

Programme

Semaines d'Information sur la santé mentale



AURIGNAC
BOULOGNE SUR GESSE
L'ISLE EN DODON
MONTREJEAU
SAINT-GAUDENS

Du 5 au 18 octobre 2026

« Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts »

La thématique des Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) nous concerne tous.

Toute personne a une santé mentale, quel que soit son âge, son état de santé, ses conditions de vie et les contextes sociaux, sociétaux et environnementaux dans lesquels elle évolue.

L'objectif des SISM est d'ouvrir le débat sur le bien-être mental pour :

- Sensibiliser et informer un large public aux questions de santé mentale
- Rassembler les acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale
- Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale
- Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité

Ce programme d'animations sur le territoire de la Communauté de communes Coeur & Coteaux Comminges est proposé dans le cadre du Contrat Local de Santé (CLS) avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé Occitanie et de tous les partenaires mobilisés.

L'ensemble des événements proposé est ouvert au grand public et gratuit, sauf mention contraire et dans la limite des places disponibles.

Table des matières

 AURIGNAC	4
Au théâtre Saint-Michel, 7 rue Saint-Michel,	4
Au Musée Forum de l'Aurignacien, Avenue de Bénabarre.....	4
À la MARPA Les Cazalères, Impasse des Anciens Combattants.....	4
Au Ciné donjon, Espace Saint-Michel, 7 rue Saint-Michel	5
À l'ADMR, 18 route de Boulogne	5
 SAINT-GAUDENS	5
Théâtre Jean Marmignon : Place Hyppolite Ducos	5
L'écopôle du Numérique (Cyber base - 1 Pl. du Maréchal Juin)	6
Cinéma Le Régent : 16 rue de l'Indépendance.....	6
Musée Arts et Figures des Pyrénées Centrales : 35 Bd. Jean-Bepmale.....	6
Centre social Azimut : 72, rue de la République	7
Médiathèque : 3, rue Saint-Jean	8
Au Groupe d'Entraide Mutuelle Solifin : 11 bd du Comminges	10
 MONTREJEAU	10
Journée interculturelle, intergénérationnelle et santé mentale : mercredi 7 octobre	10
Journée interculturelle, intergénérationnelle et santé : samedi 10 octobre	11
Cinéma les Variétés, 7 Place de verdun.....	11
 L'ISLE EN DODON.....	12
À la médiathèque communale, rue Nastrade	12
A la Communauté de communes, salle Fréchou, 18 av du Commandant Taillefer.....	12
Salle des associations, avenue de Martiques	12
Ludothèque Intercommunale, rue Nastrade.....	12
Journée intergénérationnelle autour de l'art et de la santé mentale, le 14 octobre après midi, sous les 2 Halles de la Mairie de L'Isle en Dodon	12
Cinéma, Boulevard des Martyrs de Meilhan	13
Halle de l'Isle en Dodon, Festival littérature jeunesse	13
Journées France services.....	13
 BOULOGNE SUR GESSE.....	14
Ciné Lumières, boulevard J. Mujica.....	14
Ludothèque Intercommunale, 4 av Bergounan	14
A l'EHPAD Elvire Gay, 3 avenue de Saint-Gaudens	14
Journées France services.....	15

Au théâtre Saint-Michel, 7 rue Saint-Michel, proposé par le service culturel de la mairie d'Aurignac.

Mardi 6 octobre à 15 h. Public scolaire

« La Banquise aux émotions » par la Compagnie Ici et pas ailleurs

Un spectacle poétique où se mêlent marionnettes, ombres, musiques, chansons. Une épopée sur et sous la banquise du pôle Nord, au rythme de Radio Caribou.

La banquise reflet de l'être humain, avec sa fragilité, sa beauté, ses mystères, ses silences, sa force, ses fissures intérieures... et l'inquiétude de son avenir.

La banquise point de départ pour apprendre à reconnaître et nommer ses émotions... durée 40 min. Dès 3 ans - 6€ par enfant (reste 10 places). Sur Inscription par mail

culturepatrimoine@aurignac.fr ou par téléphone au 07.57.68.52.54.

Mardi 13 octobre à 14 h. Public scolaire

« Pas de peau » de la Compagnie ô possum®

Spectacle musical avec masques et marionnettes d'après le conte de Peau d'âne et inspiré des versions des frères Grimm, Charles Perrault et Jacques Demy.

