
2 rue Malbec
Métro A - arrêts Capitole



Expositions

11 expos, 10 lieux vous attendent dans la ville !



Comment tu te sens ?



Bienvenue dans ma tête. Cette exposition explore plusieurs facettes de mes états d'esprit : la contemplation, l'euphorie, la tristesse, la douceur, la fatigue. Parfois ça va, parfois ça ne va pas trop.

Artiste : Claire Cervantes

Du 29 septembre au 15 octobre

*Vernissage le mardi 6 octobre à 18h30
en présence de traducteurs LSF*

Centre Culturel Brique Rouge

9 rue Maria Mombiola
Métro A - arrêt Empalot



**Bien dans
sa peau,
bien dans
sa photo**

**Des images
qui prennent
soin**

Cette exposition présente les photographies réalisées par les habitants des quartiers Empalot et Bréguet-Lécrivain/Saint-Exupéry dans le cadre du projet « Bien dans sa peau, bien dans sa photo ». À travers leur regard, ils explorent chacun à leur manière la santé mentale et le bien-être avec sensibilité, créativité et poésie. Les images exposées inspirent également un spectacle de théâtre d'improvisation le 9 octobre, créant un dialogue original entre photographie, spectacle vivant et habitants.

Intervenants : Projet « Quartiers d'été »
de la Préfecture de la Haute-Garonne,
porté par l'association

Voyager en Images, animé par
la photographe Danièle Boucon,
avec les habitants des quartiers Empalot et
Bréguet-Lécrivain/Saint-Exupéry et
la troupe Melting Pot Impro

Du 3 au 18 octobre

Horaires d'ouverture de l'Astronef

Du mardi au jeudi : 12h / 00h,

Vendredi : 12h / 01h, Samedi : 18h / 01h

L'Astronef

3 place des Avions

Bus : Ligne 44

Métro ligne B - arrêts Rangueil ou Saouzelong



Empreintes créatives et Gens des fontaines

La Communauté municipale de santé met à l'honneur deux structures qui œuvrent au quotidien en faveur de la santé mentale : l'association Bon Pied Bon Œil et l'association Toutes Voiles Dehors. Partenaires de longue date de la mairie de Toulouse, ces deux associations s'engagent chaque jour pour accompagner les personnes concernées et favoriser leur bien-être, leur inclusion et le lien social.

Du 5 au 9 octobre

9h-17h

Vernissage le mercredi 7 octobre à 18h

Communauté Municipale de Santé

2 rue Malbec

Métro A - arrêt Capitole



Éclectique, au-delà du temps et de l'espace

Claire Hébert-Benharrat

30 ans de vie, avec des hauts et des bas qui laissent des traces. Une vision éclectique à découvrir, ponctuée de pages du livre de l'artiste « Présence », exposées en résonance avec les créations.

Du 5 au 30 octobre

Vernissage mercredi 7 octobre à 18h30

avec lectures d'extraits du livre

« Présence » par Claire Hébert-Benharrat et performance improvisée avec les danseuses et danseurs d'EXPERIMENTALBODY

Centre culturel Reynerie

1^{er} étage de la Maison Toulouse Services

1 place Conchita Ramos-Grangé

Métro A - arrêt Reynerie



Ensemble, l'art d'être différent

Exposition artistique autour de la thématique de la différence

Cette exposition vise à sensibiliser les enfants et leur famille à la diversité, à travers une approche artistique, sensorielle et relationnelle par le biais d'œuvres d'illustrateurs jeunesse, tout en favorisant le lien parent enfant par une expérience culturelle partagée. L'idée est à la fois de favoriser la découverte sensorielle et culturelle chez les enfants de zéro à six ans, de renforcer les liens familiaux et interprofessionnels dans un cadre bienveillant et valoriser la diversité des représentations et des émotions à travers l'art.

Différentes activités sont proposées : fresque collective et jeux autour des langues et origines, installation sensorielle pour les tout-petits...

Du 5 au 30 octobre

Les mardis et les mercredis de 8h45 à 12h15

LAEP Cartoucherie

3 rue du Lieutenant Guy Dedieu
Bus L2 - arrêt Grande-Bretagne
Tramway T1 arrêt Cartoucherie



Coup du sort !

Claire l'Éclair, artiste en herbe, met en lumière des portraits de personnages réels et fictifs. À travers des couleurs flamboyantes. Chaque œuvre révèle la richesse des relations humaines : les liens amoureux, les amitiés sincères et les attaches familiales.

