



Sism.
Semaines d'information
sur la santé mentale



23 sept. au 18 oct. 2026

Angers et ses alentours

Programme sur www.angers.fr/sism

**Rencontres, ciné-débat, animations, expositions,
portes ouvertes, village santé mentale...**



ANGERS 2001



cesame

anjou





LES RENDEZ-VOUS

Du 23 septembre au 18 octobre 2026



Numéro carte	Date	Lieu	Catégorie	Événement	Gratuit / payant	Plus d'infos page
1	23 septembre au 11 octobre	L'Artpothicaire Angers	Exposition	Paysages Intérieurs	Gratuit	4
2	3 octobre	CESAME Sainte-Gemmes-sur-Loire	Rencontres	Ça bouge au CESAME	Gratuit	4
	5 au 16 octobre	Radio G - 101.5 FM	À écouter	Podcasts	Gratuit	4
3	5 octobre	400 Coups - Angers	Ciné-débat	Les Rêveurs	Payant	5
4, 5 & 6	6 au 17 octobre	Bibliothèques Annie-Fratellini, Belle-Beille et la Roseraie Angers	Découverte	S'informer par la lecture	Accès gratuit, emprunt sous conditions	5
5	6 au 17 octobre	Bibliothèque de Belle-Beille - Angers	Exposition	Belle-Beille m'anime	Gratuit	6
7	6 octobre	Cité des associations Angers	Portes ouvertes	OxyGem	Gratuit	5
8	6 octobre	Wheat - Angers	Rencontres	L'art pour accompagner la parentalité	Gratuit	6
9	7 & 13 octobre	Collégiale Saint-Martin - Angers	Animation	Sieste méditative	Gratuit	6
10	8 octobre	Le J - Angers	Animation	Game dating	Gratuit	7
11	8 octobre	Chabada - Angers	Atelier musical	Soirée résonance	Gratuit	7
12	9 octobre	Jard'In Zur Saint-Barthélemy-d'Anjou	Exposition	Lueurs Ailleurs	Gratuit	7
13	9 octobre	UCO - Angers	Musique	Chorales «musiques de films»	Gratuit	8
4	10 octobre	Bibliothèque Annie-Fratellini Angers	Rencontres	Café littéraire	Gratuit	8



Numéro carte	Date	Lieu	Catégorie	Événement	Gratuit / payant	Plus d'infos page
14	10 octobre	Maison de quartier l'Archipel - Angers	Danse-thérapie	L'art pour accompagner la parentalité	Gratuit	8
5	10 octobre	Bibliothèque de Belle-Beille - Angers	Animation	Atelier tissage	Gratuit	9
15	11 octobre	Digital Village Angers	Musique	La Fabrique Musicale Angevine s'engage	Gratuit	9
16	12 au 16 octobre	Le Qu4tre - Angers	Spectacle	Nuances	Gratuit	9
17	14 octobre	Esplanade Cœur-de-Maine - Angers	Rencontres	Village Pour notre santé mentale, cultivons l'art	Gratuit	10
18	14 octobre	Plaine Saint-Serge Angers	Animation	Décloisonnons les murs	Gratuit	10
19	14 octobre	Repaire Urbain Angers	Visite	Du visible à l'invisible : la sculpture et les décors dans la ville	Gratuit	11
20	15 octobre	Musée Jean-Lurçat et de la Tapisserie Contemporaine Angers	Animation	Atelier tissage	Payant	11
21	16 octobre	Galerie David d'Angers - Angers	Animation	Atelier modelage	Payant	11
22	16 octobre	Cinéma Saint-Charles Ingrandes-le-Fresne-sur-Loire	Ciné-débat	<i>Les Esprits Libres</i>	Payant	12
23	16 octobre	Auditorium Julien Gracq Mauges-sur-Loire	Spectacle	<i>Et vous, comment ça va ?</i>	Gratuit	12
24	17 octobre	Musée des Beaux-Arts Angers	Animation	Balade sophrologique	Payant	13
25	17 octobre	Théâtre de l'Avant-Scène - Trélazé	Spectacle	<i>Le Chant Végétal</i>	Gratuit	13
24	18 octobre	Musée des Beaux-Arts Angers	Animation	Immersion hypnotique	Payant	13



Programme des **SISM 49**

1

EXPOSITION *Paysages Intérieurs*

Du mercredi 23 septembre au dimanche 11 octobre

*Du mardi au samedi de 10h à 19h
Dimanche 3 octobre de 10h à 17h*

L'Artpothicaire
2, place Sainte-Croix,
Angers

À partir d'un motif commun, les participants des ateliers d'expression artistique de l'hôpital de jour l'Arantèle du CESAME ont laissé libre cours à leur imagination. Chaque création révèle une interprétation unique, parfois prolongée par l'écriture. Elles invitent à découvrir la richesse des regards et la singularité des parcours artistiques.

