

Semaine d'Information sur la Santé Mentale

PROGRAMME DU 03 AU 18 OCTOBRE 2026



03 & 04
octobre

Week-end "bien-être" au MAHB

Le MAHB vous propose le temps d'un week-end de vous faire du bien au travers d'une séance de yoga, un atelier philo et un exercice de Pilate en art thérapie!

Samedi & dimanche de 10 : 00 - 12 : 00 / 14 : 00 - 16 : 00

Inscription individuelle obligatoire (pas de groupe) : 02 31 92 14 21

Ou sur resa-mahb@mairie-bayeux.fr

-à partir de 15 ans et avec conditions de tarifs-

Organisation & lieu : MAHB - Bayeux

07

octobre

Art graphique par l'EPN

Réalisation d'une fresque murale sur la Tapisserie de Bayeux, en art graphique.

Suivi de l'exposition de l'œuvre dans différents espaces publics.

Mercredi de 10 : 00 - 12 : 00 / 14 : 00 - 16 : 00

Complet.

Organisation & lieu : EPN - Bayeux

08

octobre

Projection du film "La Dame"

Le film s'inspire de la légende locale de la dame d'Aprigny.

L'intrigue fait se croiser deux époques : le XVIIIe siècle avec Guinevire de Parseval, et notre époque avec un étudiant en histoire nommé Étienne Sauveur qui enquête sur cette légende.

A l'issue, un échange sera proposé autour d'un rafraîchissement.

Jeudi de 14 : 00 - 16 : 00

Inscription auprès du GEM : 02 31 22 30 73 - Gratuit

Organisation : Le GEM ET TOI

lieu : Salle de L'Odyssée - St Vigor le Grand

Un programme pour tous, proposé dans le cadre de la SISM 2026 sur les communes adhérentes au CLSM du Bessin.



Coordinatrice CLSM :
Emilie QUESNEL
06 70 15 20 94

13

octobre

Projection du film-documentaire : "bateau thérapie"

Animé par sa passion des bateaux, le rétablissement de Bernard, usager schizophrène, se fera en aidant les autres à se rétablir eux-même.

A l'issue de ce documentaire, l'EPSM d'EQUEMAUVILLE expliquera le rôle de l'association des Bateaux de Normandie.

Présence de l'association UNAFAM pour présenter leurs missions et leurs dates de permanence.

Mardi de 14 :30 - 16 : 00

Inscription obligatoire : 02 31 21 72 12 - auprès de Catherine BENIZET
ou ccas@portenbessin-huppain.fr

Organisation : CCAS de Port en Bessin

Lieu : salle des fêtes - Port en Bessin

**15**

octobre

Danse pour le bien-être : un après-midi d'expression et de lien

Venez vous initier à différentes formes de danse, adaptées à vos capacités et retirez-en tous les bienfaits.

Chorégraphie et danse libre avec Fany MERLIN

Jeudi de 14 : 30 - 16 : 00

Inscription obligatoire : 06 70 15 20 94 - Émilie QUESNEL

Organisation : CCAS de Bayeux

Lieu : Résidence Autonomie Clemenceau

**16**

octobre

Parcours musical

Découverte des instruments et des locaux de l'école de musique de Bayeux puis animation chants / percussions

Vendredi de 14 : 00 - 15 : 30

Inscription obligatoire : 02 31 51 60 34 - Catherine LEROY

Organisation : CCAS DE BAYEUX

Lieu : Ecole de Musique - Bayeux