Entre réalité et imagination, chaque portrait raconte une histoire, où les émotions prennent vie, grâce à la force des couleurs et de la lumière. L'art est un vecteur d'expression artistique, de bien-être mental. Découvrez l'esquisse artistique de Claire l'Éclair et rejoignez-nous pour un vernissage / temps d'échange le vendredi 9 octobre à 18h30.

Artiste : Claire l'Éclair

Du 5 au 18 octobre

pendant les horaires d'ouverture
du centre social

Vernissage le vendredi 9 octobre à 18h30

Centre social Rangueil

19 rue Claude Forbin
Métro B - arrêt Rangueil



Avec la Nature pour Toile

Land Art

Nous vous proposons une balade créative à la croisée de la photographie et de la poésie, imaginée et réalisée par les personnes accueillies aux CATTG des Arènes et de Saint-Michel, structures ambulatoires de l'Hôpital Marchant.

Le Land'Art invite chacun à ralentir, à observer autrement, à se reconnecter au Vivant, en créant des œuvres collectives à partir d'éléments glanés dans la nature.

Cette pratique favorise l'expression des émotions, renforce la confiance en soi et le lien à l'autre, dans un esprit de convivialité et de créativité. La mise en lumière par Felix permet aux œuvres éphémères, créées par les patients, de laisser une empreinte durable prolongeant la beauté de l'instant.

Artistes : CATTG Arènes, CATTG Saint-Michel

Du 6 au 18 octobre

de 9h à 22h

Vernissage le jeudi 8 octobre à 14h

Les Halles de la Transition

46 rue de Bayard

Métro B - arrêt Jeanne d'Arc

Métro A - arrêt Marengo SNCF



Poésie Colorée

De l'intime à la matière

Un regard, un motif, une fleur, un oiseau... Une poésie intime apparaît et s'inscrit dans la matière.

Peintures, dessins, modelages, mots, nous plongent dans la magie de l'instant. Cette exposition est une invitation à s'émerveiller de la différence, à se laisser surprendre par la diversité d'appréhension et de restitution d'un même réel, à opérer un décentrement.

Artistes : Association DOMINO

Du 10 octobre au 21 novembre

Vernissage théâtralisé le jeudi 15 octobre à 18h30 en présence des artistes

Centre Culturel Alban Minville

1 place Martin Luther King

Métro A - arrêt Bellefontaine - Bus 14



Expose ton mood

Exposition des œuvres des adolescents

Venez découvrir les émotions, les ressentis, les pensées d'adolescents au travers de leurs productions, dessins peintures, œuvres écrites, maux de l'âge...

Artistes : les jeunes accompagnés
par la MDA

Du 12 au 16 octobre
de 14h à 16h, excepté le jeudi

Maison Départementale des Adolescents
16 rue Riquet
Métro B - arrêt Francois Verdier
Bus 1, 8, 9, 27



Du soin à la matière

La Communauté Municipale de Santé accueille les œuvres d'usagers et de patients pour raconter les vécus, les histoires et les regards de chacun. Mots, photos, peintures, collages et autres créations seront supports à échanger et dessiner autrement les préjugés sur la santé mentale.

Avec les associations GEM Bi-Pôles 31, Les Mots Bleus, Bon Pied Bon Oeil, No'Mad, Toutes Voiles Dehors, APRES, l'EPNAK, l'Hôpital de jour Clinique de Montberon, Rachida Yahoui et Claire Hébert-Benharrat

Du 12 au 23 octobre 9h-17h

Vernissage le mardi 13 octobre 16h30

Communauté Municipale de Santé
2 rue Malbec
Métro A - arrêt Capitole



Santé mentale :

ouvrons-nous aux arts

Une exposition, trois angles. Où les expérimentations plastiques et émotionnelles entretiennent un rapport avec la résilience. Patients actuels ou anciens patients, devenus artistes, pairs aidants ou simplement découvreurs d'art pour mieux être au monde... Ainsi trois propositions différentes jalonnent l'exposition : "Patricia" par Clarisse Davy, "Éclectique, au-delà du temps et de l'espace" par Claire Hébert-Benharrat, et les travaux des patients des ateliers de l'association Route Nouvelle avec Charlotte Beseme.

