

Semaine d'information sur la **santé mentale**



sism.



Pour notre santé mentale
ouvrons-nous
aux
arts

Du 8 au 15 octobre 2026



arcueil.fr
semaines-sante-mentale.fr
☎ 01 46 15 08 17



Atelier d'écriture Bipo l'air de rien

Jeudi 8 octobre à 18h
Médiathèque Louis Pergaud



Fiona Fradet, comédienne, réalisatrice et danseuse propose un atelier d'écriture sur la sensorialité, le mouvement et le sentiment de soi. Comment nos corps singuliers perçoivent le monde ? Comment « JE » perçois le monde ? Comment rendre dicible l'in audible, l'imperceptible pour autrui ?

Pour ados et adultes. Sur inscription.

Café des enfants Silence, on joue !

Dimanche 11 octobre
de 15h à 18h

Animé par **Gras - le lieu de l'Autre**

Des artistes en situation de handicap entraînent petit-es et grand-es dans des aventures singulières, à la rencontre de pratiques et de langages artistiques originaux.

Concert de rock de Lola Aumont, atelier expérimentation musicale avec Emmanuel Coutris, atelier de chant avec Géraldine Israel et Catherine Sohier, intervention de la médiathèque et goûter offert pour créer un espace de dialogue. Tarif unique 4€.

Réservations sur lelieudelautre.com, mapado.com,
par mail à : reservation@lelieudelautre.com
ou au 01 49 12 03 29



© Danica Bijeljic

Atelier théâtre d'impro Mercredi 14 octobre

de 14h à 17h

Espace Guy Môquet

16 rue du Colonel Fabien

Les jeunes de 12 à 15 ans peuvent échanger, improviser et faire émerger des questionnements. La séance se conclut autour d'un goûter.

Animé par l'association arcueilaise La Mécanique de l'instant en partenariat avec le service jeunesse de la Ville.

Sur inscription préalable (15 places) à l'Espace Jeunes
au 01 46 15 08 67 (du lundi au vendredi de 10h à 12h
et de 14h à 17h)

Atelier débat

L'art au service

des émotions :

Je prends soin de moi

Lundi 12 octobre à 14h30

Mission locale Innovam

19 rue de la Gare Bât B1 à Cachan



Des émotions comme le stress, la fatigue et la tristesse peuvent avoir un effet sur nos activités (sommeil, repas, travail, loisirs, relations avec les autres...) et notre équilibre psychique. Échange avec des professionnel-les pour mieux comprendre ce qui influence notre santé mentale mais aussi connaître les personnes et les lieux ressources. Organisé par le CMUS d'Arcueil avec GHT Psy Sud.

Pour les 16/25 ans.

Ciné-débat

Jeudi 15 octobre
à 19h

Espace Jean Vilar

ÉLISE SOUS EMPRISE



Projection du film de et avec Marie Rémond, suivi d'un temps d'échanges.

Rien ne va plus dans la vie d'Élise : engluée dans une relation toxique avec Léopold, elle se retrouve propulsée à la tête d'une troupe de théâtre, suite à la mort soudaine du metteur en scène dont elle était l'assistante. Submergée par des crises de panique, Élise vacille. Mais peut-être est-ce dans cette confusion qu'elle parviendra à se libérer de ses emprises et à reprendre le contrôle de sa propre vie ? Tarif unique : 3,50 €