

Appel à participation à la Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM) 2026, sur le thème

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

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont portées depuis des années par le collectif national des SISM. Elles s'adressent au grand public.

Chaque année, citoyens, associations, professionnels organisent des actions d'information et de réflexion dans toute la France.

La 37^{ième} édition aura lieu du 05 au 18 octobre 2026.

A partir du thème (détaillé ci-dessous), chacun peut prendre l'initiative d'organiser une action répondant aux objectifs des SISM.

Pour la quatrième année consécutive, les membres du comité de pilotage de la SISM d'Indre et Loire (l'UNAFAM, les CLS et CLSM (Tours Métropole), VYV 3 Centre Val de Loire, le GEM 37, la FRAPS, la Ville de Tours, le CHRU de Tours, la MGEN, la MDPH) **vous proposent de faire part des éventuels projets que vous aimeriez développer dans le cadre de cet événement.**

Il y a la possibilité de coorganiser des événements. Les rencontres, réunions peuvent permettre de travailler et créer ensemble, permettre de regrouper des initiatives sur un même événement.

Vous trouverez ci-dessous le détail des objectifs des SISM, du thème et des engagements à respecter si vous souhaitez soumettre et porter un projet dans le cadre de l'édition 2026, en prenant part à ce collectif.

Les objectifs des SISM :

- **SENSIBILISER** le public aux questions de la santé mentale.
- **INFORMER** sur les différentes approches de la santé mentale (en lien avec le thème).
- **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.

Thème 2026 : « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts »

« 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. Basé sur plus de 3000 études, ce rapport 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. »

Ces activités peuvent se décliner sous différentes 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.

Pratiquer un art c'est être **actif dans la création** ou **être réceptif**. Ces activités apportent des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur.

1. Les bienfaits des arts sur notre santé :

Les activités artistiques influencent profondément la **santé physique, mentale et sociale** des individus.

Les bénéfices se situent dans le champ de la **prévention et de la promotion de la santé** ainsi que dans le domaine **curatif et palliatif**.

2. Les bienfaits, sur la santé mentale, tout au long de notre vie :

S'engager et fréquenter des lieux culturels impacte positivement les différents types de bien-être. Plus les activités artistiques sont débutées tôt et pratiquées tout au long de la vie, plus les bénéfices de bien-être sont importants.

Les arts jouent aussi un rôle dans la réduction des inégalités sociales. Les arts jouent aussi un rôle dans la cohésion sociale en réduisant l'isolement ou encore en faisant des ponts entre les communautés et en soutenant la résolution des conflits.

3. La contribution des arts au rétablissement :

Les arts contribuent au rétablissement des personnes concernées par un trouble psychique. Les bénéfices sont liés à la modification de la vision d'eux-mêmes, aux possibilités d'expression, à la stimulation de la mémoire, au développement de leurs compétences, à l'amélioration de l'estime de soi, à la réduction du stress, à la création d'un réseau de soutien. La pratique d'un art rend la personne active.

4. La place de l'art-thérapie :

L'art-thérapie constitue « une pratique de soin fondée sur l'utilisation thérapeutique du processus de création artistique ». Les œuvres appartiennent à la personne concernée. Lorsqu'elles sont exposées, elles doivent être présentées et perçues comme des productions artistiques, afin d'y rechercher leurs caractéristiques esthétiques et non pas les signes des troubles psychiques. Déstigmatiser les œuvres, c'est contribuer à la déstigmatisation des troubles psychiques et des personnes concernées.

5. Quelques initiatives inspirantes :

La pop culture participe à déconstruire les préjugés en mettant en avant des récits de rétablissements. Les programmes interministériels et régionaux « Culture et Santé » permettent de monter un projet artistique dans les établissements de santé et médico-sociaux. Les « ordonnances muséales » permettent aux patients d'aller gratuitement aux musées en complément des soins traditionnels. Le dispositif « Culture Relax » offre l'opportunité d'assister à des séances culturelles dans un cadre adaptés à tous.....

6. Recommandations :

L'OMS recommande de renforcer les collaborations dans les différents milieux, de veiller à rendre disponible des formes d'art diverses et accessibles, tout au long de la vie et pour tout le monde.

Les arts jouent un rôle **préventif, thérapeutique** et constituent un **pilier essentiel pour la santé mentale et physique** en renforçant le bien être individuel et collectif.

Pistes des thèmes pouvant être abordés lors des manifestations des SISM 2026 (à retrouver sur la page des SISM 2026) : [Les SISM 2026 - SISM](#)

- Définir et comprendre les différentes pratiques artistiques et leurs impacts, intérêts, importances.
- Faciliter l'engagement artistique de l'autre. (Lister les lieux, favoriser l'inclusion et l'accessibilité, comment adapter l'art et la rendre bénéfique.)
- Rétablissement et engagement artistique : place de l'art dans le rétablissement, la pop-culture, déstigmatisation par l'art, intégrer l'art dans le projet de soin...
- S'intéresser à la santé mentale des professionnels du milieu culturel et artistique.
- Sensibiliser à l'art à tous les âges et sensibiliser aux égalités femme homme, à la prévention des violences par l'intermédiaire de l'art, de la culture.
- Identifier et sensibiliser les rôles des politiques : promotion de la pratique artistique, prévention, protection de la santé, favoriser l'accessibilité des milieux culturels...

En complément d'information, le lien vers le site internet des SISM : <https://www.semaines-sante-mentale.fr/>

Calendrier :

- **Avant le 2 février 2026** : dépôt des propositions d'actions dans le cadre de l'appel à participation via le formulaire d'inscription suivant :
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdFCOuA1wLxD57UBtecwQh6omOp7Ps_zUKd6cKALjyEigUa_IA/viewform?usp=header
- **Mardi 10 février 2026 à 10h**: validation par les membres du comité de pilotage des projets proposés.
- **Jeudi 12 mars 2026 à 10h** : réunion d'échange entre les porteurs de projets et les membres du comité de pilotage. (le lieu de la réunion sera précisé ultérieurement).

Les membres du comité de pilotage pourront vous apporter un regard et une aide sur le déploiement de vos projets. Notamment, la Fédération Régionale des Acteurs en Promotion de la Santé (FRAPS) 37 qui accompagne les acteurs locaux : soutien méthodologique, mise à disposition d'outils d'intervention, relais des supports en prévention (brochures, affiches...).

La mutualisation des différents projets sur un même support de communication permettra de donner de la visibilité à votre action auprès des partenaires territoriaux.

Engagements et implication des porteurs de projet :

- Respecter le thème, les valeurs, les objectifs, les dates et la charte de communication pour la mise en place des événements (tous ces éléments étant définis au niveau national) ;
- Participer aux réunions d'échange et d'interconnaissance entre les porteurs de projets et les membres du comité de pilotage.
- Mutualiser les informations propres à son/ses projet(s) (nom des manifestations, date, horaires, lieu, intervenant, inscription...) sur le support de communication commun à l'ensemble des manifestations de la SISM 2026 sur l'Indre et Loire avant fin juin 2026 ;
- Proposer et organiser un ou plusieurs événements dans le respect de valeurs humanistes et laïques...
- Enregistrer son action et le bilan de celle-ci sur le site internet de la SISM nationale.
- Participer à la réunion de bilan avec les autres membres organisateurs et transmettre son bilan.

Pour plus d'information vous pouvez contacter Elyse MARMAIN, coordinatrice du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) 37 (coordinationgem37.cvl@vyv3.fr) ou 06.07.57.07.63.

Bonne réflexion et bons projets à vous.

Le COPIL de la SISM 37