Prolongeant cette aventure créative, les musiciens Chahu et Anna Bozovic (association Musique brute) ont composé une création musicale inspirée de plusieurs œuvres exposées. À découvrir lors du vernissage le 7 octobre.

Vernissage et soirée musicale : mercredi 7 octobre à 18h

Accès libre et gratuit

2

RENCONTRES *Ça bouge au CESAME*

Samedi 3 octobre de 14h à 18h | **CESAME**, rue de Bel-Air, Sainte-Gemmes-sur-Loire

Une journée conviviale et ouverte à tous pour découvrir un centre hospitalier spécialisé en santé mentale autrement et sensibiliser le public à cette thématique grâce à des animations favorisant l'ouverture sur les arts : visite des ateliers d'artiste et du musée, visite du parc avec *Salade CESAME*, exposition et découverte du *urbansketching*, initiation à la danse contemporaine, projection de film *Flop*, concert...

Un point d'information est proposé pour s'orienter sur le site et échanger avec des professionnels de santé et des associations d'usagers en santé mentale.

Accès libre et gratuit



À ÉCOUTER *Podcasts Radio G*

Du lundi 5 au vendredi 16 octobre de 18h10 à 19h | **Radio G 101.5 FM**

Diffusion de 8 podcasts créés par les étudiants en travail social de l'Association régionale du Réseau des Instituts de Formation en Travail Social (ARIFTS) autour de l'art et de la santé mentale. Chaque podcast sera l'occasion de découvrir un art et ses bienfaits pour la santé mentale, que ce soit du point de vue des personnes concernées ou des artistes.

Ces podcasts seront également accessibles sur radio-g.fr.

Gratuit



3

CINÉ-DÉBAT *Les Rêveurs***Lundi 5 octobre** 20 h | **Cinéma les 400 Coups**, 2, rue Jeanne-Moreau, Angers

Projection du film *Les Rêveurs* réalisé en 2025 par I. Carré. Élisabeth, comédienne, anime des ateliers d'écriture à l'hôpital Necker avec des adolescents en grande détresse psychologique. À leur contact, elle replonge dans sa propre histoire : son internement à 14 ans. Peu à peu, les souvenirs refont surface. Et avec eux, la découverte du théâtre, qui un jour l'a sauvée.

Projection suivie d'un temps d'échanges avec le Dr A. Jacquot, pédopsychiatre au CESAME et L. Mathieu, de l'association Cinéma Parlant.

8,9 € tarif plein / 7,3 € tarif réduit.

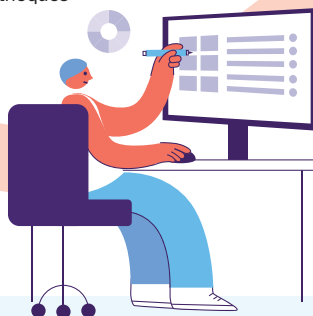
Billetterie du cinéma Les 400 Coups, sur place ou en ligne : les400coups.org

4, 5, 6

DÉCOUVERTE *S'informer par la lecture***Du mardi 6 au samedi 17 octobre** Horaires d'ouverture des bibliothèquesBibliothèques Annie-Fratellini,
Belle-Beille et la Roseraie

Durant les SISM, les 3 bibliothèques municipales vous proposent de l'information sur la santé mentale et une sélection de livres pour le bien-être des petits et des grands.

Accès libre et gratuit, emprunt possible selon conditions des bibliothèques



7

PORTES OUVERTES *OxyGEM***Mardi 6 octobre** de 14h30 à 17h30 | **Cité des Associations**, 58, boulevard du Doyenné, Angers

Un après-midi pour découvrir le fonctionnement de l'association et profiter des œuvres réalisées lors des ateliers créatifs et d'expression artistique. L'occasion également de découvrir l'album *Le souffle d'OxyGEM 2* ainsi que quelques chansons réalisées par les adhérents du GEM.