Fidèle au conte dans le fond mais dans une forme originale, décalée et actualisée. Les textes sont drôles et pétillants malgré les sujets de fond comme l'inceste ou notre rapport au monde animal. Ces sujets, sont traversés avec humour et légèreté, sans pour autant les éviter.

Durée 50 min dès 8 ans - 6€ par enfant. Sur Inscription par mail culturepatrimoine@aurignac.fr ou par téléphone au 07.57.68.52.54.

Au Musée Forum de l'Aurignacien, Avenue de Bénabarre,

Le mercredi 14 octobre de 10 h à 12 h. Réservé aux aidants.

Atelier créatif. Le temps d'une matinée, le musée vous offre une vraie parenthèse : une pause pour souffler, se retrouver et se ressourcer loin du quotidien.

Pendant 2 heures, vous serez accueillis dans un cadre chaleureux pour une expérience à la fois conviviale et dépayssante, au cœur de la Préhistoire.

La matinée vous emmènera d'abord en balade dans la nature environnante, avant de vous installer pour dessiner ce qui vous entoure — le paysage, le vivant, l'instant. Pour cela, vous utiliserez les mêmes outils et pigments naturels qu'employaient les femmes et les hommes préhistoriques : ocre, charbon de bois, silex taillé.

Un moment pour poser les mains, ouvrir les yeux, et partager.

Gratuit, sur réservation (15 places) par téléphone au 05.61.90.90.72.

En cas de pluie nous proposerons aux participants de découvrir le musée et de réaliser la séance de dessin dans le musée.

Les aidés pourront être pris en charge à la MARPA les Cazalères pendant l'animation, renseignements et inscription par téléphone au 05.61.98.77.62.

À la MARPA Les Cazalères, Impasse des Anciens Combattants

Animation sportive adaptée et intergénérationnelle. Pour les résidents de la MARPA et les enfants de l'ALSH (accueil de loisirs sans hébergement).

Le mercredi 7 octobre à 15 h proposé par le Dispositif Intercommunal Sport Santé.

Atelier interculturel : « voyager avec les sons et les chansons ». Pour les résidents et les personnes du Comtal.

Le jeudi 15 octobre de 14 h 30 à 17 h. Organisé par la Médiathèque de Saint-Gaudens, la Marpa, le Comtal et le Contrat local de santé Cœur et Coteaux du Comminges.

Embarquez pour un voyage musical et sensoriel aux couleurs de l'automne ! Cet atelier interculturel propose aux résidents de la MARPA et du Comtal de se rassembler le temps d'un après-midi autour du plaisir de la musique, des sons et des mots.

L'objectif principal est de créer une chorale éphémère et d'évoluer ensemble dans une ambiance conviviale, bienveillante et sans pression de performance. La fin de l'après-midi sera clôturée par un goûter confectionné par les résidents du Comtal.

Au Ciné donjon, Espace Saint-Michel, 7 rue Saint-Michel

Ciné-rencontres :

Le samedi 17 octobre à 17 h organisé par le Ciné donjon.

Projection du documentaire « Les esprits libres » de Bertrand Hagenmüller.

Au cœur d'un établissement spécialisé, le documentaire suit une expérience artistique hors du commun : des hommes et des femmes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou des troubles apparentés s'engagent dans un processus de création encadré par des artistes.

Loin du regard clinique habituel, la caméra se pose avec douceur sur l'étincelle qui demeure. On y découvre que si les mots se perdent et que les souvenirs s'embrument, la sensibilité, l'humour et l'émotion restent intacts. À travers la peinture, le théâtre ou la musique, ces "esprits libres" s'affranchissent des contraintes de la maladie pour reprendre place dans le monde.

À l'ADMR, 18 route de Boulogne

Atelier « Art Créatif ». Réservé aux personnes de plus de 60 ans.

Mercredi 21 octobre de 14 h 30 à 17 h

Une après-midi de partage et de création artistique sera animée par Solange FOREST, psychopraticienne et art-thérapeute. Au choix des participants, il sera proposé la création de petites œuvres personnelles, en utilisant plusieurs matériaux tels que du papier, carton, bois, avec peinture, pastel, pliage, autour de lecture et poésie. La fin d'après-midi sera clôturée par un temps convivial autour d'un goûter. Sur inscription par téléphone au 05.61.98.98.67



Théâtre Jean Marmignon : Place Hyppolite Ducos

Spectacle de cirque cinématographique *Bleu électrique* du Cirque Pardi! proposé par le théâtre Jean Marmignon et le CNAREP Pronomade(s) en Haute-Garonne. Ici dans *Bleu Électrique*, un air cinématographique plane. Les personnages sont là, à la lisière entre les poubelles et l'oubli. Sous une laideur apparente qui reflète un quotidien cru, *Bleu Électrique* transcende vers une beauté et une légèreté oniriques. Ici, l'humanité est dépeinte dans toute sa splendeur, sa cruauté et son absurdité. En s'attaquant aux sentiments humains fondamentaux, ce spectacle porte un regard cru et sans concession sur la réalité, tout en nous invitant parfois, dans un même élan, à rêver.

