



Sism.

Semaines d'information sur la santé mentale



**Pour notre santé mentale
ouvrons-nous
aux arts**

**du 8 au 23 octobre 2026
en Pays de Craon**

Pour plus de renseignements, contactez votre animatrice du Contrat Local de Santé au 07 85 51 53 43.



LE PROGRAMME

08.10

Renazé

Ciné-rencontre et projection du film « Soyons fous » en présence du producteur du film et de l'association Main Tendue.

- 🕒 20h
- 👤 Tout public
- 💰 5 €

Craon

Vernissage de l'exposition « Osons créer, osons en parler ! ».

- 🕒 16h > 18h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit

09.10

Livré-la-Touche

Café poussette animé par une spécialiste en périnatalité et un professionnel de santé, sur la thématique de la dépression post-partum.

- 🕒 9h30 > 12h
- 👤 Familles
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

13.10

Craon

Atelier « Libérez votre voix ».

- 🕒 15h > 16h30
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

Cossé-le-Vivien

Atelier « Libérez votre voix ».

- 🕒 18h > 19h30
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

Craon

Café mortel, temps d'informations convivial sur la thématique de la mort.

- 🕒 19h > 20h30
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

14.10

Craon

Séance partagée parents-enfants proposée par l'Établissement d'Enseignements Artistiques du Pays de Craon.

- 🕒 17h > 18h
- 👤 Familles
- 💰 7 € / Sur inscription

15.10

Craon

Représentation du spectacle « Tant bien que mal » de la compagnie Mmm..., dans le cadre de la Saison culturelle du Pays de Craon.

- 🕒 20h > 22h
- 👤 Dès 12 ans
- 💰 14 € (voir tarifs de la saison)

16.10

Cossé-le-Vivien

Relaxation créative au musée Robert Tatin.

- 🕒 9h30 > 11h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

19.10

Renazé

Atelier découverte de l'art-thérapie.

- 🕒 10h > 11h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

20.10

Cossé-le-Vivien

Atelier cuisine-thérapie.

- 🕒 10h > 12h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

Renazé

Spectacle « Vivre avec ses émotions et celles de son enfant ».

- 🕒 18h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

21.10

Renazé

Une journée pour partager, jouer, créer et prendre soin de soi en famille, avec des petites histoires, de la réflexologie, des ateliers cuisine, etc.

- 🕒 À partir de 10h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

22.10

Craon

Café-parents et lecture du livre « La couleur des émotions ».

- 🕒 10h > 11h30
- 👤 Familles
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

Cossé-le-Vivien

Atelier Musico Terre Happy.

- 🕒 18h30 > 20h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

23.10

Cossé-le-Vivien

Atelier découverte de l'art-thérapie.

- 🕒 10h > 11h
- 👤 Tout public
- 🆓 Gratuit / Sur inscription

Besoin d'indications supplémentaires ?

Retrouvez toutes les infos pratiques des événements ici !