Accès libre et gratuit

8

RENCONTRES *L'art pour accompagner la parentalité***Mardi 6 octobre** de 17h à 19h30 | **Wheat**, 18, rue du Haras, Angers

Temps d'échanges organisé par les professionnels de santé du CESAME sur la maternité périnatale pour évoquer la santé mentale autour d'une médiation dessin et modelage d'argile, avec la participation de l'illustratrice Mathou.

Accès libre et gratuit



5

EXPOSITION *Belle-Beille m'anime***Du mardi 6 au samedi 17 octobre** Horaires d'ouverture de la bibliothèque**Bibliothèque-ludothèque de Belle-Beille**
5, rue Eugénie-Mansion, Angers

Découvrez les clichés réalisés avec et par des habitants de Belle-Beille. Ils viennent mettre en lumière des regards uniques sur le quartier, comme autant de façons d'y trouver des ressources pour son bien-être.

Vernissage de l'exposition le mardi 6 octobre à 17h.

Accès libre et gratuit

9

ANIMATION *Sieste méditative***Mercredi 7 et mardi 13 octobre** de 11h à 12h | **Collégiale Saint-Martin**, 23, rue Saint-Martin, Angers

Rien de tel qu'une petite sieste méditative avant la pause méridienne pour repartir du bon pied !

Allongez-vous, fermez les yeux, écoutez et laissez-vous guider...

Gratuit sur réservation : l.desruess@maine-et-loire.fr



10

ANIMATION *Game dating***Jeudi 8 octobre** 18h | J, Angers Connectée Jeunesse, 12, place Imbach, Angers

Fan de musique, de films, de séries ou de culture pop ? Venez relever le défi lors d'une soirée jeu en équipe pleine de surprises !

Et pour finir en beauté : un apéritif sans alcool à partager dans une ambiance conviviale.

Gratuit sur réservation : direction.jeunesse@ville.angers.fr

Pour les 15-30 ans



11

ATELIER MUSICAL *Soirée résonance***Jeudi 8 octobre** de 19h à 20h | Chabada, 56, boulevard du Doyenné, Angers

Le Chabada, l'association « Musique Brute » et le CESAME proposent une performance musicale unique. La soirée se déroule en 2 parties : un groupe éphémère d'usagers et professionnels du CESAME propose une création musicale et sonore suivie d'une rencontre du groupe avec les musiciens Fred Bellanger et Simon Sockeel autour de 4 ateliers, qui feront éclore une forme libre, un happening...

La seconde partie sera la restitution d'ateliers partagés autour de l'exposition *Paysages Intérieurs* de l'Arantèle, hôpital de jour du CESAME, avec les musiciens angevins Anna Bozovic et Chahu.

Gratuit sur réservation : affairesculturelles@ch-cesame-angers.fr ou 06 31 70 14 81

12

EXPOSITION *Lueurs Ailleurs***Vendredi 9 octobre** de 12h à 17h | Jard'In Zur, 61-63, rue de la Papeterie, Saint-Barthélemy-d'Anjou

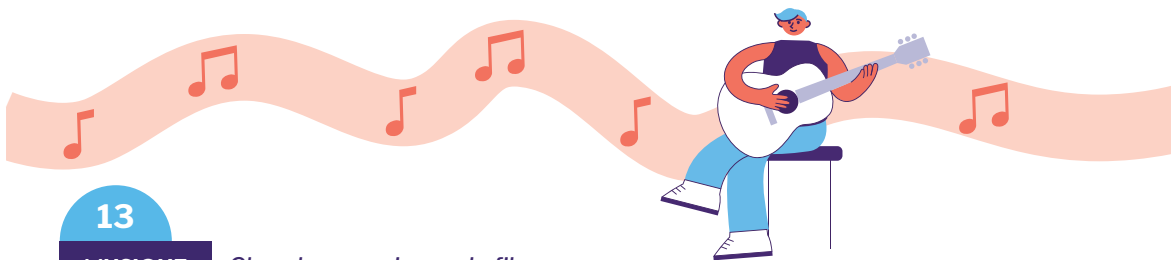
Rétrospective en images du spectacle *Lueurs Ailleurs*, présenté en juin dans le parc du CESAME avec la participation des professionnels et usagers du CESAME ainsi que des artistes du groupe ZUR.