Vendredi 9 octobre à 14h – Public scolaire

Répétition générale du spectacle. Les lycéens pourront assister gratuitement à ce moment de partage et d'émotions avec les artistes.

Samedi 10 et dimanche 11 octobre 2026 à 17h00 – Tout public

Lieu de départ : Place du Pilat

Durée / âge : 1h10, à partir de 8 ans

Tarif : entrée libre

L'écopôle du Numérique (Cyber base - 1 Pl. du Maréchal Juin)

Exposition « Nourris ton corps, libère ton esprit » proposée par la MJC de Saint-Gaudens du 9 juin au 18 octobre, invitant les jeunes à décrocher des écrans. Rétrospective du numérique et ateliers « vraie vie ». Contact tél. : 05.61.94.66. 45.

Cinéma Le Régent : 16 rue de l'Indépendance

Exposition de photos et créations artistiques « les émotions ». Salle d'exposition.

Du 5 au 18 octobre

Au-travers de 14 clichés photographiques et de créations artistiques, vivez une expérience immersive où les usagers de l'hôpital de jour et du Centre d'Activités Thérapeutiques et de Temps de Groupe Gaston Phoebus partagent leur vision atypique des émotions qui les traversent. »

Ciné-rencontres

Projection du documentaire « Les esprits libres » de Bertrand Hagenmüller avec un débat en présence du réalisateur.

Jeudi 8 octobre à 20 h en partenariat avec l'association « les sans cou ».

Au cœur d'un établissement spécialisé, le documentaire suit une expérience artistique hors du commun : des hommes et des femmes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou des troubles apparentés s'engagent dans un processus de création encadré par des artistes. Loin du regard clinique habituel, la caméra se pose avec douceur sur l'étincelle qui demeure. On y découvre que si les mots se perdent et que les souvenirs s'embrument, la sensibilité, l'humour et l'émotion restent intacts. À travers la peinture, le théâtre ou la musique, ces « esprits libres » s'affranchissent des contraintes de la maladie pour reprendre place dans le monde. Tarif réduit.

Musée Arts et Figures des Pyrénées Centrales : 35 Bd. Jean-Bepmale

Visite-atelier : une histoire de la beauté de la Préhistoire à aujourd'hui. Pour les adolescents de 13 à 17 ans inscrits au centre social Azimut.

Mercredi 14 octobre (après-midi)

Rentrez au musée pour une visite-atelier inédite autour de l'exposition *(Extra)ordinaires, nos collections ?* À travers une observation attentive des objets et des œuvres d'art qui ont traversé les siècles, vous découvrirez la singularité d'une démarche artistique et humaine. Cette rencontre est une invitation à explorer. Comment l'évolution des objets et des corps dans la société n'a cessé de se renouveler. De la Vénus de Lespugue à Kim Kardashian, comment affûter son esprit critique face aux canons de beauté imposés par chaque époque ?

Un rendez-vous ludique et interactif pour interroger notre regard sur l'art et sur nous-mêmes.

Atelier Créatif : mosaïque Collective.

Le mercredi 14 octobre. Une journée de partage et de création artistique intergénérationnelle. Animée et guidée par l'artiste mosaïste Alexandra Reuss. Réalisation d'une œuvre collective en mosaïque contemporaine, co-crée tout au long de la journée par les patients de l'Hôpital de jour et les enfants du centre de loisirs Atouts Loisirs Comminges. L'œuvre finale sera exposée par le public jusqu'à la fin de l'année.

Visite du Musée : voyage sensoriel & murmures d'autrefois.

Samedi 17 octobre de 10h30 à 12h00

Laissez-vous guider au cœur d'une visite sensorielle unique en son genre. Ici, pas de barrières : la parole remplace la vitrine pour briser la distance avec le passé et révéler toute la magie, l'histoire et l'âme des objets d'autrefois. Une véritable redécouverte du patrimoine par le récit qui invite les sens à se déployer.

