



*Sism.*

Semaines d'information  
sur la santé mentale

5 au 18 octobre

2026



Pour notre santé mentale  
ouvrons-nous  
aux  
*arts*



Tarentaise



# ✦ Programme ✦

## Tables thématiques sur la santé mentale et les arts

Du lundi 5 au samedi 17 octobre  
aux horaires d'ouverture de la médiathèque

Sélection de divers supports (livres, CD...) à emprunter pendant les SISM sur le thème national "Pour notre santé mentale, ouvrons nous aux arts". Ces tables thématiques seront accompagnées d'une ambiance zen "bains sonores" et de podcast/playlist.

**Gratuit**

- Médiathèque, 7 place Louis Lungo, MOÛTIERS
- Organisé par la Communauté de Communes Cœur de Tarentaise
- Contact : [mediatheque@coeurdetarentaise.fr](mailto:mediatheque@coeurdetarentaise.fr) / 04 79 24 59 83

• **Tout public**

## L'atelier de Kiki avec l'artiste peintre Kiki Sorio

Mercredi 7 octobre de 9h30 à 11h30

Sur inscriptions (12 places)

Atelier pour tous, avec la réalisation d'un dessin au fusain.

**Gratuit**

- Maison des Arts, 7 rue de la Cachouriaz, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par la Communauté de Communes des Versants d'Aime, en partenariat avec Kiki Sorio, artiste-peintre
- Inscription auprès de la Maison des Arts d'Aime : 04 79 55 31 85 / 06 25 70 74 75
- Contact : Pascal Laillé, [assistant-culturel@versantsdaime.fr](mailto:assistant-culturel@versantsdaime.fr)

• **Tout public, à partir de 8 ans**

## Conférence "Mon enfant souffre d'anxiété"

Jeudi 8 octobre de 18h à 20h

**Gratuit**

Conférence interactive destinée aux parents d'enfants et d'adolescents. Pour mieux comprendre ce qu'est l'anxiété, mieux se positionner en tant que parent, avoir des outils et des ressources. Animée par Laëtitia Guillaume, psychologue clinicienne, psychothérapeute et enseignante.

- Salle des fêtes, 1112 av. de Tarentaise, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par le Contrat Local de Santé de l'APTV, en partenariat avec la commune d'Aime-la-Plagne
- Contact Séverine BENOIT : [severine.benoit@arcodev.fr](mailto:severine.benoit@arcodev.fr)

• **Parents d'enfants et adolescents**

## Projection du film "Sur l'Adamant"

Vendredi 9 octobre à 18h30

**Gratuit**

Film documentaire de Nicolas Philibert, 2023.

*L'Adamant est un Centre de Jour unique en son genre : c'est un bâtiment flottant. Ce film nous invite à monter à son bord pour aller à la rencontre des patients et soignants qui en inventent jour après jour le quotidien.*

- Médiathèque, 7 place Louis Lungo, MOÛTIERS
- Organisé par la Communauté de Communes Cœur de Tarentaise
- Contact : [mediatheque@coeurdetarentaise.fr](mailto:mediatheque@coeurdetarentaise.fr) / 04 79 24 59 83

• **Tout public, conseillé à partir de 12 ans**

## Conférence "La musique, une alliée pour notre santé mentale"

Vendredi 9 octobre à 19h

Sur inscription

Gratuit

Pourquoi une chanson nous apaise-t-elle ou un air de musique fait-il remonter un souvenir ? Explorons ensemble les liens entre musique, cerveau et émotions, et la place qu'elle occupe dans nos vies. Animée par Bénédicte Fielding, musicothérapeute.

- Ecole de musique, 288 Rue Jean Moulin, BOURG-SAINT-MAURICE
- Organisé par l'Ecole de musique de Bourg-Saint-Maurice de la CCTH
- Inscription auprès de Bénédicte Fielding
- Contact : 06 84 22 65 80 / [contact@benedicte-fielding.com](mailto:contact@benedicte-fielding.com)
- **Tout public**

## Atelier Kintsugi, l'art de la résilience

Sur inscription

Samedi 10 octobre de 10h à 12h

Gratuit

Atelier de création artistique pendant la semaine du deuil périnatal, animé par une art-thérapeute. Prioritairement destiné aux personnes ayant été confrontées à la perte d'un enfant, mais possibilité d'inscription si places disponibles. Médiations artistiques proposées : collage, embossage poudre dorée, écriture, poésie, photolangage et musique.

- Espace Associatif Cantonal (EAC), 94 Grande Rue, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par l'EAC, en partenariat avec Jessica Jeantet, art-thérapeute
- Inscription au 04 79 55 57 14
- Contact : [Marine Piollat famille@eac-aime.com](mailto:Marine.Piollat.famille@eac-aime.com)
- **Prioritairement pour les personnes ayant été confrontées à la perte d'un enfant**

## Café créatif « Souvenirs d'étoiles »

Mercredi 14 octobre de 9h30 à 11h

Sur inscription

Gratuit

Moment dédié à la création de ces petits objets-totems, objets de lien, de rite, qui permettent de matérialiser l'existence d'un bébé que très peu de personnes ont connu et/ou le deuil d'un enfant passé sous silence. Café-créatif, doux et bienveillant pour les parents.

- Espace Associatif Cantonal (EAC), 94 Grande Rue, AIME-LA-PLAGNE
- Organisé par l'EAC, en partenariat avec Jessica Jeantet, art-thérapeute
- Inscription au 04 79 55 57 14
- Contact : [Marine Piollat famille@eac-aime.com](mailto:Marine.Piollat.famille@eac-aime.com)
- **Prioritairement pour les personnes ayant été confrontées à la perte d'un enfant**

## Atelier de chant pour les aînés

Sur inscription

Jeudi 15 octobre à 10h

Gratuit

Pas besoin de savoir chanter pour participer ! Cet atelier convivial invite à redécouvrir le plaisir de chanter ensemble : chansons connues, jeux vocaux, mémoire, souffle et lien social. Animé par Bénédicte Fielding, musicothérapeute.

- Ecole de musique, 288 Rue Jean Moulin, BOURG-SAINT-MAURICE
- Organisé par l'Ecole de musique de Bourg-Saint-Maurice de la CCTH
- Inscription auprès de Bénédicte Fielding : 06 84 22 65 80 [contact@benedicte-fielding.com](mailto:contact@benedicte-fielding.com)
- **Seniors**



Coordination du collectif local : CLS APTV : [jessica@latraceduflocon.art](mailto:jessica@latraceduflocon.art)



Cie Fil Rouge

