

Semaine de la santé mentale 2026 du 12 au 16 Octobre 2026

Date	Lieu	Horaires	Nb de pers.	Action	Intervenant		
					Confirmé		
Lun. 12	Salle multisports	14h à 15h30 Sur inscription	10 max	Bilan physique et motivationnel (quels sont mes besoins et mes motivations) -Méditation corporelle	x	Tiffanie Bernier	
Mar. 13	Ecole artistique	10h30 à 11h30 Sur inscription	8 max	Musicothérapie	x	Marie Burbaud*	
	Musée	14h à 16h Sur inscription	8 max	Art thérapie : « peindre des deux mains ou dessin bilatéral »	x	Céline JUES	
	Médiathèque	18h (Infos au 06 38 54 48 84)		Atelier découverte « Quand les mots créent du lien » animé par une facilitatrice en communication non violente. Ouvert aux parents, enfants bienvenus.	x	Isabelle FAVARO avec le Grain de Sable	
Mer. 14	Marché couvert	10h – 13h Libre		Stands d'information + 11h Pièce de théâtre : « Spam dans ta tête » avec la compagnie La Parataxe + expo dessins lycéens	x x x x x x	- UNAFAM - Equipe de réhabilitation (Digne) - CMP - Espoir aidant - Musicothérapeute* - A.P.A.* - CIDFF - CODES (documentation) - C.P.T.S. - Sport Santé Ubye - Psychologues - Psychiatre - Art thérapeute - PAEJP	
Jeu. 15	Lycée	Matin Après midi (Classes de terminales)	11/12 élèves par atelier	Fresque sur la santé mentale- 2 ateliers	x	Association Night Line	
	Ecole artistique	10h30 - 11h30 Sur inscription	8 max	Musicothérapie	x	Marie BURBAUD	
Ven. 16	Lycée	Matin Après midi (Classes de terminales)	11/12 élèves par atelier	Fresque sur la santé mentale – 2 ateliers	X	Association Night Line	
	Mairie (pour rendez-vous)	10h à 12h + pique nique Sur inscription	12/15 max	Petite randonnée sport santé	x	Lucile Bechetoille	
	Médiathèque	17h Libre		Projection et débat autour du film « La vie de ma mère »		Animé par la psychiatre Delphine TERRIER	