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, 18 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.

Découvrez le programme complet ci-dessous

Téléchargez le programme à imprimer ici