



Sism

Semaines d'information
sur la santé mentale

GRATUIT



du 5 au 18 octobre 2026



www.semaines-sante-mentale.fr



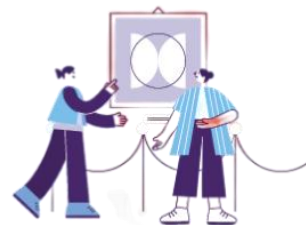
Expos, ateliers, ciné-débats Venez vous informer sur la santé mentale

Hauts-de-Bienne et Saint-Claude A partir du 5 octobre



EXPO - Du 7 au 18 octobre

Médiathèque de Saint-Claude et de Morez



Exposition d'œuvres sur la thématique

« Salut, comment vas-tu ? » / réalisées par des Haut-Jurassiens

Entrée libre sur les horaires d'ouverture des médiathèques.

PEINTURE MURALE- Du 5 au 18 octobre

La Frémille - 12 Montée Saint-Romain, Saint-Claude

Réalisée par le Foyer de vie de la résidence du Parc (Juralliance),
accompagné de Camille Gris, art-thérapeute.



Semaine du 5 au 11 octobre

- **Inauguration de l'exposition « Salut, comment vas-tu ? »**

Mercredi 7 octobre à 14h

À la Médiathèque le Dôme, **Saint-Claude** – en présence des partenaires

- **Ciné-débat à la Fraternelle : « Soyons fous »**

Mercredi 7 octobre à 19h / avec l'équipe du film

À La Fraternelle, **Saint-Claude**



- **Journée bien-être parental et familial**

Samedi 10 octobre de 10h à 15h

Espace Lamartine à **Morez** / Stands, spectacles, restauration...

Infos auprès du Pôle Cohésion et Education de Morez – 03 84 33 74 89

Dans le cadre de
l'Automne départemental
de la parentalité

Semaine du 12 au 18 octobre



- **Exposition « L'art de prendre soin »**

Du 12 au 16 octobre – à l'Hôtel de Ville de **Morez**

12/10 à 9h30 : échange avec les équipes du Centre Médico-Psychologique

13/10 à 17h30 : inauguration officielle

- **Ciné-débat : « À plein temps »**

d'Éric Gravel avec Laure Calamy

Mardi 13 octobre à 18h30

Animé par une professionnelle de santé / À la médiathèque de **Morez**



- **Temps d'échange autour de l'expo**

« *Salut, comment vas-tu ?* »

Mercredi 14 octobre à partir de 14h

À la Médiathèque le Dôme, **Saint-Claude** / en présence des partenaires

- **Portes ouvertes du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM)**

Vendredi 16 octobre de 14h à 17h

21 rue Henri Ponard **Saint-Claude**

Fresque participative avec l'artiste Émilie Renaud pour les 20 ans du GEM



- **Ateliers musicaux (éveil musical 0/6 ans, sieste musicale adultes) et stand papote sur le répit parental**

Samedi 17 octobre de 10h30 à 13h15

À la Médiathèque le Dôme, **Saint-Claude**

Infos et inscriptions auprès de l'Espace Mosaïque - 03 84 45 22 97



- **Atelier de muséothérapie**

Avec Jean-Christophe Léonard, art-thérapeute

Samedi 17 octobre de 14h30 à 16h30

Au musée de l'Abbaye à **Saint-Claude**

Infos et inscriptions auprès du musée - 03 84 38 12 60

Pour aller plus loin

- **Avec le CCAS de Saint-Claude et la Mutualité Française**

Cycle de relaxologie « *Du stress en moins, des bienfaits en +* »

Les lundis 28 septembre, 5 octobre, 12 octobre, 19 octobre, et 2 novembre, de 14h à 16h. Ouvert aux personnes de 60 ans et plus résidant à Saint-Claude.

Infos et inscriptions auprès du CCAS de Saint-Claude – 03 84 41 42 52

- **Avec le CSAPA Oppelia Passerelle 39** (*Centre de soin, d'accompagnement, de prévention en addictologie*)

L'antenne de Saint-Claude a organisé 2 activités pour ses bénéficiaires :

Visite du musée de l'Art brut de Lausanne - le 08 septembre

Atelier avec l'Association des arts plastiques du Haut-Jura - le 15 septembre

Toutes et tous concerné-e-s par la santé mentale

La santé mentale fait partie de notre santé globale.

Elle influence nos pensées, nos émotions et nos comportements au quotidien.

Comme la santé physique, elle évolue tout au long de la vie et mérite d'être préservée.



Qu'est ce que les SISM ?

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont un événement annuel qui sensibilise le public à la santé mentale.

Grâce à diverses activités, elles favorisent les échanges, luttent contre les idées reçues et font connaître les ressources et les acteurs locaux.

Prévenir et promouvoir la santé dans le Haut-Jura

Cet événement s'inscrit dans le cadre du **Contrat Local de Santé (CLS)** du Haut-Jura, porté par le **Parc naturel régional du Haut-Jura**. En partenariat avec les acteurs locaux, le CLS mène des actions de prévention et de promotion de la santé pour améliorer le bien-être des habitants du Pays du Haut-Jura*, notamment autour de la prévention, l'accès aux soins, la santé mentale, la santé des jeunes, le développement de l'activité physique, mais aussi la santé environnementale.

En savoir plus sur le CLS du Pays du Haut-Jura*

*Communautés de communes de Haut-Jura Arcade, Haut-Jura Saint Claude, La Grandvallière et la Station des Rousses