La naturopathe et florithérapeute, Anne-Christine Van Wambeke, vous guidera dans cette aventure. Ensemble, nous explorerons le pouvoir des sens à travers les Fleurs de Bach et leur beauté : Un voyage sensoriel pour apaiser l'esprit et stimuler la mémoire des sens. Une parenthèse hors du temps, intime et chaleureuse, pour nourrir la curiosité historique et le bien-être intérieur. Pensez à apporter un tapis de sol, des coussins et tout élément utile à votre confort. Atelier accessible aux enfants à partir de 8 ans.

Sur inscription uniquement tél.05. 61 89 05 42 ou par mail à accueil.musee@stgo.fr.

Atelier Photo & Portrait : révèle ton regard !

Le mardi 27 octobre, de 9 h à 16 h 30, les jeunes de 13 à 17 ans sont invités à participer à une journée d'initiation et de création photographique exceptionnelle, animée par le photographe professionnel Gaël Bonnefon. Un travail guidé autour de l'image de soi, du regard sur le monde, de la société et des représentations sociales. Apprentissage de techniques professionnelles à travers la réalisation de portraits variés (spontanés, posés, pris sur le vif, avec ou sans filtre). À l'issue de cet atelier, le travail des jeunes artistes sera mis à l'honneur lors d'une exposition photo visible jusqu'à la fin décembre 2026.

Public : 13 à 17 ans. Gratuit, sur inscription obligatoire par téléphone au 05. 61.89. 05.42 accueil.musee@stgo.fr . Prévoir le pique-nique pour le repas de midi.

Centre social Azimut : 72, rue de la République

Atelier Bien-être : créer ses cartes anti-stress

Jeudi 8 octobre (en matinée) et jeudi 15 octobre (en après-midi). Animé par Flora LE GUILLOU, art-thérapeute.

Offrez-vous une parenthèse de douceur et de déconnexion. Cet atelier créatif et thérapeutique vous invite à concevoir vos propres "cartes anti-stress" : des outils visuels et personnalisés à emporter partout avec vous pour retrouver le calme au quotidien. Nul besoin d'être un artiste pour participer, l'art-thérapie est accessible à tous !

Gratuit. Sur inscription préalable (places limitées). Réservations par tél. 05.61. 94.52.30.

Atelier Photo — Perspectives : de la rue à l'image

Envie de poser un nouveau regard sur votre environnement et d'approprier l'objectif de votre smartphone ou de votre appareil photo ? Participez à notre atelier en deux temps, conçu pour vous initier à l'art de la photographie de rue et de la retouche d'image.

Animé par vos conseillères numériques, ce parcours créatif vous accompagnera de la prise de vue jusqu'au rendu final.

- Mardi 8 octobre (après-midi) : La déambulation urbaine Découvrez les bases de la composition, jouez avec la lumière et apprenez à capturer l'instant présent lors d'une balade photo dans les rues.
- Mardi 15 octobre (matin) : Le travail numérique.

Place à la création ! En salle, nous explorerons ensemble les outils numériques pour trier, retoucher et sublimer vos clichés afin de leur donner toute leur force. Ouvert à tous, débutants bienvenus ! Apportez votre smartphone ou votre appareil photo numérique.

Inscription par tél. 05.61.94.52.30

Médiathèque : 3, rue Saint-Jean

Bibliothèque vivante

Vendredi 16 octobre 2026, de 15 h à 17 h 30. Animée par des personnes concernées par des troubles psychiques, cet espace de dialogue permet de raconter leur parcours à un public désireux d'en savoir plus.

C'est une occasion de briser les stéréotypes et de construire des ponts d'empathie. Proposé par le Groupe d'Entraide Mutuelle Solifin, l'AGAPEI SAVS-SAMSAH et l'UNAFAM.

Exposition & Rencontre Littéraire : "GEM le canal" par M. Galzin

Du 5 au 18 octobre, plongez dans l'univers visuel et réflexif de M. Galzin, membre actif du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Microsillons. À travers une double proposition artistique et littéraire, l'auteur et photographe nous invite à poser un regard neuf sur notre quotidien et sur les liens qui nous unissent. Entre reflets, paysages et tranches de vie, cette exposition met en lumière le quotidien et la philosophie du GEM Microsillons, un espace d'entraide où la créativité devient un vecteur de reconstruction et d'expression.

