

Santé mentale : "Ouvrons-nous aux arts"

DU 02
AU 16
OCT - 2026



Sism
Semaines d'information
sur la santé mentale

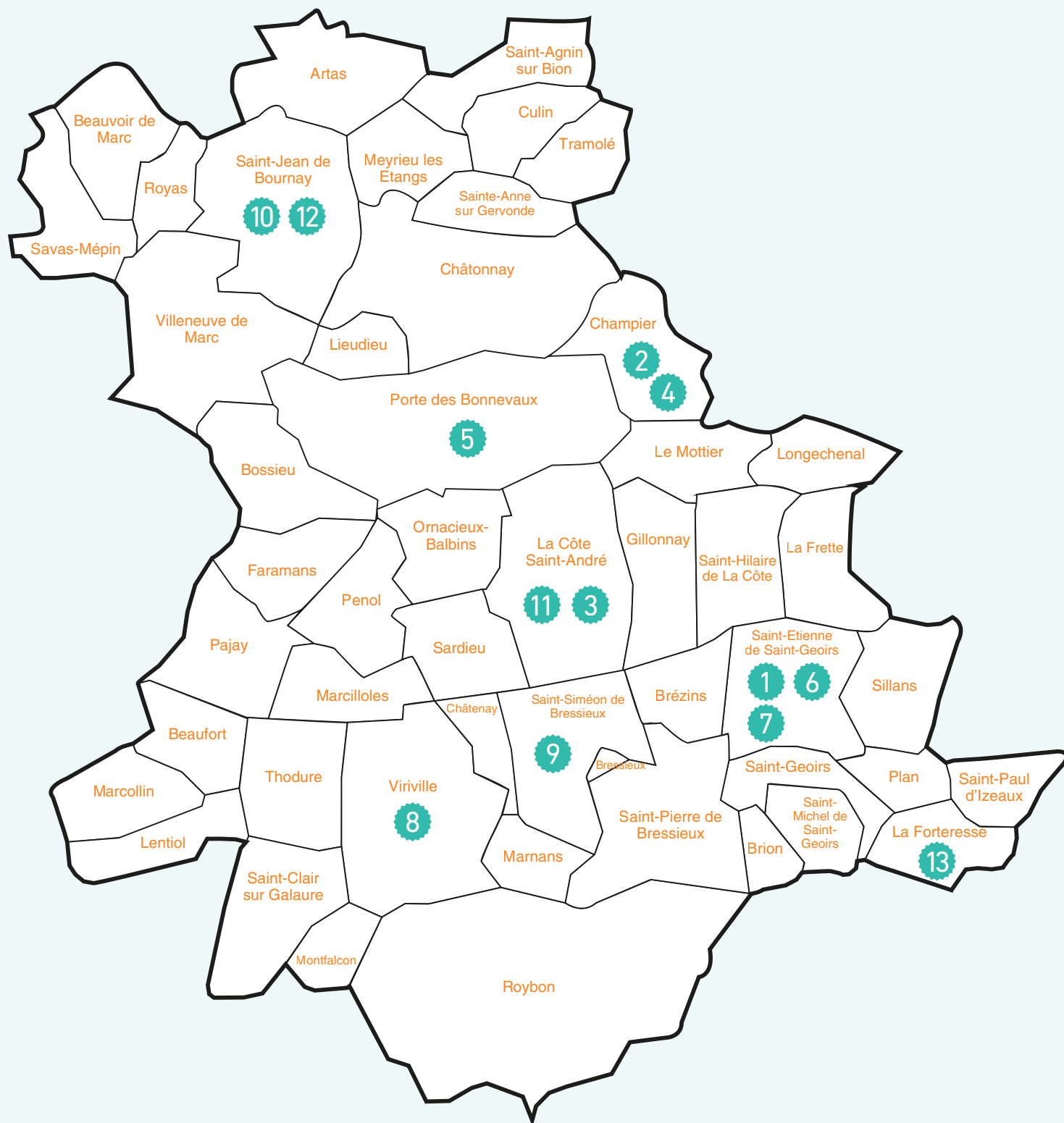
SANTÉ MENTALE

Parlons-en !

Au programme : spectacles, ateliers, conférences, art-thérapie, balade...

