

TOUT PUBLIC
GRATUIT
SUR INSCRIPTION

ssm

Semaines d'information
sur la santé mentale

COLOMIERS
DU 5 AU 22 OCTOBRE 2026



PROGRAMME



www.semaines-sante-mentale.fr



ars
Agence Régionale de Santé
Occitanie

**Santé &
BIEN-VIVRE
COLOMIERS**
CONTRAT LOCAL DE SANTÉ

ccas
Centre Communal
d'Action Sociale et de Santé
VILLE DE COLOMIERS

www.ville-colomiers.fr
COLOMIERS



Dans le cadre de la 37^e édition des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM), la Ville de Colomiers organise plusieurs événements gratuits et ouverts à toutes et tous : ciné-débat, expositions, portes ouvertes, ateliers... L'occasion de sensibiliser les publics à la santé mentale, de lutter contre les préjugés et d'encourager l'engagement collectif.

Inscrite dans le cadre de la *Grande Cause Nationale* et placée sous le haut patronage du Ministère de la Culture, cette édition mettra à l'honneur les liens entre arts et santé mentale. Abordée dans un rapport de l'OMS publié en 2019, cette thématique souligne les effets bénéfiques des pratiques artistiques sur le bien-être mental, physique et social : réduction du stress, régulation des émotions, renforcement du lien social et prévention de l'isolement. Les arts contribuent également au rétablissement des personnes vivant avec des troubles psychiques et favorisent l'inclusion de publics éloignés des dispositifs traditionnels.

En cohérence avec les recommandations de l'OMS, les SISM soulignent l'importance d'intégrer les arts dans les stratégies de santé publique, comme levier complémentaire de prévention, de soin et de promotion du bien-être individuel et collectif.

Ces animations, qui s'inscrivent dans le cadre du Contrat Local de Santé de la Ville de Colomiers, ont été conçues avec les acteurs locaux et financées par la municipalité, l'Agence Régionale de Santé Occitanie et de nombreux partenaires.

EXPOSITIONS

→ **Parce que derrière chaque visage se cache une histoire qui mérite d'être racontée**

Du lundi 5 au samedi 18 octobre | Aux horaires d'ouverture
Maison citoyenne Saint-Exupéry
12 allée du Lauragais | 05 61 15 31 79
Tout public

→ **Œuvres réalisées par les patients**

du Centre d'activités thérapeutiques et de temps de groupe (CATTG ancien CATTG) de Colomiers, les patients de la Clinique des Cèdres à Cornebarrieu et les bénéficiaires de l'YMCA Occitanie

Du mercredi 7 au samedi 17 octobre
Aux horaires d'ouverture
Pavillon blanc Henri-Molina
Place Alex-Raymond | 05 61 63 50 00
Tout public



→ **Exposition des ateliers d'arts thérapie**

des établissements CATTG, Clinique des Cèdres à Cornebarrieu et YMCA Occitanie

→ **Exposition *Profondeur de champ***

Visite conviviale des deux expositions
Jeudi 15 octobre | 14h-15h30
Pavillon blanc Henri-Molina
Place Alex-Raymond | 05 61 63 50 00
Tout public

ATELIERS

→ **Bazar, bizarre... beaux-arts sous le regard du tout petit**

Deux ateliers d'arts plastiques en binôme parent enfant
Lundi 5 octobre | 15h45-16h45 et 17h15-18h15
Maison de la Petite enfance
33 rue de l'Église
Sur inscription : 05 61 15 23 67
Places limitées
Enfants de 6 mois à 3 ans accompagnés par un parent



→ Atelier initiation spéciale aquarelle

Vendredi 9 octobre | 16h30-18h

Pavillon blanc Henri-Molina

Place Alex-Raymond | 05 61 63 50 00

Tout public

→ Rencontre et atelier de création numérique avec l'artiste FNETTA, neuroatypique

Samedi 10 octobre | 15h-18h

Pavillon blanc Henri-Molina

Place Alex-Raymond | 05 61 63 50 00

Tout public



→ Découverte du yoga nature

Dimanche 11 octobre | 10h30-11h30

Jardin du Bassac | 05 61 15 22 38

Adultes

→ Fresque collective : 1+1 = Nous

Création d'une fresque collective autour de la thématique de la santé mentale en partenariat avec une ergothérapeute en santé mentale