La Rencontre-Dédicace

Vendredi 9 octobre à 14 h. « *La Société de communication & ses paradoxes...* ». En résonance avec son travail visuel, M. Galzin présentera son ouvrage théorique et humaniste. À une époque où les outils de connexion n'ont jamais été aussi puissants, pourquoi nous sentons-nous parfois si isolés ? L'auteur propose une réflexion accessible et percutante sur les dérives et les beautés de nos interactions modernes.

Venez nombreux pour soutenir le travail des membres du GEM Microsillons et débattre dans la convivialité !

Ciné-débat

Projection du film « GEM le canal » réalisé par le Groupe d'Entraide Mutuelle Microsillons.

Le vendredi 9 octobre 15 h à 16 h 30 (à l'auditorium).

Découvrez les coulisses et l'esprit unique du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Microsillons à travers la projection du film documentaire « GEM le canal ».

Ce film offre un regard authentique, sensible et teinté d'espoir sur leur quotidien, leurs initiatives et la force du collectif. Loin des clichés, « GEM le canal » met en lumière la solidarité, le partage et le pouvoir d'agir ensemble pour briser l'isolement. La projection sera suivie d'un temps d'échange et de débat privilégié.

Venez poser vos questions, partager vos impressions et dialoguer directement avec les protagonistes du film ainsi qu'avec l'équipe du GEM Microsilons.
Un rendez-vous d'échange citoyen et humain, ouvert à toutes et à tous !

Journée d'information et d'ateliers professionnels « Prévention du suicide et prise en charge des vulnérabilités chez les jeunes et les familles ».

12 octobre 2026 de 8 h 30 à 17 h

Proposée par l'Association de prévention du suicide (APSOc), les professionnels de la santé, du secteur social et le Contrat Local de santé. Une journée d'étude et d'ateliers pratiques dédiée à la prévention du suicide et à l'accompagnement des publics vulnérables.

Destiné aux professionnels de terrain (soignants, travailleurs sociaux, enseignants, etc.), cet événement réunit des experts pour aider à repérer les signaux d'alerte, partager des outils d'intervention et renforcer le réseau partenarial local. Des stands d'information et de la documentation seront accessibles tout au long de la journée pour approfondir les thématiques abordées.

8 h 30 : Accueil Introduction par Mme ROCQUES-DARROY (APSOc) et Mme Laffont (CLSM).

9 h à 10 h et de 10h30 à 11h30 : 4 ateliers

Atelier « Harcèlement, cyberharcèlement et prévention du suicide »

Intervenants : Mme ROUCHON, Présidente de l'association « Au cœur de notre sensibilité », intervenante en milieu scolaire, professionnel du corps enseignant

Atelier « Soutien, accompagnement des familles et prévention du suicide des jeunes ».

Intervenants : Mme CHENEAU, responsable d'antenne Toulouse et sa région, pour l'association PHARE Enfants-Parents, animatrice de groupe de paroles et présence d'une psychologue

11 h 30 à 12 h 30 : Restitution illustrée en grand groupe et débat collectif.

Mme ROCQUES-DARROY, animateurs d'ateliers et Mr REVENU (illustrateur graphique).

13 h 30 à 14 h 30 et de 14 h 30 -15 h 30 : 4 ateliers

Atelier « Addictions et prévention du suicide chez les jeunes »

Intervenants : Point Accueil Ecoute Jeunes (ARPADE), Addictions France

Atelier « Troubles des Conduites Alimentaires et prévention du suicide chez les jeunes »

Intervenants : Mme BOIS Claude, Présidente de l'Association régionale

« Anorexie Boulimie Occitanie » et intervenante auprès des familles, des personnes souffrant de Troubles des Conduites Alimentaires (Anorexie mentale, Boulimie, Hyperphagie) et de professionnels de santé. Présence de professionnels de santé.

16 h à 17 h : Synthèse de la journée – et conférence de clôture par les intervenants.

Inscription par mail sante@la5c.fr ou par téléphone 07.77.69.03.37

Au Groupe d'Entraide Mutuelle Solifin : 11 bd du Comminges

Concert-chorale « Voix sans masque »

Mercredi 14 octobre à 14 h. Pendant des mois, dans l'intimité du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Solifin, des hommes et des femmes vivant se sont réunis autour d'une passion commune : le chant.

Ensembles, ils ont appris à apprivoiser leurs doutes, à accorder leurs voix et à transformer leurs fragilités en une véritable force collective.

À travers ce concert intimiste baptisé « Voix sans masque », ces chanteurs du cœur ont choisi de se dévoiler en toute authenticité devant le public qui compte le plus pour eux : leurs familles. Un moment suspendu où la musique prend le relais des mots pour dire l'espoir, le chemin parcouru et la fierté d'être ensemble.