Du 14 octobre au 31 décembre
(photographie, arts graphiques, textes)

*Vernissage le mercredi 14 octobre
à partir de 18h30 (jusqu'à 20h30)*

Centre culturel Henri-Desbals
128 rue Henri-Desbals
Métro A / Bus ligne 13 arrêt Bagatelle

Partenaires

Mairie de Toulouse

www.toulouse.fr

Centre Hospitalier Gérard Marchant

www.ch-marchant.fr

Centre Hospitalier Universitaire de Toulouse

www.chu-toulouse.fr

Agence Régionale de Santé d'Occitanie

www.occitanie.ars.sante.fr/

Maison départementale des adolescents

www.haute-garonne.fr/la-maison-departementale-des-adolescents-md

UNAFAM – Union Nationale des Familles et amis de personnes malades et/ou handicapées psychiques

www.unafam.org/haute-garonne

Association Toutes Voiles Dehors

toutesvoilesdehors@gmail.com

Association Bi-Pôles 31 (GEM*)

www.bipoles31.fr

Association Les Mots bleus (GEM*)

www.gemlesmotsbleus.fr

Association Bon Pied Bon Oeil (GEM*)

bonpiedbonoeil@orange.fr

Association No'Mad (GEM*)

nomad31@orange.fr

Association Microsilons (GEM*)

microsilons.free.fr

Association Revivre France

www.revivre-france.org

Association Domino

www.associationdomino.org

Association Guérison Psy

guerisons.psy@gmail.com

L'Amandier

www.amandier.net

Association Anorexie Boulimie Occitanie Pyrénées-Méditerranée

www.aboccitanie.fr

Association Trame d'Art

www.tramedart.com

Association Santé Mentale France

santementalefrance.fr

APSOc Association pour la prévention du suicide en Occitanie

apsoc.asso@gmail.com

Association la Fabrique Solidaire des Minimes

www.lafabriquesolidaire.org

Association Solidarité Réhabilitation Occitanie

solidarite-rehabilitationoccitanie.org/

Etablissement de Santé Mentale de Toulouse Vyy3 (anciennement MGEN)

terresdoc.vyv3.fr/

Ramsay clinique de Beaupuy

ramsaysante.com

Clinique Castelvieu, EMEIS

www.emeis.fr

Clinique de Montberon

www.cliniquemontberon.fr/

Clinique d'Aufrery

<https://clinique-aufrery.com/>

EXPERIMENTALBODY

contact@experimentalbody.org

CeSaMe de l'ENIPSE

cesame.occitanie@enipse.fr

www.enipse.fr/

Association Nightline

www.nightline.fr/toulouse

ARSEAA Pôle Guidance Infantile

www.arseaa.org/pole/poleguidance-infantile-secteur-psychiatrieinfanto-juvenile-ndegiii

CAPPS 31 Centre d'accompagnement des proches et de prévention des troubles psychiques émergents

capps31.poleguidance@arseaa.org

Association pour la réinsertion sociale (APRES)

www.apres.asso.fr

Association Route Nouvelle

www.routenouvelle.fr

Association UNICEF

www.unicef.fr

ASEI

www.asei.asso.fr

ADOMA CDC Habitat

www.adoma.cdc-habitat.fr/

Maison des droits des enfants et des jeunes

www.mdej.org

Café and Co

www.cafeandco-toulouse.fr

UCRM

ucrm.fr/

COMUE (Communauté d'Universités et d'Établissements de Toulouse) : avec La Turbine et le SSE (Service de santé étudiante)

welcomedesk.univ-toulouse.fr/

ESPO/ESRP-EPNAK Toulouse (Établissement et Service de PréOrientation/Établissement et Service de Réadaptation)

epnak.org

ART EXPLORA délégation territoriale Toulouse

www.artexplora.org/

Art-Thérapie Occ

association-arttherapia.occ@gmail.com

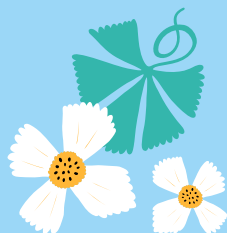
Fédération Régionale de Recherche en Psychiatrie et santé mentale Occitanie (FERREPSY)

www.ferrepsy.fr

Association Hypersens

<https://www.asso-hypersens.com/>

* GEM : Groupe d'Entraide Mutuelle



semaines-sante-mentale.fr
metropole.toulouse.fr
ch-marchant.fr

Avec le soutien financier de

