

LA SEMAINE D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

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.**

Cette édition des SISM, temps fort de l'année « Grande Cause Nationale », est **placée sous le haut patronage du Ministère de la Culture**.

La thématique de l'année sur les arts s'appuie notamment sur le rapport publié en 2019 par l'Organisation mondiale de la Santé, qui confirme **les effets positifs des activités artistiques sur la santé mentale, physique et sociale.**



Le **Centre Intercommunal d'Action Sociale**, dans le cadre du **Contrat Local de Santé**, en partenariat avec le **service culture des 7 Vallées** vous propose un programme varié durant toute une semaine.

VILLAGE SANTÉ DES 7 VALLÉES

Un autre rendez-vous en octobre à ne pas manquer : Jeudi 29 octobre de 10h à 16h à la salle du manège d'Hesdin-la-Forêt, venez parcourir le village santé des 7 Vallées avec des animations, des stands d'informations, des jeux, des défis, un escape game, etc. (entrée libre).

INFORMATIONS PRATIQUES

INFORMATIONS & RÉSERVATIONS

ÉVÈNEMENTS DU CENTRE INTERCOMMUNAL D'ACTION SOCIALE (BLEU)

CIAS DES 7 VALLÉES
03.74.63.00.22 - CIAS@7VALLÉES.FR

ÉVÈNEMENTS DU SERVICE CULTURE (VIOLET)

OFFICE DE TOURISME DES 7 VALLÉES
PL. D'ARMES 62140 HESDIN-LA-FORÊT - 03.21.86.19.19 -
CULTURE@7VALLÉES.FR - WWW.LESPETITSBILLETS.NEOPSE.COM

PARTENAIRES



l'Assurance Maladie
Agir ensemble, protéger chacun

Côte d'Opale



défi autonomies en ors
Bien vieillir en Hauts de France



L'essentiel & plus encore



POUR NOTRE SANTÉ MENTALE OUVRONS-NOUS AUX ARTS

DU 5 AU 18 OCTOBRE 2026

Le Centre Intercommunal d'Action Sociale dans le cadre du Contrat Local de Santé en partenariat avec le service culture des 7 Vallées vous présente

Semaine d'information sur la santé mentale!

GRANDE CAUSE NATIONALE

Retrouvez toute la programmation des spectacles et animations dans les 7 Vallées !

CCTV, ne pas jeter sur la voie publique.



INFORMATIONS :

03.74.63.00.22 - CIAS@7VALLÉES.FR - WWW.7VALLÉES.FR



PROGRAMME

OCTOBRE 2026



LUNDI 5 OCTOBRE À PARTIR DE 18H



TOUT PUBLIC

QUAND LES ARTS NOUS FONT DU BIEN SOIRÉE D'OUVERTURE / THÉÂTRE-FORUM

AU CENTRE HOSPITALIER D'HESDIN-LA-FORÊT

Quand les arts nous font du bien !

Et si nous profitions d'une soirée pour aborder la santé mentale autrement ?

La troupe "Ouvrons le dialogue" vous propose un théâtre-forum participatif et accessible à tous, afin d'échanger librement sur un sujet qui nous concerne tous : notre santé mentale.

À travers deux saynètes inspirées du quotidien, les comédiens nous inviteront à questionner nos représentations :

- Faut-il forcément aller très mal pour prendre soin de sa santé mentale ?
- Pourquoi est-il parfois difficile de dire que l'on ne va pas bien ?
- Comment dépasser les idées reçues et oser demander de l'aide ?

La seconde partie explorera le rôle des arts dans notre bien-être : exprimer une émotion, créer, chanter, danser, écrire ou simplement partager un moment ensemble. Autant de moyens de faire du bien, de tisser des liens et de retrouver de l'élan.

Théâtre-forum oblige, le public aura toute sa place pour réagir aux situations, partager son point de vue, imaginer d'autres solutions et échanger avec les comédiens ainsi que les personnes ressources présentes.

Sans conférence ni grands discours, cette soirée placera le théâtre, l'humour, les émotions et le partage au cœur des échanges, dans un cadre convivial et bienveillant.

VENDREDI 9 OCTOBRE À 15H



Théâtre débat

"LE TEMPS POUR NOUS"

À PARTIR DE 55 ANS

LE TEMPS POUR NOUS THÉÂTRE-DÉBAT

SALLE DES FÊTES D'AUCHY-LÈS-HESDIN

Un théâtre-débat joyeux et participatif autour d'une nouvelle étape de la vie : trouver de nouveaux équilibres, préserver ses envies et ses liens et regarder sereinement le temps qui passe.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE



MERCREDI 7 ET JEUDI 8 OCTOBRE



TOUT PUBLIC

CABINET D'ORDONNANCES MUSICALES PAR LA CIE ON/OFF

MER. 7 OCTOBRE

de 10h à 12h : Maison de Santé de Blangy-sur-Ternoise,

de 15h à 17h : Maison de Santé de Beaurainville

JEU. 8 OCTOBRE

de 17h à 20h : Maison de Santé d'Hesdin-la-Forêt



Deux chanteuses-comédiennes accueillent le public pour un échange personnalisé avant d'interpréter une chanson « sur ordonnance ». Entre humour, poésie et émotion, ce spectacle sensible et vivant invite à prendre soin de soi à travers le chant, le partage et les émotions.

SAMEDI 10 OCTOBRE À 10H

TOUT PUBLIC À PARTIR DE 8 ANS

LES JARDINS DU DEDANS

KAMISHIBAI/ PORTES OUVERTES ESPACE FAMILLE

MÉDIATHÈQUE D'AUCHY-LÈS-HESDIN

Une histoire illustrée pour inviter les enfants à découvrir, reconnaître et parler de leurs émotions. Un temps de lecture et d'échange à partager en famille.



SAMEDI 17 OCTOBRE



TOUT PUBLIC

JOURNÉE DES OISEAUX

EXPOSITION DE SCULPTURES ET DE PHOTOS D'OISEAUX

à 15h à la salle des fêtes d'Auchy-lès-Hesdin

SPECTACLE DE MARIONNETTES "L'OISEAU DE PASSAGE"

PAR LA CIE LES INVISIBLES EN RÉSIDENCE MISSION

à 16h à la salle des fêtes d'Auchy-lès-Hesdin

CONCERT FLÛTELAB BXL

À 19h30 à l'Abbatiale d'Auchy-lès-Hesdin

À travers un répertoire varié, ces artistes bruxellois invitent le public à redécouvrir toute la richesse expressive de la flûte.