Maison citoyenne de la Naspe

27 allée de la Champagne | 05 61 15 31 83

Lundi 12 octobre | 14h30-16h

Adultes

Mercredi 14 octobre | 14h30-16h

Enfants, ados, parents

Vernissage

Vendredi 16 octobre | 16h30-19h

Tout public

→ Entre nous

Groupe de parole sur les questions de santé mentale. En partenariat avec les professionnel-le-s de santé de la CPTS

Mercredi 14 octobre | 14h-15h30

Maison citoyenne en Jacca

3 allée du Marcadau | 05 61 15 31 81

Pré-ados, ados

→ Découverte et expression des émotions à travers les sens. Atelier en partenariat avec une ergothérapeute en santé mentale

Jeudi 22 octobre | 14h30-16h30

Maison citoyenne en Jacca

3 allée du Marcadau | 05 61 15 31 81

Enfants, pré-ados

→ Ateliers en partenariat avec un arthérapeute

Mardi 6 et mardi 13 octobre | 10h-11h30

Guichet Atout seniors

14 allée du Béarn

Sur inscription au CCASS : 05 61 15 22 26

Retraité-e-s columérin-e-s

SORTIE

→ Balade nature et land art

Mardi 13 octobre | Rendez-vous à 9h

Maison citoyenne des Ramassiers

1 allée Georges-Brassens | 05 61 15 50 38



CAFÉ PAPOTE

→ Café des Émotions

Comprendre et accompagner les émotions des enfants et des adultes en partenariat avec une ergothérapeute en santé mentale

Samedi 10 octobre | 14h30-16h30

Maison citoyenne du Seycheron

11 allée des Monts d'Olmes | 05 61 15 31 85

Parents, enfants

→ Discutons et partageons une activité créative « gravure » lors de ce Café papote

Vendredi 16 octobre | 15h30-17h

Pavillon blanc Henri-Molina

Place Alex Raymond | 05 61 63 50 00

Adultes

CINÉ-DÉBAT

→ Vice Versa

Film d'animation
Riley déménage dans une nouvelle ville et ses émotions, doivent apprendre



à travailler ensemble pour l'aider à s'adapter.

Ciné-débat animé par les professionnel-le-s de santé de la CPTS et du CMP Enfants/Ados

Jeudi 8 octobre | 14h-16h30

Pavillon blanc Henri-Molina

Place Alex-Raymond | 05 61 63 50 00

Tout public (places limitées à 80 personnes)

→ C'est pas compliqué

Film sur la paragymnastique réalisé par l'Étoile gymnique

Témoignages de pratiquants APA (activité physique adaptée), échanges et informations sur l'offre de sport adapté par les clubs du territoire

Mardi 13 octobre | de 14h30 à 16h

Salle Satgé, 8-10 avenue Yves-Brunaud

Étoile Gymnique de Colomiers | 05 61 15 43 73

Tout public

PORTES OUVERTES

→ L'équipe pluridisciplinaire du centre d'activités thérapeutiques et de temps de groupe (CATTG ancien CATTp) de Colomiers vous accueille pour vous faire découvrir la structure et vous informer

Mardi 6 octobre | 14h-17h

CATTG

45 rue du Prat | 05 61 43 45 21

Tout public et professionnel.le.s

→ Journée des aidants

Mardi 13 octobre | 14h30-17h

Clinique des Pyrénées

10 chemin de Cournaudis | 05 61 15 32 00

Aidants et familles

→ Visite des jardins

Mardi 13 octobre | 17h-19h

Jardin des Familles du Bassac

3 allée de la Colombe | 05 61 15 22 38

Tout public

TABLES RONDES

→ L'art d'être parents aujourd'hui

Échanges autour de la parentalité en petite enfance

Mardi 13 octobre | 18h

Maison de la Petite enfance

33 rue de l'Église

Sur inscriptions : 05 61 15 23 67

Places limitées

Parents d'enfants de 0 à 3 ans

→ Art et santé mentale

La muséothérapie : quand l'art, la culture et le soin se rencontrent. Témoignages.

Vendredi 16 octobre

Accueil : 8h30

Tables rondes : 9h-12h

Ymca

8 chemin de Cournaudis | 05 61 30 14 46

Réservée aux professionnel-le-s



CCASS - Centre communal d'action sociale et de la santé
18 place du Languedoc, Colomiers - Tél. 05 61 15 22 26