GRATUIT
OUVERT
À TOUS

Retrouvez sur la carte les différentes animations
programmées sur le territoire lors des Semaines
d'information sur la santé mentale :



LE PROGRAMME

1 *Spectacle Fabul (eux)*

Une étrange réunion se tient chez Corbeau.

Les invités — Renard, Cigale, Fourmi, Loup et Agneau — répondent à la convocation du mystérieux Professeur Lafontaine. Les conversations débutent, les tensions montent, les masques tombent. À travers leurs échanges, se dessinent six portraits d'âmes humaines en lutte avec elles-mêmes et avec les autres.

Spectacle de sensibilisation à la santé mentale avec des temps de médiation interactifs proposés par une psychologue.

À partir de 12 ans.

Vendredi 2 octobre - 18h

Visite des jardins à partir de 18h

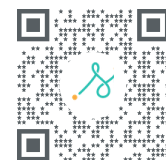
Spectacle à partir de 19h

📍 *EAM Les 4 Jardins*
12 route de la Forteresse,
à Saint-Étienne de Saint-Geoirs

Intervenant :

Collectif La Grosse Clique

INSCRIPTION



2 *Santé mentale et créativité : rencontre et découverte de l'art-thérapie*

Le "Café blabla" : c'est quoi l'art-thérapie ? - de 9h à 10h30 : venez poser vos questions à une art-thérapeute, prendre des renseignements et déconstruire les préjugés sur la santé mentale autour d'un café offert.

L'atelier découverte - de 10h30 à 12h :

Un temps de découverte pratique en petit groupe pour expérimenter le lâcher-prise, le processus créatif. Animé par une art-thérapeute, cet atelier offre un cadre sécurisant et confidentiel pour s'essayer à la matière en toute simplicité. (Aucun prérequis ou talent artistique ne sont nécessaires !).

Uniquement sur inscription auprès de Céline CARRET LEMBLIN
au 06 34 60 93 41 ou art-therapie-ccl.fr/sism-2026

Samedi 3 octobre - de 9h à 12h

📍 *70 Montée du Brochet à Champier*

Intervenants :

Céline CARRET LEMBLIN, Art-thérapeute et
CCAS de Champier

3 *Osez bouger, les journées sport et santé*

Venez découvrir et tester les différentes activités sportives disponibles sur le territoire.

Samedi 3 et dimanche 4 octobre à partir de 9h

📍 *Gymnase Coubertin et Aqualib'
à La Côte Saint-André*

4 *Mosaïque de nos paysages intérieurs : la fresque collective intergénérationnelle*

Un temps fort citoyen pour déconstruire les préjugés sur la santé mentale et normaliser le fait de prendre soin de sa tête.

Phase de création :

Sur ses horaires d'ouverture, la bibliothèque de Champier vous accueille avec un coin création en libre accès. Choisissez votre carré, créez et déposez votre production dans la boîte dédiée.

Temps fort d'assemblage :

Toutes ces productions se croisent et s'assemblent en direct pour former une œuvre murale commune et solidaire. L'œuvre finale aura ensuite vocation à être exposée de manière itinérante sur le territoire de Bièvre Isère.

La phase de création du 28/09 au 06/10

📍 *Bibliothèque municipale à Champier*

Le temps fort d'assemblage le 06/10 - de 13h à 17h

📍 *Salle des fêtes à Champier*

Intervenants :

Céline CARRET LEMBLIN, Art-thérapeute avec
le CCAS de Champier

5 *Quand les arts rencontrent la nature pour renforcer notre santé*

Profitons d'une déambulation entre chansons et réalisations artistiques pour découvrir la biodiversité du massif des Bonnevaux autour du site du Grand Albert.

Réservation obligatoire, 15 personnes maximum, à partir de 6 ans accompagné par un adulte.

Inscription : animation@bievre-liers-environnement.fr

Samedi 3 octobre - de 14h à 16h

📍 *Lieu précisé au moment de l'inscription*

Intervenant :

Bièvre Liers Environnement



6 Arts graphiques avec la ludothèque

La ludothèque de Bièvre Isère vous accueille en accès libre pour un moment de partage et de convivialité autour du jeu.

Initiation avec une art-thérapeute de l'association San'Arts (dessin, craies, écriture...).

Atelier individuel ou collectif, au choix.

