



Semaines d'information
sur la santé mentale

COMMUNIQUÉ DE PRESSE



Du 5 au 18 octobre 2026

37^e Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)



" Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts "

Du 5 au 18 octobre 2026 aura lieu la 37^e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM). Des milliers d'événements seront organisés partout en France métropolitaine et ultramarine pour promouvoir la santé mentale, déstigmatiser les troubles psychiques et fédérer en faveur de la santé mentale. Dans l'Ain, ce sont plus de 67 événements qui se dérouleront pendant la quinzaine, avec pour thème l'art.

Cette édition des SISM, temps fort de l'année « Grande Cause Nationale », est placée sous le haut patronage du Ministère de la Culture. La santé mentale concerne tous les champs de la vie quotidienne, nous sommes donc toutes et tous légitimes pour organiser ou participer à un événement pendant les SISM.

La thématique des arts s'appuie notamment sur le rapport publié en 2019 par l'Organisation mondiale de la Santé, fondé sur plus de 3 000 études, qui confirme **les effets positifs des activités artistiques sur la santé mentale, physique et sociale**. Selon l'OMS, les activités artistiques « apportent des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur et que l'art soit choisi par la personne ou orienté par un professionnel ». Elles favorisent la régulation émotionnelle, réduisent le stress, renforcent les liens sociaux et participent à la prévention de la dépression et de l'isolement. Les arts jouent également un rôle dans le rétablissement des personnes concernées par des troubles psychiques et dans la réduction des inégalités sociales en santé, en facilitant la participation de publics souvent éloignés des dispositifs traditionnels.

Ces activités incluent **une grande variété de formes artistiques** :

- Les arts du spectacle : musique, danse, théâtre, chant ou cinéma ;
- Le design, l'artisanat et les arts visuels : peinture, photographie, sculpture et textiles ;
- La littérature : écriture, lecture et participation à des festivals littéraires ;
- La culture : musées, galeries, expositions d'art, concerts, théâtres, événements communautaires, festivals culturels et foires ;
- Les arts en ligne, numériques et électroniques : animations, films et infographie.

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.

Dans le département de l'Ain, grâce à une dynamique partenariale, de nombreux acteurs se sont mobilisés pour proposer plus de 67 événements (sous la forme de d'expositions, d'ateliers participatifs, de conférences, de spectacles, de contes, etc.).

Des exemples d'évènements programmés :

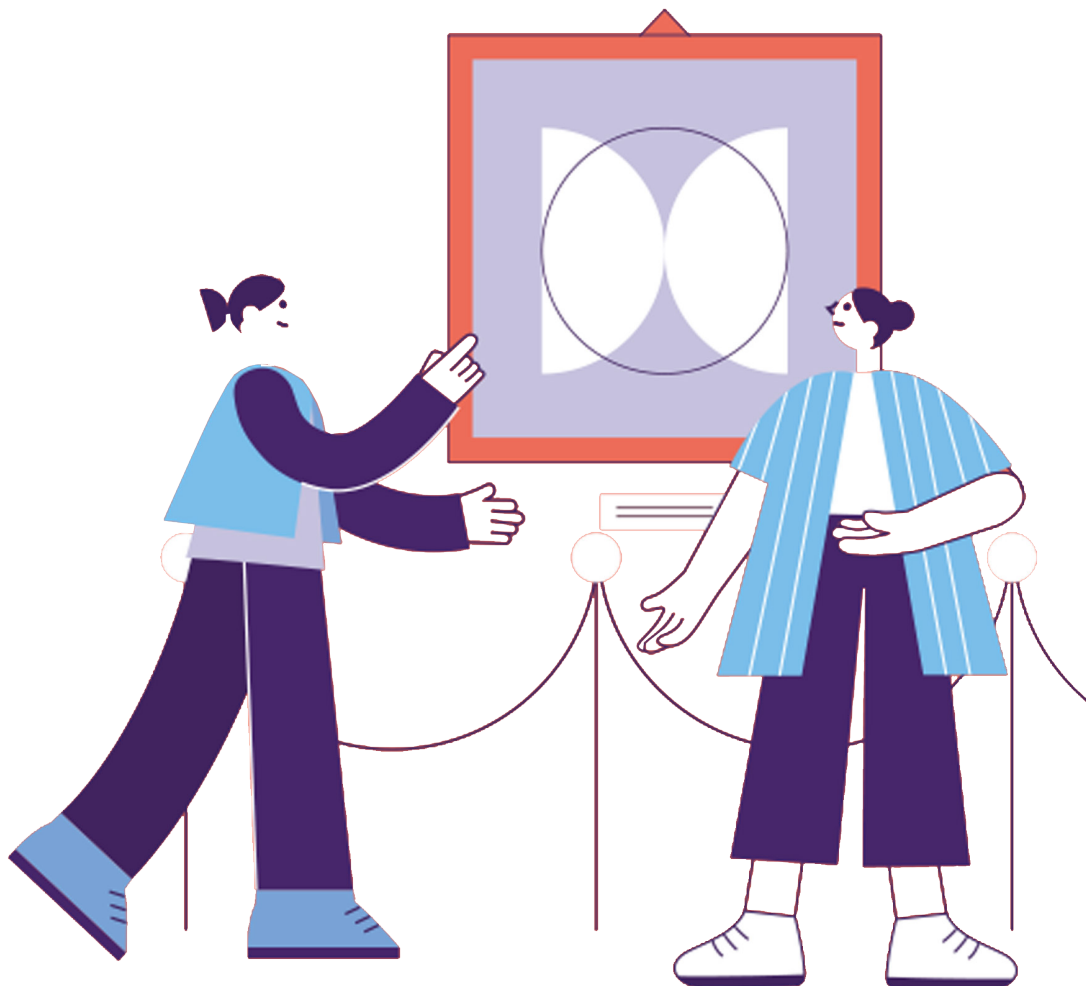
- Du 8 au 17 octobre, sur 5 dates, exposition « L'art libère, l'art rassemble. Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ». Ghislain Loussingui, ex-rappeur Mystik, écrivain et concepteur de projets, a animé 20 ateliers sur les 5 territoires des Conseils Locaux de Santé Mentale de l'Ain : Bourg-en-Bresse-Péronnas-St-Denis-lès-Bourg, Oyonnax-Bellignat, Bugey Sud, Terre Valserhône et Pays de Gex. Ces ateliers d'écriture ont donné naissance à une **œuvre collective unique qui sera exposée tour à tour en itinérance sur les 5 territoires, avec la présence de Ghislain et des créateurs** pour présenter leur démarche et répondre à vos questions.
- Dans le cadre de ses 25 ans d'existence, l'association Vivre en Ville 01 inaugurera avec un vernissage l'exposition des œuvres des réalisées sous différentes formes à Bourg-en-Bresse, Oyonnax à Ambérieu-en-Bugey.
- Réalisation d'une œuvre collective et participative sur une journée à Ferney-Voltaire
- Exposition de photographie réalisés par les adhérents du GEM à Montluel

Tous les évènements seront disponibles sur le site Notre Santé Mentale dans l'Ain

sante-mentale-ain.fr



Flashez-moi !



CONTACTS

Contact presse CPA
communication@orsac-cpa01.fr

Contact organisateur départemental des SISM 2026
cosm01@orsac-cpa01.fr