L'exposition propose de revivre cette aventure artistique et humaine à travers des photographies (J. Rabillon et groupe ZUR) et des créations sonores issues des ateliers.

Une visite accompagnée de ce jardin poétique est également proposée par les artistes.

Accès libre et gratuit

Pique-nique possible dans le jardin



13

MUSIQUE

Chorales «musiques de films»

Vendredi 9 octobre 20h | **Université Catholique de l'Ouest**, Amphithéâtre Bazin, bât. E, 3, place André-Leroy, Angers

Venez profiter des mélodies de plusieurs chorales sous format interactif avec le public. Au programme :

- L'Envol des voix
- Atelier vocal
- Kaléïdovox et ses musiques de films
- Chorale des étudiants en musicologie

Accès libre et gratuit



4

RENCONTRES

Café littéraire

Samedi 10 octobre 10h | **Bibliothèque Annie-Fratellini**, 2, mail Clément-Pasquereau, Angers

Participez au café littéraire « Buveurs de livres » spécial santé mentale et bien-être. Découvrez des propositions tout support (romans, BD, documentaires...) et apprenez-en plus sur la santé mentale.

Accès libre et gratuit

14

DANSE-THÉRAPIE

L'art pour accompagner la parentalité

Samedi 10 octobre de 14h à 17h | **CNDC - Maison de quartier l'Archipel**, 13 bis, bd Georges-Clémenceau, Angers

Profitez d'un temps privilégié pour vous initier à la danse-thérapie avec votre bébé. Atelier ouvert à tout parent désireux de renforcer le lien avec bébé et de relâcher la pression.

Places limitées, gratuit sur inscription auprès de la Maison de quartier l'Archipel

1^{er} atelier : de 14h30 à 15h30

2nd atelier : de 16h à 17h

5

ANIMATION *Atelier tissage***Samedi 10 octobre** de 15h à 17h | **Bibliothèque-ludothèque de Belle-Beille**, 5, rue Eugénie-Mansion, Angers

Prenez une pause et offrez-vous un moment de calme et de détente !
L'occasion de découvrir à votre rythme la technique de tissage
sur des petits métiers à tisser de table, et repartez avec votre création !

Gratuit sur réservation au 02 41 73 36 09

Pour adultes et adolescents à partir de 16 ans

Matériel fourni



15

MUSIQUE *La Fabrique Musicale Angevine s'engage***Dimanche 11 octobre** de 12h à 18h | **Digital Village**, 12, boulevard Jean-Moulin, Angers

Venez partager un moment musical avec les élèves et les intervenants de la Fabrique Musicale.

Au programme : concert / table ronde animé par les intervenants « bien-être et soin » de la Fabrique ; partage sur scène de la pratique musicale des adhérents (cours de chant, d'instruments, atelier adapté, musicothérapie) ; témoignages et bien d'autres.

Gratuit sur réservation : urls.fr/Wvj3MH

16

SPECTACLE *Nuances***Du lundi 12 au vendredi 16 octobre** de 9h à 12h et de 14h à 18h | **Le Qu4tre**, 4, allée François-Mitterrand, Angers

Nuances est un festival universitaire dédié aux regards jeunes et nouveaux sur les grands enjeux contemporains.

Pour cette première édition, il s'intéressera à la santé mentale : un sujet intime, collectif et profondément ancré dans les réalités étudiantes. À travers des expositions, performances, projections, concerts, ateliers et temps d'échange, Nuances souhaite ouvrir un espace sensible et accessible dans lequel l'art devient un moyen de comprendre, ressentir et s'investir.

Accès libre et gratuit

Fermeture à 16h le vendredi

17

RENCONTRES *Village Pour notre santé mentale, cultivons l'art***Mercredi 14 octobre** de 12h à 17h | **Esplanade Cœur-de-Maine**, Angers

Venez rencontrer les différents acteurs du territoire mobilisés autour de la santé mentale, de la culture et des arts. L'occasion de se rencontrer, de s'informer, d'échanger, de se faire plaisir en participant à des animations culturelles et sportives (ateliers de croquis, tissage, modelage, expositions, danse orientale, balade méditative, activités collaboratives, etc.).