Mercredi 7 octobre - 10h-12h et 14h-18h

📍 Espace Jean Doucet à
Saint-Étienne de Saint-Geoirs

Intervenant :

San'Arts

7 Créer, entreprendre et s'épanouir : l'art de prendre soin de sa santé au travail

Mimosa & Co propose une journée dédiée à la santé au travail des professionnels du territoire.

Ateliers sur inscription à 11h, 14h et 17h30.

Portes ouvertes tout au long de la journée.

Jeudi 8 octobre - de 8h à 20h

📍 19 Chemin de Morchamp à
Saint-Étienne de Saint-Geoirs

Intervenant :

Mimosa & Co

INFORMATIONS
& INSCRIPTION



8 Tant qu'il fera du bruit

Sept mois après son burn-out, Mira aspire à retrouver sa vie d'avant. Mais un événement vient tout bouleverser, le diagnostic de son TDAH. Face à cette révélation, Mira doit choisir : s'accrocher à sa vie passée ou accepter de se découvrir vraiment.

Vendredi 9 octobre - 19h

📍 Salle du Pont Neuf,
80 route de Thodure à Viriville

Intervenant :

Compagnie Les Eclaireuses

INSCRIPTION



9 Conférence des enfants curieux

Conférence participative où les enfants peuvent poser toutes les questions qu'ils souhaitent, sans thème imposé. Les adultes sont présents mais s'engagent à ne pas intervenir. La conférence est animée de manière à garantir un cadre sécurisant.

Réservation conseillée.

Samedi 10 octobre - de 10h à 11h30

📍 Médiathèque à
Saint-Siméon de Bressieux

Intervenant :

Ludivine Grangé, psychologue

INSCRIPTION



10 *La parenthèse Co-Libree 38*

Une journée d'atelier et de découverte bien-être en continu (musique, café-parent, art-thérapie, relaxation, médiation sportive, api-thérapie et fleur de bach, socio-coiffure). Restauration sucrée sur place.

Samedi 10 octobre - de 15h à 20h

📍 *Salle omnisports à Saint-Jean de Bournay*

Intervenant :

Co-libree 38

11 *TSA et TDAH, mieux comprendre pour mieux accompagner*

Nous vous proposons une conférence ouverte à tous pour apprendre à repérer les premiers signes des troubles du neurodéveloppement, en particulier de l'autisme et du TDAH. Savoir quand demander conseil et découvrir comment, à son échelle, chacun peut soutenir un enfant dans son développement et son épanouissement.

Mardi 13 octobre - de 19h30 à 21h30

📍 *Château Louis XI à La Côte Saint-André*

Intervenant :

Suzanne Langrand, pédopsychiatre

INSCRIPTION



12 *Cosmos mental et ludothèque*

La ludothèque de Bièvre Isère vous accueille en accès libre pour un moment de partage et de convivialité autour du jeu. Dans le cadre des SISM, venez découvrir et jouer autour du Cosmos mental.

Mercredi 14 octobre - 10h-12h et 14h-18h

📍 *Maison de l'intercommunalité à Saint-Jean de Bournay*

Intervenant :

Maia Chamolt, Change et vous



13 Spectacle *Lonely Sweety*

Dans le cadre du **Festival des Arts en Herbe**.

Sweety c'est la star des réseaux, l'impératrice des vlogs, la Queen des influenceuses. Sweety est prête à tout pour ses abonnés et surtout leurs pouces levés. Alors elle fait des vidéos où elle vend des objets connectés et fait du yoga enroulée dans du cellophane, pour diminuer son IMC. Mais entre bodyshaming et crise de boulimie, sa vie idéalisée vacille.

Lonely Sweety explore avec humour noir et sensibilité le lien entre réseaux sociaux et troubles de l'image corporelle. Un seul en scène lucide, drôle et profondément humain.

Tout public (conseillé à partir de 10 ans), 55 min

Jeudi 15 octobre - 18h30

📍 *Salle des fêtes à La Forteresse*

Intervenant :

Compagnie La Dérueillée





Bièvre isère
communauté

Renseignements :

Direction Famille Solidarités

☎ 04 74 20 88 71

✉ sante@bievre-isere.com
www.bievre-isere.com

Bièvre Isère Communauté et tous ses partenaires organisent et coordonnent ce programme

