

Programmation santé & art



SISM 2026 : du 5 au 18 octobre 2026, pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ! #

Les **Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)** s'invitent pour la première fois sur le territoire des Terres du Lauragais.

Pendant deux semaines, 16 rendez-vous gratuits vous sont proposées près de chez vous !

- **#Terre & Souffle** Prenez un temps pour vous grâce à un atelier mêlant création en pleine conscience, céramique et sophrologie.
- **#Exposition de poèmes de Hugo Thurin Poueyto** Découvrez la santé mentale à travers les mots, la poésie et la création artistique.
- **#Voyage sensoriel de la toile aux neurones !** Explorez les liens entre art, cerveau et bien-être lors d'une conférence accessible à toutes et tous.
- **#Comment ça va... Dis-moi !** Participez à un débat mouvant pour échanger autrement autour de la santé mentale et de nos représentations.
- **#Comment ça va... Vraiment ?** Assistez à un spectacle participatif mêlant théâtre, danse et échanges avec le public.

Et bien d'autres rendez-vous à découvrir dans le programme !

#Pensez à réserver : Les places sont limitées. Les expositions sont en accès libre.

Cliquez ici pour prévisualiser le programme