Accès libre et gratuit

En cas d'intempéries, le village sera délocalisé dans les salons Curnonsky, 6 place Maurice-Sailland à Angers



18

ANIMATION *Décloisonnons les murs***Mercredi 14 octobre** de 12h à 17h | **Plaine Saint-Serge**, 25 bis, quai Félix-Faure, Angers

Quatre street-artistes angevins vous invitent à participer à la réalisation de fresques collaboratives sur le thème de la santé mentale. Ouvert à tous, cet événement est une occasion de créer, d'échanger et de s'exprimer autour d'un enjeu de société majeur. Les fresques seront également enrichies par d'autres formes artistiques, notamment une intervention du Slam Poésie Club.

Durant l'après-midi, l'association Orange Platine proposera également deux ateliers de rythme signé, mêlant musique, expression et création collective.

Accès libre et gratuit

19

VISITE *Du visible à l'invisible : la sculpture et les décors dans la ville***Mercredi 14 octobre** 14h | Rdv devant le Repaire Urbain, 35, boulevard du Roi-René (jardin des Beaux-Arts), Angers

Angers Patrimoine, service culturel de la Ville d'Angers, vous propose de partir à la découverte des sculptures et des décors de toute époque dans le centre-ville angevin. La visite se terminera au village « Pour notre santé mentale, cultivons l'art » sur l'esplanade Cœur-de-Maine où d'autres animations et ateliers auront lieu.

Gratuit sur réservation : boutique.destination-angers.com

20

ANIMATION *Atelier tissage***Judi 15 octobre** de 10h30 à 12h | Musée Jean-Lurçat et de la Tapisserie Contemporaine, 4, boulevard Arago, Angers

En petit groupe, accompagnés d'une médiatrice et d'un licier, laissez-vous conter la nouvelle exposition *Aubusson tisse Tolkien*, découvrez les secrets de fabrication des tapisseries, puis, tissez à votre tour en atelier.

7 € tarif plein / 3,5 € tarif réduit

Sur inscription : serviceculturel.musees@ville.angers.fr ou 02 41 05 38 38

21

ANIMATION *Atelier modelage***Vendredi 16 octobre** de 10h30 à 12h | Galerie David d'Angers, 33 bis, rue Toussaint, Angers

Prenez le temps de vous balader sous la verrière de la Galerie David d'Angers parmi les sculptures de l'artiste, puis essayez-vous à la technique du modelage avec une médiatrice.

7 € tarif plein / 3,5 € tarif réduit

Sur inscription : serviceculturel.musees@ville.angers.fr ou 02 41 05 38 38



22

CINÉ-DÉBAT *Projection Les Esprits Libres***Vendredi 16 octobre** de 20h à 22h30 | **Cinéma Saint-Charles**, rue du Pont, Ingrandes-le-Fresne-sur-Loire

Plongez dans ce documentaire où des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et des soignants se rejoignent pour vivre une expérience thérapeutique faite de théâtre, de musique et de poésie.

À l'issue de la projection, professionnels et artistes livreront leur témoignage.

Un moment convivial clôturera la soirée.

Billetterie sur place, 5 €

23

SPECTACLE *Et vous, comment ça va ?***Vendredi 16 octobre** 20h | **Auditorium Julien Gracq**, rue Charles-de-Renéville, Mauges-sur-Loire (Saint-Florent-le-Vieil)

Le spectacle, mis en scène avec sensibilité et bienveillance par « L'arbre à fil », présente différentes situations du quotidien pouvant fragiliser l'équilibre psychique : isolement, difficultés relationnelles, mal-être, ruptures de vie, vulnérabilités psychologiques. Après la représentation, un temps d'échanges et de partage sera proposé.

Accès libre et gratuit



24

ANIMATION *Balade sophrologique***Samedi 17 octobre** de 10h30 à 12h | **Musée des Beaux-Arts**, 14, rue du musée, Angers

Prenez le temps de ralentir et de vous reconnecter à vos sensations lors d'une déambulation dans le musée. Des mouvements doux et des exercices de relaxation ponctueront votre parcours pour un moment de bien-être et de découverte.