Sur réservation par téléphone au 06.49.73.56.17.

À la découverte du GEM Solifin - Journées Portes Ouvertes

Lundis 5 et 12, mardis 6 et 13 octobre de 14 h à 17 h. Parce que la santé mentale concerne chacun d'entre nous et que le lien social est le plus beau des remèdes, le Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Solifin vous ouvre grand ses portes !

Que vous soyez directement concerné, proche d'une personne touchée par des troubles psychiques, ou simplement curieux de découvrir notre fonctionnement, ces journées sont conçues comme une véritable parenthèse d'échange, de bienveillance et de convivialité.

Et pour aller à votre rencontre au cœur de la ville, nous serons également présents sur le marché de Saint-Gaudens ! L'occasion idéale pour échanger quelques mots et faire connaissance en toute simplicité. Réservation par téléphone au 05.61 95.09.48



MONTREJEAU

Journée interculturelle, intergénérationnelle et santé mentale : mercredi 7 octobre

Sous la grande Halle

Découverte sportive et intergénérationnelle

De 10 h à 12h

Organisé par les services parentalité et enfance de la Communauté Cœur et Coteaux du Comminges et animé par le Dispositif intercommunal sport santé (DISS) : parcours moteurs pour les enfants et activités intergénérationnelles entre résidents des EHPAD « Le Mont Royal », « L'Hermitage » et les enfants.

Initiation et démonstrations de rugby

De 14h-16h

Organisé par l'école de rugby de Montréjeau/Gourdan-Polignan pour enfants et familles.

Sous la petite halle

Ateliers jeux de rôles, mimes et atelier "des sons et des mots »

De 14 h à 18 h

Organisé par les services parentalité et enfance de la Communauté Cœur et Coteaux du Comminges et des bénévoles d'Épicentre.

À l'office du tourisme

Exposition de photographies et jeu de pistes, 6 rue du Barry.

Journée interculturelle, intergénérationnelle et santé : samedi 10 octobre

Place Valentin Abeille

Chasse aux trésors organisé par Epicentre. Pour tout public.

De 14 h à 17 h

Énigmes à résoudre, indices bien cachés et mystères à percer... Seul, en famille ou entre amis, enfiler votre panoplie de détective et partez à l'aventure ! Observation, logique et esprit d'équipe seront vos meilleurs atouts pour déjouer les pièges du parcours et toucher du doigt le précieux trésor.

Hall de la ludothèque, Rue du Barry, Hôtel de Lassus

Atelier d'écriture proposé par l'association Épicentre

De 14 h à 17 h

Cet après-midi créatif vous invite à redécouvrir l'art ancestral de la goguette : l'art de réécrire les paroles d'un air célèbre pour en faire une chanson drôle, engagée ou poétique ! Tout Public.

Ludothèque, Rue du Barry, Hôtel de Lassus

Ateliers jeux de société et grands jeux en bois

De 14 h à 17 h

La ludothèque vous invite à partager un moment hors du temps, placé sous le signe de la convivialité et de la découverte. Venez tester une sélection de jeux de société variés et vous mesurer à vos proches sur nos grands jeux en bois traditionnels. Tactique, réflexes et fous rires garantis !

Cinéma les Variétés, 7 Place de verdun

Ciné-rencontres

Dimanche 11 octobre à 18 h

Projection du documentaire « Les esprits libres », de Bertrand Hagenmüller, suivi d'un débat avec le public. Au cœur d'un établissement spécialisé, le documentaire suit une expérience artistique hors du commun : des hommes et des femmes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou des troubles apparentés s'engagent dans un processus de création encadré par des artistes. Loin du regard clinique habituel, la caméra se pose avec douceur sur l'étincelle qui demeure. On y découvre que si les mots se perdent et que les souvenirs s'embrument, la sensibilité, l'humour et l'émotion restent intacts. À travers la peinture, le théâtre ou la musique, ces "esprits libres" s'affranchissent des contraintes de la maladie pour reprendre place dans le monde.

À la médiathèque communale, rue Nastrade

Tout le mois d'octobre : sélection de documents adulte et jeunesse (documentaires, album, Bd...) sur le thème de la santé mentale à découvrir sur place et/ou à emprunter.

Du 5 au 18 octobre : **Présentation d'ouvrages** sur la santé mentale.

A la Communauté de communes, salle Fréchou, 18 av du Commandant Taillefer

Webconférence pour les aidants « Et si accompagner était une chance ? » Une autre philosophie de l'aidance.

Mardi 6 octobre de 14 h 30 à 15 h 30

Participez en direct aux conférences en ligne et posez vos questions à nos experts. Mathieu Briest, philosophe. Les aidés seront accueillis par des professionnels de santé durant le temps de la conférence. Inscription par téléphone au 05.62.00.37.51.

Salle des associations, avenue de Martiques

Atelier Art Créatif proposé par l'ADMR. Réservé aux personnes de plus de 60 ans.

Mercredi 7 octobre – de 14h30 à 17h

Une après-midi de partage et de création artistique animée par Solange FOREST, psychopraticienne et art-thérapeute. Au choix des participants, il sera proposé la création de petites œuvres personnelles, en utilisant plusieurs matériaux tels que du papier, carton, bois, avec peinture, pastel, pliage, autour de lecture et poésie. La fin d'après-midi sera clôturée par un temps convivial autour d'un goûter. Sur inscription 05.61.88.17.00.

Ludothèque Intercommunale, rue Nastrade

Semaine dédiée à la santé mentale, au lien intergénérationnel et au jeu Access.

Le mercredi 7 octobre de 15h à 17h.

La ludothèque proposera un atelier parent, grands-parents et enfants intitulé « Inventons notre monde Idéal », animé par Roxane Vidalon, artiste philosophe. Au programme : dessins, textes et collages. Sur inscription au 05.61.88.72.04.

Journée intergénérationnelle autour de l'art et de la santé mentale, le 14 octobre après midi, sous les 2 Halles de la Mairie de L'Isle en Dodon

Lecture et atelier créatif autour du papier de 14 h à 17 h. Organisé par la Médiathèque communale.

Animation sportive Intergénérationnelle de 14 h à 17 h organisée par le Dispositif sport santé Intercommunal. Pour les résidents de l'EHPAD et les enfants de l'ALSH.

Stand information jeunesse et stand MJC de l'Isle en Dodon : Venez rencontrer la coordinatrice Jeunesse du territoire cœur et coteaux du Comminges qui vous présentera les principales

ressources et aides pour les jeunes : l'information, l'autonomie, l'emploi, l'accompagnement... L'équipe de la MJC présentera une animation autour des bienfaits d'une activité culturelle sur la santé mentale auprès des jeunes.

Atelier jeux organisé par la Ludothèque, de 14 h à 17 h. Venez découvrir ou redécouvrir le plaisir de jouer ensemble grâce à une sélection originale de grands classiques, tactiles, spectaculaires et accessibles à tous. Petits, grands, seniors ou personnes en situation de handicap pourront participer. En famille, entre amis ou en solo, laissez le jeu créer du lien, stimuler la mémoire, rompre avec le quotidien et renforcer le bien-être mental de chacun.

Cinéma, Boulevard des Martyrs de Meilhan

Ciné-débat

Projection du documentaire « Les esprits libres » de Bertrand Hagenmüller

Le 15 octobre de 15 h à 16 h 30 suivi d'un débat avec un médecin et une aidante.

Au cœur d'un établissement spécialisé, le documentaire suit une expérience artistique hors du commun : des hommes et des femmes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou des troubles apparentés s'engagent dans un processus de création encadré par des artistes. Loin du regard clinique habituel, la caméra se pose avec douceur sur l'étincelle qui demeure. On y découvre que si les mots se perdent et que les souvenirs s'embrument, la sensibilité, l'humour et l'émotion restent intacts. À travers la peinture, le théâtre ou la musique, ces "esprits libres" s'affranchissent des contraintes de la maladie pour reprendre place dans le monde.

Halle de l'Isle en Dodon, Festival littérature jeunesse

Samedi 17 octobre

Porté par l'association FE.RU.E (Festival Rural et Engagé de Littérature Jeunesse), cet événement incontournable met à l'honneur le plaisir de lire et la créativité sous toutes ses formes. Pensé pour les enfants, les adolescents et les familles, le festival investit la Halle de l'Isle-en-Dodon le temps d'une journée riche en découvertes et en partages. Favoriser l'accès à la culture en milieu rural, encourager l'imaginaire des plus jeunes et tisser du lien social autour du livre et de la création artistique.

La Médiathèque propose des ateliers et ouvre ses portes pour des lectures et des moments d'échange.

La Ludothèque intègre le livre au cœur du jeu à travers des animations ludiques et interactives. La MJC-EVC contribue à la convivialité du site en proposant des espaces d'accueil et de détente.

Journées France services

Du 5 au 10 octobre

Venez rencontrer les conseillers France Services de L'Isle-en-Dodon et Boulogne-sur-Gesse et découvrir leurs missions d'aide aux démarches administratives du quotidien.

Présence sur le marché de L'Isle-en-Dodon (samedi matin) et Boulogne sur Gesse (mercredi matin)

Journée permanences CARSAT **le vendredi 9 octobre** à la France Services de Boulogne-sur-Gesse. Atelier CPAM : compte Ameli et Mon espace Santé.

Permanences à la mairie de PUYMAURIN, SAINT-LAURENT, PEGUILHAN et BLAJAN.

Pour tout renseignement, contacter le 05.62.00.37.51 (L'Isle-en-Dodon) ou le 05.61.94.74.40 (Boulogne-sur-Gesse).

Ciné Lumières, boulevard J. Mujica

Ciné-Rencontres

Projection du documentaire « Les esprits libres » de Bertrand Hagenmüller.

Lundi 5 octobre à 18 h

Au cœur d'un établissement spécialisé, le documentaire suit une expérience artistique hors du commun : des hommes et des femmes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou des troubles apparentés s'engagent dans un processus de création encadré par des artistes.

Loin du regard clinique habituel, la caméra se pose avec douceur sur l'étincelle qui demeure. On y découvre que si les mots se perdent et que les souvenirs s'embrument, la sensibilité, l'humour et l'émotion restent intacts. À travers la peinture, le théâtre ou la musique, ces "esprits libres" s'affranchissent des contraintes de la maladie pour reprendre place dans le monde.

Ludothèque Intercommunale, 4 av Bergounan

Atelier "La peinture intuitive »

Le jeudi 15 octobre de 9 h à 12 h

Venez partager un moment créatif avec votre enfant : "La peinture intuitive"

La créativité c'est bon pour les enfants, mais pas que... Cela vous permettra de renforcer votre relation, de passer un moment de qualité avec vos enfants sans se poser de questions, l'idée c'est de lâcher prise. Sur inscription par Tél. 05.61.90.61.77.

Projet interculturel et musical

Le jeudi 8 octobre

Dans le cadre d'un partenariat interculturel entre le collège Charles SURAN, la ludothèque et l'ADAC (Association pour le développement des arts en Comminges), cet événement propose une immersion musicale chaleureuse destinée aux collégiens, aux familles et aux habitants de la commune. L'objectif : créer du lien social et favoriser l'ouverture culturelle à travers la découverte instrumentale et le plaisir de la musique.

De 17 h 30 à 18 h 30. Séquence jeunesse & familles.

Autour de l'histoire de la famille éléphant, qui rentre dans le thème "le livre de la jungle », présentation des flûtes à bec de différentes tailles et tessitures après des enfants de l'ALAE (Accueil de loisirs associé à l'école), des familles et des élèves internes du collège pour un moment de découverte et d'émerveillement partagé des instruments.

À partir de 18 h 30, un professeur de musique réalisera une présentation et un démontage de l'accordéon puis un petit concert.

A l'EHPAD Elvire Gay, 3 avenue de Saint-Gaudens

Animation sportive adaptée et intergénérationnelle

Le mercredi 15 octobre

De 10 h à 12 h. Organisé par le Dispositif Sport Santé Intercommunal pour les résidents, les bénéficiaires du SAAD (service d'aide et d'accompagnement à domicile de Boulogne sur gesse) et les enfants de l'ALSH (Accueil de loisirs sans Hébergement).

Journées France services

Du 5 au 10 octobre

Venez rencontrer les conseillers France Services de L'Isle-en-Dodon et Boulogne-sur-Gesse et découvrir leurs missions d'aide aux démarches administratives du quotidien.

Présence sur les marchés de L'Isle-en-Dodon (samedi) et Boulogne-sur-Gesse (mercredi).

Le vendredi 9 octobre à la France Services de Boulogne-sur-Gesse. Permanences CARSAT et atelier CPAM : Information sur le compte Ameli et Mon espace Santé.

Permanences à la mairie de PUYMAURIN, SAINT-LAURENT, PEGUILHAN et BLAJAN.

Pour tout renseignement, contacter le 05.62.00.37.51 (L'Isle-en-Dodon) ou le 05.61.94.74.40 (Boulogne-sur-Gesse).

Pour tout renseignement, courriel : sante@la5c.fr. Tél. 05.82.59.00.04/05.61 89.21.42