7 € tarif plein / 3,5 € tarif réduit

Sur inscription : serviceculturel.musees@ville.angers.fr ou 02 41 05 38 38

25

SPECTACLE *Le Chant Végétal par la Compagnie Le Désert en ville***Samedi 17 octobre** de 19h à 20h | **Théâtre de l'Avant-Scène**, chemin de la Maraîchère, Trélazé

Ce spectacle poétique et musical est inspiré de l'œuvre de M. Delpastre, grande voix de la poésie paysanne du Limousin. Porté par un chœur composé de personnes accompagnées en centres thérapeutiques à Nantes et d'usagers et professionnels du CESAME, ce récital célèbre la richesse du monde végétal à travers les voix, les mots et la musique.

Entre poésie, chant et paysages sonores provenant d'un instrumentarium brut et végétal créé spécifiquement pour le projet, cette création sensible et originale invite à un voyage collectif au cœur du vivant.

Gratuit sur inscription : 06 84 81 03 40

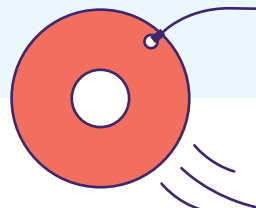
À partir de 12 ans

24

ANIMATION *Immersion hypnotique***Dimanche 18 octobre** de 10h30 à 12h | **Musée des Beaux-Arts**, 14, rue du musée, Angers

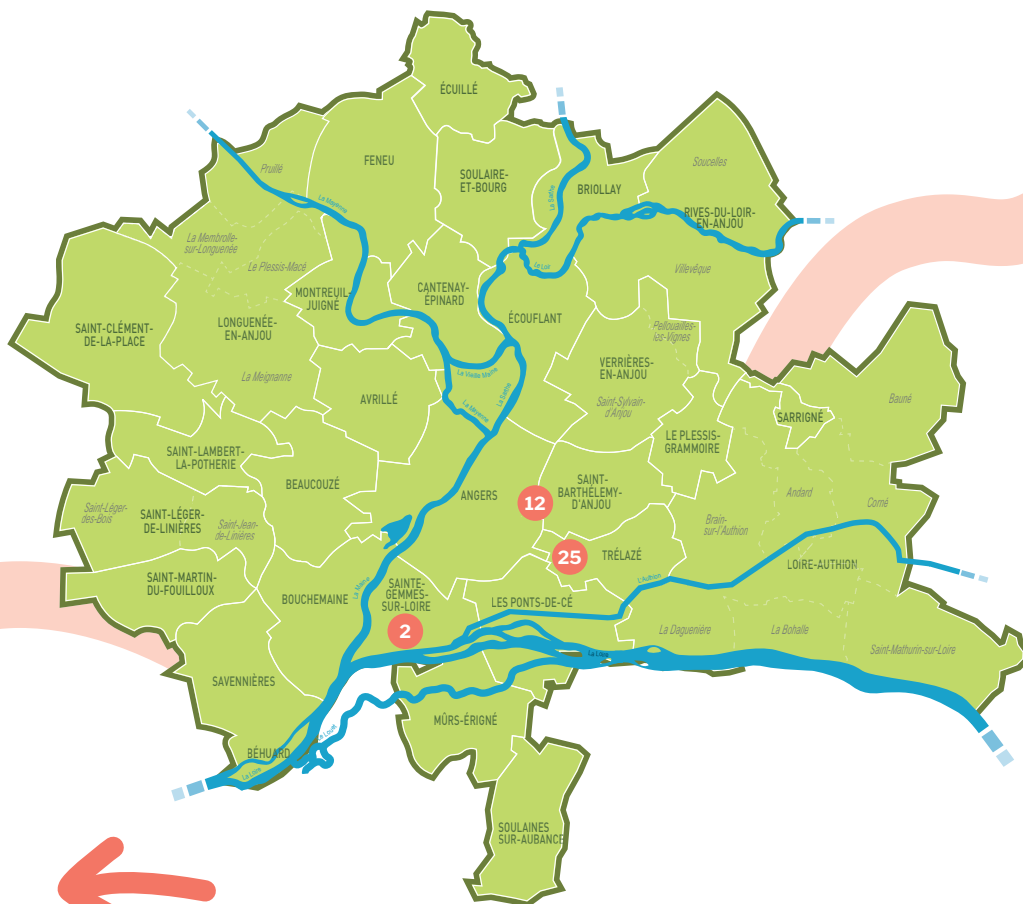
Explorez une œuvre à travers vos sens et votre imagination en modifiant votre état de conscience. Une invitation pour une expérience à la fois immersive et contemplative.

7 € tarif plein / 3,5 € tarif réduit

Sur inscription : serviceculturel.musees@ville.angers.fr ou 02 41 05 38 38

Plans des **SISM 49**

Dans la communauté urbaine



Ailleurs dans le département

- 22** Ingrandes-le-Fresne-sur-Loire
- 23** Mauges-sur-Loire (Saint-Florent-le-Vieil)

À Angers





POUR NOTRE SANTÉ MENTALE, OUVRONS-NOUS AUX ARTS

Extrait de l'argumentaire du collectif national 2026

En 2019, un rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), confirme, pour la première fois, les effets positifs des arts sur la santé mentale et la santé physique, que l'on soit créateur ou spectateur. Il montre que les activités artistiques, qu'elles soient pratiquées individuellement ou en groupe, jouent un rôle essentiel dans notre épanouissement à tous les âges de la vie.



Prometteurs pour « s'attaquer à des problèmes difficiles ou complexes » et présentant un avantage économique, les arts jouent alors un rôle préventif et thérapeutique, en complément des approches traditionnelles. Ils constituent un pilier essentiel pour la santé mentale et physique en renforçant le bien-être individuel et collectif. La culture constitue « un puissant levier d'émancipation, de dignité et de citoyenneté ». En intégrant les arts dans les stratégies de santé publique, les décideurs peuvent créer un environnement plus inclusif, plus sain et plus résilient pour toutes et tous.

Collectif SISM local

Le collectif local est constitué de membres souhaitant promouvoir la déstigmatisation et l'information sur la santé mentale auprès de l'ensemble de la population angevine et environnante. Associations d'usagers et de familles d'usagers, professionnels de santé, de l'éducation, du secteur social, associations ou étudiants sont ainsi réunis autour d'actions à destination du grand public, pour parler ensemble de la santé mentale.

Les membres du collectif SISM 49 2026 :

Angers Loire Métropole (CLS), Argos 2001, ARIFTS, CESAME, Conseil territorial de santé de Maine-et-Loire (ARS 49), Département de Maine-et-Loire, Fabrique Musicale Angevine, Fédération Française Sports pour tous Pays de la Loire, MGEN, OxyGEM, UNAFAM, Université d'Angers - service Culture, Ville d'Angers.

Le collectif remercie ses partenaires :

3114, ADAPEI 49, ADOMA Capucins, Agathe Barret-Pithon, AIM 49, ALIA, Alternative(s) 49, Angers Mé-cénat, Argos 2001, ARS Pays de la Loire, Arts Sensibles, Association Espérance, CESAME, Chabada, Cinéma Les 400 Coups, CHU, Cinéma Parlant, CNDP, Collectif décroisé, Communauté 360, Compagnie Le désert en ville, CREHPSY, Digital Village, Échappée Belle, Emeline Moreau, Fédération française Sports pour tous PDL, Handicap Anjou, Ingrandes-le-Fresne-sur-Loire, KHERA, L'arbre à fil, L'Arthropicaire, Le Moulin à paroles, le Wheat, librairie La Luciole, Maison des Adolescents 49, Maison Départementale des Solidarités d'Angers, les Maisons de quartier Angers Centre Animation, Belle-Beille, l'Archipel et Quart'Ney, Mathou, Mauges-sur-Loire, Musique Brute, Nightline, Orange platine, OxyGEM, Radio G, Raphadessine, Resto-Troc, Siel bleu, Slam Poésie Club, Soli'sport, SOS Amitié, UFOLEP, UNAFAM, Université Catholique de l'Ouest, Vigilans, Ville de Trélazé, Ville de Sainte-Gemmes-sur-Loire, VYV3 l'Arceau, Ville d'Angers, ZUR.



© Direction de la Communication et du Rayonnement - Ville d'Angers-ALM / Graphisme : Collectif SISM national (créa) A4 éditions (exe.) / Septembre 2026 / Impression : Ville d'Angers-ALM / CESAME / NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE

