



Semaines d'information
sur la santé mentale

SPECTACLES • ATELIERS PARENTS-ENFANTS
CONFÉRENCES • SOIRÉE-DÉBAT

ouvrons-nous
aux
arts



GRATUIT

OUVERT
À TOUS

du 5 au 24 octobre 2026



Projet organisé par



2 Événements Incontournables

LUNDI 5 OCTOBRE

SPECTACLE D'OUVERTURE

**Métamorphose,
du burn-out à la
rencontre de soi**

18500 MEHUN-SUR-YÈVRE

VOIR PAGE 9



PARENTS



19H00

DURÉE 2H

SAMEDI 24 OCTOBRE

SISM 2026 - CLAP DE FIN

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

18390 SAINT-GERMAIN-DU-PUY

VOIR PAGE 36



FAMILLES



**DE 14H
À 18H**

Semaines d'information
sur la santé mentale

Édito



Et si l'art était un outil pour se rencontrer, s'exprimer et prendre soin de sa santé mentale ?

À l'occasion des **Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) 2026**, autour du thème national « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts », le PETR Centre-Cher se mobilise aux côtés des acteurs du territoire pour vous proposer une programmation riche en rencontres, échanges et découvertes, au plus près de chez vous.

Cette édition rassemble plus de 40 rendez-vous ouverts à toutes et tous autour de la santé mentale, de la parentalité et des arts : **spectacles, ateliers, temps d'échanges et pratiques artistiques.**

Dans le cadre du Contrat Local de Santé Centre-Cher, cette dynamique crée des espaces d'expression, d'échanges et de ressources, favorisant le lien entre les familles et les coopérations entre acteurs du territoire.

Parce que prendre soin de sa santé mentale passe aussi par les liens que nous créons, les arts et la culture sont des leviers de bien-être, d'expression, de rencontre et d'inclusion.

Du 5 au 24 octobre 2026, venez ouvrir une parenthèse d'échanges, de créativité et de partage.

Ensemble, ouvrons-nous aux arts et prenons soin de nos liens.

Sixtine LE SEYEC ROBERT

Vice-Présidente en charge du Contrat Local de Santé

Repérez-vous



FAMILLES

Evènement **pour les familles avec participation des enfants**



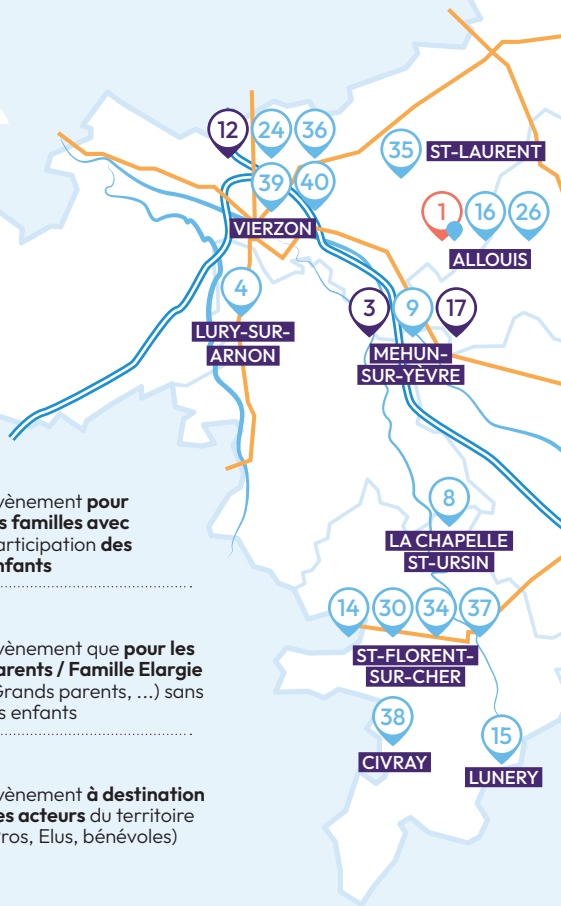
PARENTS

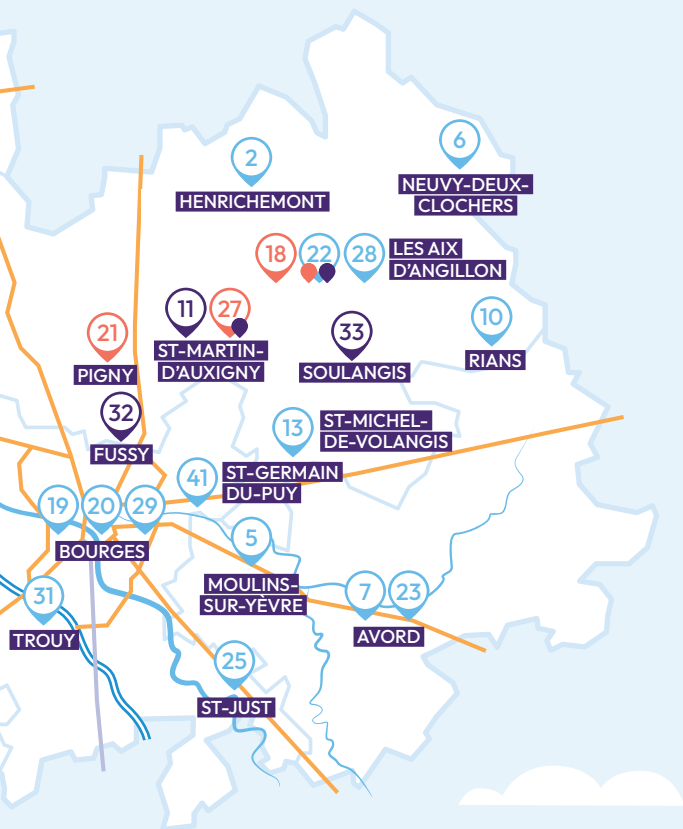
Evènement que **pour les Parents / Famille Elargie** (Grands parents, ...) sans les enfants



ACTEURS

Evènement **à destination des acteurs** du territoire (Pros, Elus, bénévoles)





LUNDI 5 OCTOBRE

- 01 MATINÉE LECTURE P.8
- 02 ATELIERS BARBOTINES P.8
- 03 SPECTACLE «MÉTAMORPHOSE, DU BURN-OUT
À LA RENCONTRE DE SOI»..... P.9

MARDI 6 OCTOBRE

- 04 ATELIER ÉVEIL MUSICAL P.10
- 05 VOYAGE À TRAVERS LES SONS ET LES RYTHMES..... P.10

MERCREDI 7 OCTOBRE

- 06 JEU DE CUBES AUTOUR D'ALBUMS DE VÉRONIQUE VERNETTE..... P.11
- 07 MUSIQUE ET ÉMOTIONS ! P.11
- 08 TU DANSES, T'EXPRIMES EN CORPS ET ENCORE ! P.12
- 09 FRESQUE DES ÉMOTIONS P.12
- 10 JEU DE CUBES AUTOUR D'ALBUMS DE VÉRONIQUE VERNETTE..... P.13

JEUDI 8 OCTOBRE

- 11 LES BIENFAITS DES SONS DES BOLS TIBÉTAINS..... P.14
- 12 ÊTRE PARENT AIDANT : EXPRIMER ET PARTAGER
SA CHARGE MENTALE P.15

SAMEDI 10 OCTOBRE

- 13 JEU DE CUBES AUTOUR D'ALBUMS DE VÉRONIQUE VERNETTE..... P.16
- 14 LE CHAT DE MONET» S'INVITE AU MUSÉE NUMÉRIQUE
D'APRÈS L'ALBUM DE LILY MURRAY ET BECKY CAMERON..... P.16

LUNDI 12 OCTOBRE

- 15 SOUFF'LANDART : ATELIER DE SOPHROLOGIE
ET MANDALA NATURE..... P.17
- 16 ATELIER CRÉATIONS P.17
- 17 J'PEUX PAS, JE PRENDS SOIN DE MOI ! P.18

MARDI 13 OCTOBRE

- 18 MATINÉE LECTURE P.19
- 19 RÉPIT D'ART D'ART : ATELIER COLLECTIF D'ART-THÉRAPIE P.19
- 20 DES MOTS, DES IMAGES POUR ACCOMPAGNER
LES DEUILS DE LA VIE : EXPOSITION ET CONFÉRENCE..... P.20
- 21 LES TND, ET SI ON EN PARLAIT ? CONFÉRENCE
DÉDIÉE AUX TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT P.21
- 22 UN ORCHESTRE EN MILIEU RURAL P.22

MERCREDI 14 OCTOBRE

- 23 ATELIER YOGA «PARENTS - ENFANTS» P.23
- 24 SOUPE AUX CAILLOUX P.23
- 25 SPECTACLE HUMORISTIQUE «LE MANGEUR DE CHAUSSETTES» P.24
- 26 VOYAGE À TRAVERS LES SONS ET LES RYTHMES..... P.25

JEUDI 15 OCTOBRE

- 27 CONFÉRENCE DÉBAT «CES PETITS RIENS QUI COMPTENT BEAUCOUP» P.26

VENDREDI 16 OCTOBRE

- 28 TRANSVASEMENTS ET MANIPULATION P.27
- 29 CINÉ LECTURE : DES SOUVENIRS QUI VOYAGENT P.27

SAMEDI 17 OCTOBRE

- 30 A PETITS PETONS «SI J'ÉTAIS UN ARTISTE» P.28
- 31 L'ART SOUS TOUTES SES FORMES P.28
- 32 LÉGENDE D'ICI ET D'AILLEURS P.29
- 33 LES BIENFAITS DES SONS DES BOLS TIBÉTAINS..... P.29

LUNDI 19 OCTOBRE

- 34 CINÉ-DÉBAT « SOYONS FOUS » P.30

MARDI 20 OCTOBRE

- 35 JOUONS, ÉCHANGEONS, PARTAGEONS P.31
- 36 ATELIER PEINTURE AVEC SYLVIANE P.31

MERCREDI 21 OCTOBRE

- 37 LA PEINTURE DANS TOUS SES ÉTATS P.32
- 38 BIEN-ÊTRE EN FAMILLE «YOGA CONTÉ & CIRQUE» P.33
- 39 YOGA SUR CHAISES..... P.34

JEUDI 22 OCTOBRE

- 40 ATELIER PEINTURE AVEC SYLVIANE P.35

SAMEDI 24 OCTOBRE

- 41 SISM 2026 - CLÔTURE «POUR NOTRE SANTÉ MENTALE, OUVRONS-NOUS AUX ARTS»..... P.36

LUNDI 5 OCTOBRE

Matinée lecture

Proposée par le Relais Petite Enfance Terres
du Haut Berry en partenariat avec la bibliothèque
de Saint Eloy de Gy



Un atelier pour prendre le temps de se poser, d'écouter des histoires, de découvrir de nouveaux univers et de partager le plaisir des livres avec les tout-petits. Professionnels de l'accueil individuel et jeunes enfants sont invités à vivre un moment convivial autour de la littérature jeunesse, accompagnés par les bibliothécaires et les animateurs du RPE.



9H30

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Assistantes maternelles - Enfants 0-3 ans
LIEU : Crèche A petits pas 26 rue du chemin vert - 18500 ALLOUIS
INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Relais Petite Enfance des
Terres du Haut Berry : 02 48 55 01 06 / rpe@terresduhautberry.fr

Ateliers Barbotines

Proposé par le Relais Petite Enfance Terres du Haut Berry



Découverte et manipulation d'argile solide et liquide permettant une expérience sensorielle originale au sein du Centre Céramique Contemporaine de La Borne, puis visite de l'exposition.



10H00

DURÉE 1H

11H00

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans, Parents/enfants 3-6 ans
LIEU : Centre Céramique, 25 Grand' route, 18250 HENRICHEMONT
INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : RPE Terres du Haut Berry :
02 48 55 01 06 / rpe@terresduhautberry.fr



LUNDI 5 OCTOBRE

SPECTACLE



«Métamorphose, du burn-out à la rencontre de soi»

Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher en partenariat avec la CPTS Berry Vierzon Sologne et la Commune de Mehun-sur-Yèvre

Dans un écrin de poésie et d'humour, Christelle retrace le fil rouge de sa vie professionnelle, qui l'a menée du soin technique au prendre soin, à travers l'épreuve du burn-out.

Elle raconte les différentes étapes de son parcours : le déni, la prise de conscience de son état, puis le chemin de reconstruction qu'elle a entrepris en allant puiser dans ses propres ressources. Au fil de cette expérience, elle traverse les différentes couches de son identité et découvre une réalité qu'elle n'aurait jamais imaginée.

Femmes, maman solo et professionnelle de santé, Christelle livre un témoignage à la fois intime et universel. Ce récit vivant, sensible et profondément humain invite chacun à s'interroger sur l'essentiel de sa vie et porte un véritable message d'espoir.

Ce spectacle de 30 minutes est accompagné d'un musicien (guitare et contrebasse). Il est suivi d'un temps d'échanges avec le public, afin de partager les ressources qui favorisent la reconstruction et d'ouvrir un espace de réflexion nourri par la richesse du groupe.

Écrit et mis en scène par Christelle Avrain, ce spectacle est une invitation à porter un autre regard sur le burn-out, le soin et la capacité de chacun à se relever.



19H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Centre Socio-culturel André Malraux
Place du 14 Juillet - 18500 MEHUN-SUR-YÈVRE

RENSEIGNEMENTS : Élodie BILLAUD, Cheffe de projet Contrat Local de Santé - 02 36 71 98 72

INSCRIPTION : Flasher le QR Code



MARDI 6 OCTOBRE

Atelier Éveil Musical



Proposé par la Relais Petite Enfance de Cœur de Berry

Un atelier pour éveiller les tout-petits à la musique à travers la découverte et la manipulation des instruments. Un moment d'exploration sonore et de plaisir partagé en petits groupes, avec deux créneaux de 45 minutes pour favoriser la participation de chacun. Animé par Anthony Gauthier, musicien et pédagogue musical.



9H15

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans,

Assistants Maternels, familles d'accueil.

LIEU : Salle des Fêtes - 25 rue des cygne - 18120 LURY-SUR-ARNON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Sophie MARTIN Animatrice du RPE au **07 56 27 57 26**

ou par mail : rpekangou.admin@acepp18.fr

Voyage à travers les sons et les rythmes



**Proposé par le réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry
et animé par Flavie BAILLY Psychologue ~ Sonothérapeute**

Prendre le temps de se laisser traverser par les sons, un voyage entre sensations et musique suivi d'un espace de créativité pour laisser libre cours à son imaginaire de façon simple et naturelle



10H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants + 6 ans

LIEU : Bibliothèque de Moulins-Sur-Yèvre - 10 rue de l'Eglise
18390 MOULINS-SUR-YÈVRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques

Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :

reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr

MERCREDI 7 OCTOBRE

Jeu de cubes autour d'albums de Véronique Vernette



Proposé par le Réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry

Après la lecture d'un des albums de Véronique VERNETTE, les enfants pourront jouer à assembler ou associer de gros cubes en mousse colorés dont les motifs sont des illustrations extraites de ces albums



9H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 3-6 ans

LIEU : Médiathèque de Neuvy-Deux-Clochers - Place de la Mairie
18250 NEUVY-DEUX-CLOCHERS

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques
Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :
reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr

Musique et émotions



Proposé par le Relais Petite Enfance de La Septaine

Atelier musical pour mettre la musique à porté de tous et favoriser l'expression des émotions dans la relation parent/enfant autour d'une pratique musicale.



9H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans, Parents/enfants 3-6 ans

LIEU : Maison des jeunes - Rue Désiré Deschamps - 18520 AVORD

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Karine HERBIN
au **06 77 84 19 70** ou par mail : herbink@cc-laseptaine.fr
ou de Laurence LEBARBIER au **06 18 56 47 61** ou par mail :
lebarbier@cc-laseptaine.fr

Inscription obligatoire, nombre de places limitées



MERCREDI 7 OCTOBRE

Tu dances, t'exprimes en corps et encore !



Proposé par le Relais Petite Enfance «La maison des p'tits loups»

Accompagner, respecter les enfants dans le cadre de leur développement. Danser et ressentir sous l'influence de la musique et vivre ses émotions propres. Animé par Aurélie LALANNE Professeure de danse et Karine BROUARD, Responsable du Relais Petite Enfance « La Maison des P'tits Loups ».



10H00

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans, Parents/enfants 3-6 ans, professionnel(els) de l'accueil individuel ASSMAT et GED

LIEU : Salle Emmeline N'Dongue à côté du RPE
au 1 Rue des Ecoles - 18570 LA CHAPELLE-SAINT-URSIN

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Karine BROUARD
au 02 48 66 46 27 et/ou rpe@lachapelle-saint-ursin.fr

**Les fratries sont autorisées au-delà de 6 ans
en tant qu'accompagnateurs**

Inscription obligatoire, nombre de places limitées

Fresque des émotions



**Proposée par La Mission Locale de Mehun-sur-Yèvre
en partenariat avec la ville de Mehun-sur-Yèvre
(CCAS et service enfance)**

Action collective mêlant expression artistique et échanges autour des émotions, animée par une art-thérapeute.



14H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Salle Maurice Genevoix - Place Jean Manceau
18500 MEHUN-SUR-YEVRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Séverine PICON
Mission Locale - 02 48 57 06 24 - s.picon@missionlocalejeunes.fr

Inscription obligatoire, nombre de places limitées

MERCREDI 7 OCTOBRE

Jeu de cubes autour d'albums de Véronique Vernette



Proposé par le Réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry

Après la lecture d'un des albums de Véronique VERNETTE, les enfants pourront jouer à reconstituer des images extraites de ces albums avec de gros cubes en mousse. Ils pourront également construire et imaginer une petite histoire à partir de ces mêmes cubes.



15H00

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants + 6 ans, 7/9 ans

LIEU : Bibliothèque de Rians - 6 Grande Rue - 18220 RIAN

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques

Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :

reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr



JEUDI 8 OCTOBRE

Les bienfaits des sons des bols tibétains



Proposé par le réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry

et animé par Flavie BAILLY Psychologue ~ Sonothérapeute

Installés confortablement sur des matelas, venez découvrir les pouvoirs des sons autour d'une séance qui invite à la détente de l'esprit et du corps.



10H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, Adultes (Les participants doivent être majeurs et ne doivent pas présenter de troubles psychiatriques, de problème d'épilepsie, être porteurs de dispositifs médicaux ou implantés ou être enceinte)

LIEU : Médiathèque de Saint-Martin-d'Auxigny
2 route de Saint-Palais - Square du Marronnier
18110 SAINT-MARTIN-D'AUXIGNY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail : reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr



JEUDI 8 OCTOBRE

ATELIER

12



PARENTS

Être parent aidant : exprimer et partager sa charge mentale

Proposé par le CAMSP des PEP 18 de Vierzon et «Un moment pour les proches aidants» - PFR-PH18 Ladapt, la cabane à grandir et Café Association Culturel O'Berry de Vierzon

Atelier d'expression autour de la charge mentale des parents et proches d'enfants «Différents», animé par une psychologue et une art-thérapeute.

À travers la peinture intuitive, les parents sont invités à explorer et partager leur vécu d'aidant dans un cadre bienveillant, sans recherche de performance. Ce temps créatif permet de mettre en forme ses émotions, de prendre du recul et d'ouvrir un espace d'échanges entre pairs, guidé par les professionnelles.

En parallèle, les enfants sont accueillis par l'équipe du Centre d'Action Médico Sociale Précoce (CAMSP) et participent à des activités créatives et artistiques adaptées.

Parents et enfants se retrouvent ensuite pour un temps convivial de découverte des productions artistiques, suivi d'un goûter partagé.



14H00

DURÉE 2H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents et proches d'enfants «Différents»

LIEU : CAMSP - PEP 18 4 rue du 11 novembre 1918 - 18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

CAMSP au **02 48 53 09 00** ou par mail : camspvierzon@pep18.fr

ou auprès de Ludivine CHASTAIN-MILLET - Coordinatrice

Psychologue - « Un moment pour les proches aidants »

PFR-PH au **06 09 58 86 53** ou par mail : pfraidants18@ladapt.net

Inscription obligatoire, nombre de places limitées



15

SAMEDI 10 OCTOBRE

Jeu de cubes autour d'albums de Véronique Vernette



Proposé par le Réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry

Après la lecture d'un des albums de Véronique VERNETTE, les enfants pourront jouer à assembler ou associer de gros cubes en mousse colorés dont les motifs sont des illustrations extraites de ces albums.



10H00

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 3-6 ans

LIEU : Bibliothèque de Saint-Michel-de-Volangis - Le bourg
Impasse du Château - 18390 SAINT-MICHEL-DE-VOLANGIS

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques
Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :
reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr

«Le chat de Monet» s'invite au musée numérique d'après l'album de Lily Murray et Becky Cameron



Proposé par la Médiathèque municipale Robert Desnos

Partez pour une aventure artistique en compagnie de la bibliothécaire ! Explorez les plus célèbres tableaux de Claude Monet et ouvrez l'œil pour retrouver Chika, son chat malicieux, caché au cœur des œuvres. Une activité ludique qui invite petits et grands à découvrir l'univers de l'impressionnisme tout en s'amusant.



10H30

DURÉE 0H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants de 4 à 7 ans

LIEU : Médiathèque municipale Robert Desnos
19 rue François Pavillard - 18400 SAINT-FLORENT-SUR-CHER

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Médiathèque municipale
Robert Desnos au **02 48 55 26 83**

Inscription obligatoire, nombre de places limitées

LUNDI 12 OCTOBRE

Souff'LandArt : atelier de sophrologie et mandala nature



Proposé par Sophie Alves, sophrologue à Saint-Florent-Sur-Cher,
en partenariat avec le CCAS de Lunery dans le cadre de la 6^{ème} édition
de «BIEN VIEILLIR A LUNERY»

Détente, nature et créativité : un atelier intergénérationnel
pour se ressourcer et créer ensemble.



13H30

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public à partir de 6 ans.

LIEU : École élémentaire René Mariat - 1, rue Yves Lacelle
Rosières - 18400 LUNERY

RENSEIGNEMENTS : Sophie ALVES au 07 83 87 19 39

INSCRIPTION : Mairie de Lunery au 02 48 68 91 95

**Atelier prévu en extérieur, prévoir tenue et chaussures en fonction
de la météo. Repli possible dans une salle en cas de pluie.**

Atelier créations



Proposé par le Lieu d'Accueil Enfants-Parents «A Petits Pas»

Fabrication de pâte à modeler et de peinture maison et création
de bouteilles musicales à partir de matériaux de récupération.
Laisser sa créativité s'exprimer.



13H30

DURÉE 4H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans

LIEU : Lieu d'Accueil Enfant Parent «A Petits pas»
26 rue du Chemin Vert - 18500 ALLOUIS

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

RPE Terres du Haut Berry : 02 48 55 01 06
rpe@terresduhautberry.fr



LUNDI 12 OCTOBRE

J'peux pas, je prends soin de moi !

17



PARENTS

**Proposé par la Communauté Professionnelle Territoriale
de Santé «Berry Vierzon Sologne»**

Un atelier pour mieux comprendre vos émotions, les accueillir
et découvrir des outils pour mieux les vivre au quotidien.



9H30

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public majeur

LIEU : Maison de Santé de Mehun-sur-Yèvre

1, rue du Professeur Luc Montagnier - 18500 MEHUN-SUR-YEVRE

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : auprès de

Barbara SAUBESTRE au **07 67 09 08 05**



MARDI 13 OCTOBRE

Matinée lecture

**Proposé par le Relais Petite Enfance des Terres du Haut Berry
en partenariat avec la bibliothèque de Saint Michel de Volangis**

Un atelier pour prendre le temps de se poser, d'écouter des histoires, de découvrir de nouveaux univers et de partager le plaisir des livres avec les tout-petits. Professionnels de l'accueil individuel et jeunes enfants sont invités à vivre un moment convivial autour de la littérature jeunesse, accompagnés par les bibliothécaires et les animateurs du RPE.

18



ACTEURS



FAMILLES



9H30

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Assistantes maternelles - Enfants 0-3 ans

LIEU : Espace Joséphine Baker, 1 rue des sports
18220 LES AIX-D'ANGILLON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Relais Petite Enfance des
Terres du Haut Berry : 02 48 55 01 06 / rpe@terresduhautberry.fr

Répit d'Art d'Art : atelier collectif d'art-thérapie

19



FAMILLES

**Proposé par «Un moment pour les proches aidants» - Plateforme de répit
et d'accompagnement des proches de personnes en situation de handicap
du Cher de Ladapt, co-portée par l'Ugecam et le Gedhif 18**

Offrez-vous une parenthèse de répit et de partage grâce à l'art-thérapie. Destiné aux parents et proches de personnes en situation de handicap, cet atelier de musique et d'arts plastiques se vit en solo ou en duo avec son proche, pour s'exprimer et communiquer autrement, au-delà des mots. Animé par Marion MOREAU, intervenante et art-thérapeute diplômée.



14H00

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents et proches d'enfants en situation de handicap

LIEU : BOURGES - Lieu communiqué lors de l'inscription

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Ludivine CHASTAIN-MILLET,
Coordinatrice Psychologue - «Un moment pour les proches aidants»
- PFR-PH au 06 09 58 86 53 ou par mail : pfraidants18@ladapt.net

Inscription obligatoire, nombre de places limitées

MARDI 13 OCTOBRE

EXPOSITION ET CONFÉRENCE

Des mots, des images pour accompagner les deuils de la Vie

Proposée par l'association EKR France – Antenne du Cher

Les deuils de la vie prennent de nombreuses formes et jalonnent nos parcours. À partir de 17h30, découvrez une exposition de poèmes, de textes et de photographies qui évoquent les deuils de la vie, enrichie de témoignages sur des expériences difficiles.

À 19h, prolongez ce temps de réflexion avec la conférence « Ces deuils qui jalonnent notre vie », pour mieux comprendre ces étapes et ouvrir un espace d'échanges et de partage.



17H30

DURÉE 3H30

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Muséum d'Histoire Naturelle de Bourges
Allée Ménard - 18000 BOURGES

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Didier NIOT Responsable de l'antenne du Cher
Association ÉLISABETH KÜBLER-ROSS France
Antenne du Cher : cher@ekr-france.fr

20



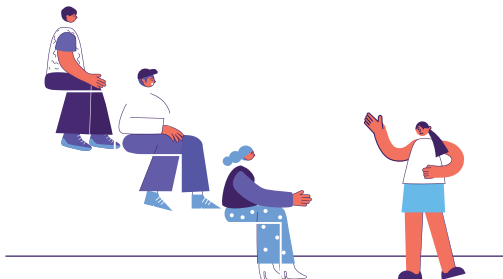
FAMILLES



ACTEURS



PARENTS



20

MARDI 13 OCTOBRE

CONFÉRENCE

Les TND, et si on en parlait ?

Conférence dédiée aux troubles
du neurodéveloppement



Proposée par la MGEN du Cher

Une conférence sur les troubles du neurodéveloppement (TND) chez l'enfant et l'adolescent, pour mieux comprendre ces troubles, les repérer et découvrir des pistes d'accompagnement adaptées.

Un focus sera également proposé sur les effets des écrans sur le développement de l'enfant. Animée par le Docteur Marie Fabre-Grenet, pédiatre spécialisée dans les troubles du neurodéveloppement, cette conférence s'appuiera sur son expertise clinique et son expérience de terrain pour apporter des repères concrets aux professionnels et aux familles.



18H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Conférence qui s'adresse prioritairement aux enseignants, personnels de l'Éducation nationale, professionnels de l'accompagnement à la scolarité, acteurs de l'enfance et de l'adolescence ainsi qu'à l'ensemble des partenaires concernés par le développement de l'enfant.

LIEU : Salle des fêtes - Rue de la Folie - 18110 PIGNY

RENSEIGNEMENTS :

Élodie BILLAUD, Cheffe de projet Contrat Local de Santé au **02 36 71 98 72**

INSCRIPTION : Flasher le QR Code



MARDI 13 OCTOBRE

COURT-MÉTRAGE DOCUMENTAIRE

Un orchestre en milieu rural

Et si jouer ensemble, c'était aussi une façon de prendre soin de soi et des autres ?



Proposée par la Musique Angillonnaise en partenariat
avec la Mairie des Aix D'angillon et le Chaudron d'Augustine

Dans un orchestre, chacun a sa partition, son instrument, sa personnalité. Pourtant, pour que la musique existe, il faut apprendre à écouter, à trouver sa place, à faire confiance et à laisser de la place aux autres.

À travers une création originale et locale, ce court-métrage documentaire nous emmène au cœur de l'Harmonie de la Musique Angillonnaise, un orchestre en milieu rural où la musique rassemble et favorise les rencontres entre les générations.

Au fil des répétitions, la musique devient un espace où l'on se retrouve, où l'on apprend, où l'on partage et où chacun peut s'épanouir. Elle crée du lien, favorise la confiance, permet de s'exprimer et contribue, à sa manière, au bien-être de chacun.

Et si jouer ensemble, c'était avant tout une histoire de rencontres, de passion et de vivre-ensemble ?

La projection sera suivie d'un temps d'échange avec le public.



20H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Centre culturel des Aix-d'Angillon

1 Rue des Écoles - 18220 LES AIX-D'ANGILLON

RENSEIGNEMENTS : Nathalie BIDON, Présidente
de la Musique Angillonnaise au **06 33 84 15 13** ou
par mail : musiqueangillonnaise@orange.fr



MERCREDI 14 OCTOBRE

Atelier YOGA «Parents - Enfants»



Proposé par Le Multi Accueil «Les petits Monstres» en partenariat
avec le Relais Petite Enfance de La Septaine

Atelier Yoga par binôme parent/enfant pour des enfants de 6 à 12 mois.



9H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 6 à 12 mois

LIEU : Relais Petite Enfance La Septaine, 56 ter rue St Exupéry,
18520 AVORD

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Ludivine THEME, directrice
du multi accueil Les Petits Monstres au **07 67 05 84 61** ou par
mail : directrice.monstres@gmail.com

Inscription obligatoire en binôme, nombre de places limitées

Soupe aux cailloux



Proposé par Maison de l'Oasis en partenariat avec l'EHPAD
Ambroise Croizat

Apporte un légume de ton choix et concoctons la soupe
aux cailloux tous ensemble !



9H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, Parents/enfants 0-6 ans

LIEU : La Maison de l'Oasis - 11 Bis Rue du Pery - 18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Maison de l'Oasis au **06 66 89 93 44**



MERCREDI 14 OCTOBRE

SPECTACLE HUMORISTIQUE

«Le mangeur de chaussettes»

25



Proposé par l'Association Pirouette-Galipette



Un spectacle pour les petits, les grands, les ados, les papis, les mamies, les mamans qui n'en peuvent plus — celles qui gèrent tout ou qui font semblant —, les papas qui essaient de suivre, ceux qui assurent, et tous ceux qui ne savent pas toujours mais qui essaient quand même.

Un spectacle à vivre en famille.

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Salle des fêtes de Saint-Just

20 Rue de l'Auron - 18340 SAINT-JUST

RENSEIGNEMENTS : Auprès d'Emilie GARNIER
au 09 83 73 38 32



16H00

DURÉE 1H



MERCREDI 14 OCTOBRE

Voyage à travers les sons et les rythmes



Proposé par le réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry

et animé par Flavie BAILLY Psychologue ~ Sonothérapeute

Prendre le temps de se laisser traverser par les sons, un voyage entre sensations et musique suivi d'un espace de créativité pour laisser libre cours à son imaginaire de façon simple et naturelle.



16H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants + 6 ans

LIEU : Bibliothèque Jeanne Roche-Mazon, 8 Place de la Mairie
18500 ALLOUIS

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques
Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :
reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr



JEUDI 15 OCTOBRE

CONFÉRENCE DÉBAT

«Ces petits riens qui comptent beaucoup»

Proposée par le Relais Petite Enfance Terres du Haut Berry

Une conférence rythmée et immersive, animée par Olivier Sorel et la troupe de théâtre Les Imprévisibles, qui donne vie aux interactions du quotidien entre jeunes enfants et adultes à travers des saynètes concrètes et percutantes.

Elle nous invite à observer, questionner et prendre conscience de l'impact de nos paroles, de nos gestes et de nos attitudes dans la relation à l'enfant, afin de mieux comprendre comment chaque interaction participe à son développement et à son bien-être.



19H00

DURÉE 2H30

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, Parents / Famille Elargie
(Grands parents, ...) sans les enfants

LIEU : Salle des fêtes, 4 rue des Champs Bérards
18110 SAINT-MARTIN-D'AUXIGNY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Relais Petite Enfance des
Terres du Haut Berry : 02 48 55 01 06 - rpe@terresduhautberry.fr



VENDREDI 16 OCTOBRE

Transvasements et manipulation



Proposé par le Lieu d'Accueil Enfant Parent «Parent'aise»

Proposition d'un temps de partage, de rencontre et d'écoute autour d'une activité de transvasements et de manipulation.



9H00

DURÉE 2H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans

LIEU : LAEP Parent'aise, Espace Joséphine Baker, 1 rue des sports
18220 LES AIX-D'ANGILLON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : auprès du Relais Petite
Enfance Terres du Haut Berry au **02 48 55 01 06** ou par mail :
laep.lesaix@terresduhautberry.fr

Ciné Lecture : des souvenirs qui voyagent (sur la mémoire familiale)



**Proposé par La Maison des Familles et de la Parentalité porté par l'UDAF
du Cher en partenariat avec le Centre Hospitalier George Sand**

Et si les souvenirs de famille devenaient un voyage à partager entre générations ? Cette rencontre invite petits et grands à explorer la mémoire familiale à travers des images, des histoires et des échanges. Entre projection, lecture et transmission, les familles sont amenées à faire émerger leurs récits de vie, leurs traditions, leurs objets porteurs d'histoire et les souvenirs qui traversent les générations. Avec la participation du Docteur Aminata Tembely, psychiatre, cheffe de service et médecin cheffe de pôle en psychiatrie de l'enfant et de l'adolescent au centre hospitalier George Sand à Bourges, ainsi que d'autres intervenants spécialisés en interculturelité.



18H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Salle de l'ancien cinéma du foyer Saint François
Salle Abbé Berthaut, boulevard Clémenceau - 18000 BOURGES

RENSEIGNEMENTS : Marie REINE, Maison des Familles
et de la Parentalité au **06 59 72 89 16**

SAMEDI 17 OCTOBRE

A petits petons «si j'étais un artiste»



Proposé par la Médiathèque municipale Robert Desnos

Place à l'imaginaire des tout-petits ! Un moment de partage pour les enfants de 0 à 3 ans et leurs proches, autour des livres, des comptines, des chansons et des découvertes sensorielles. Au fil des histoires, petits et grands explorent l'univers de l'art, éveillent leur curiosité et laissent grandir leur créativité, dans une parenthèse douce et complice animée par la bibliothécaire.



9H30

DURÉE 0H30

10H30

DURÉE 0H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents/ enfants - de la naissance à 3 ans

LIEU : Médiathèque municipale Robert Desnos

19 rue François Pavillard - 18400 SAINT-FLORENT-SUR-CHER

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Médiathèque municipale Robert Desnos au **02 48 55 26 83**

Inscription obligatoire, nombre de places limitées

L'art sous toutes ses formes



Proposé par le Relais Petite Enfance «Pomme d'Api» de Trouy

Atelier autour d'œuvres d'art dans lesquelles les enfants pourront exprimer leurs émotions et leur créativité. Les parents auront eu aussi leur espace d'expression !



10H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants de la naissance à 6 ans, assistant(e)s maternel(le)s, garde d'enfant à domicile

LIEU : Centre de Loisirs de Trouy, 1 allée des anémones - 18570 TROUY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Mathilde DUPOUEY,

par sms ou appel au **06 37 73 98 74** ou par mail : rpe@ville-trouy.fr

Inscription obligatoire avec âge des enfants précisés,
nombre de places limitées.

Les grands frères et sœurs peuvent venir !

SAMEDI 17 OCTOBRE

Légende d'ici et d'ailleurs

32



PARENTS

Proposé par le réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry
et animé par **Flavie BAILLY Psychologue ~ Sonothérapeute**

Venez vous poser et vous déposer autour de la lecture d'un conte, suivie d'un espace de créativité pour déployer et laisser libre cours à votre imagination.



10H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, Adulte

LIEU : Bibliothèque du Centre Culturel Alain Rafesthain
Place Paul Novara - 18110 FUSSY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques
Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :
reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr

Les bienfaits des sons des bols tibétains

33



PARENTS

Proposé par le réseau des bibliothèques Terres du Haut Berry
et animé par **Flavie BAILLY Psychologue ~ Sonothérapeute**

Installés confortablement sur des matelas, venez découvrir les pouvoirs des sons autour d'une séance qui invite à la détente de l'esprit et du corps.



14H30

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public, Adultes (Les participants doivent être majeurs et ne doivent pas présenter de troubles psychiatriques, de problème d'épilepsie, être porteurs de dispositifs médicaux ou implantés ou être enceinte)

LIEU : Bibliothèque de Soulangis 1 route de Vignoux
18220 SOULANGIS

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Réseau des bibliothèques
Terres du Haut Berry au **06 49 46 60 34** ou par mail :
reseaubibliotheques@terresduhautberry.fr

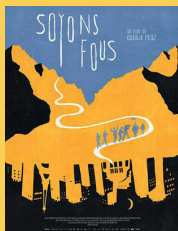
LUNDI 19 OCTOBRE

CINÉ-DÉBAT

« Soyons fous »



Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher en partenariat avec l'UNAFAM du Cher et le Centre Hospitalier George Sand



« Soyons Fous », réalisé par Quentin Perez, est un film documentaire hors du commun qui nous plonge au cœur d'une aventure humaine et cinématographique unique, avec la participation de Corinne Masiero, Emmanuelle Bercot, Pierre-Jean Larroque et Philippe Rousselot.

On y suit un groupe de personnes qui n'ont jamais fait de cinéma et dont la majorité vit avec des troubles psychiques, réunies autour d'un défi ambitieux :

créer un film d'aventure. Accompagnés par des professionnels du 7^e art, ils découvrent les métiers du cinéma et vivent une expérience collective intense, entre apprentissage, doutes, émotions et dépassement de soi.

Bien plus qu'un film sur un tournage, «Soyons Fous» est une rencontre et une aventure collective qui bouscule les idées reçues et ouvre un autre regard sur la santé mentale. Un récit lumineux, sensible et profondément humain, qui célèbre la force du collectif et l'élan de celles et ceux qu'on entend trop peu.

La projection sera suivie d'un débat, animé par un bénévole de l'UNAFAM du Cher et deux professionnels du Centre Hospitalier George Sand, pour prolonger la réflexion et échanger autour des enjeux de santé mentale et d'inclusion. Un film à découvrir pour partager une expérience forte et singulière, et peut-être regarder le monde autrement.



19H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Cinéma Le Rio, 32 rue Jean Moulin
18400 SAINT-FLORENT-SUR-CHER

RENSEIGNEMENTS : Élodie BILLAUD, Cheffe de projet
Contrat Local de Santé - 02 36 71 98 72



Séance ciné gratuite

MARDI 20 OCTOBRE

Jouons, échangeons, partageons



Proposé par la Maison de l'Oasis en partenariat avec le Centre

Médico Psychologique Enfants Ados du CH George Sand

Venez découvrir ou redécouvrir le Lieu d'Accueil Enfant-Parent (LAEP) itinérant La Maison de l'Oasis ! Profitez d'un moment convivial dédié aux familles, où les enfants de moins de 6 ans, accompagnés d'un parent ou d'un proche, peuvent jouer, explorer et partager un temps d'échanges. Une rencontre placée sous le signe du lien, de l'écoute et du partage, en présence des professionnels du Centre Médico-Psychologique pour Enfants et Adolescents (CMPEA) du Centre Hospitalier George Sand.



9H00

DURÉE 3H

PUBLIC CIBLÉ : Parents, Parents/enfants 0-3 ans,
Parents/enfants 3-6 ans

LIEU : Salle communale de Saint Laurent
27, rue Honoré-Edouard Perrot - 18330 SAINT-LAURENT

RENSEIGNEMENTS : Maison de l'Oasis
au **06 66 89 93 44** ou consulter la page Facebook
en Flashant le QR code



Atelier peinture avec Sylviane



Proposé par la Maison de l'Oasis

Atelier parents-enfants autour de l'art et de la peinture : un moment de création partagé pour explorer les couleurs, stimuler l'imagination et s'exprimer librement à travers l'expression artistique.

Animé par Sylviane Rozai, art-thérapeute.



16H30

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans

LIEU : La Maison de l'Oasis - 11 Bis Rue du Pery
18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :
Maison de l'Oasis au **06 66 89 93 44** ou consulter
la page Facebook en Flashant le QR code



MERCREDI 21 OCTOBRE

La peinture dans tous ses états



Proposé par la Maison de la Petite Enfance de Saint Florent sur cher

Un atelier parents-enfants pour explorer la peinture autrement, en bougeant, en expérimentant et en laissant libre cours à sa créativité. Petits et grands sont invités à jouer avec les couleurs, les matières et les gestes, à oser créer ensemble et à partager un moment d'expression en famille. Attention, activité salissante : prévoir une tenue adaptée !



9H30

DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 0-3 ans, Parents/enfants 3-6 ans

LIEU : Relais Petite Enfance - Pôle enfance rue Jules Ferry
18400 SAINT-FLORENT-SUR-CHER

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Secrétariat de la Maison Petite Enfance au **02 48 59 25 43**
ou par mail : mpenf@villesaintflorentsurcher.fr



MERCREDI 21 OCTOBRE

Bien-être en famille «Yoga conté & Cirque»



Proposé par l'UFOLEP du Cher

Venez partager un moment complice entre parents et enfants, où l'imaginaire, le mouvement et le plaisir d'être ensemble sont à l'honneur. À travers le yoga conté puis des activités de cirque en duo, petits et grands explorent le mouvement, développent leur créativité et renforcent la confiance, la coopération et le plaisir de partager un moment en famille.

Animé par un professionnel de l'activité physique adaptée, cet atelier se déroule dans un cadre ludique, sécurisant et adapté aux enfants, accompagnés de leur parent.



9H00

DURÉE 1H

10H15

DURÉE 1H

PUBLIC CIBLÉ : Parents/enfants 5-8 ans

LIEU : Salle des fêtes, 1 Chemin de la Garenne - 18290 CIVRAY

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS : Charlie DUBEAU

au 07 52 04 50 14 ou par mail : cdubeau@ufolep.org

Inscription obligatoire, nombre de places limitées



MERCREDI 21 OCTOBRE

Yoga sur chaises



Proposé par la Maison de l'Oasis

Venez découvrir le yoga sur chaise avec Valérie Sajat lors d'un temps de gym, yoga et sport intergénérationnel à l'EHPAD Ambroise Croizat.

Une pratique douce et accessible qui associe mouvements adaptés, respiration et détente pour prendre soin de son corps, favoriser le bien-être et partager un moment convivial autour de l'activité physique, quel que soit son âge.



15H00

DURÉE 2H

PUBLIC CIBLÉ : Familles - enfants 0-6 ans

LIEU : EHPAD Ambroise Croizat, 4 Bd Salvador Allende
18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Maison de l'Oasis au **06 66 89 93 44** ou consulter
la page Facebook en Flashant le QR code



JEUDI 22 OCTOBRE

Atelier peinture avec Sylviane



Proposé par la Maison de l'Oasis

Atelier parents-enfants autour de l'art et de la peinture : un moment de création partagé pour explorer les couleurs, stimuler l'imaginaire et s'exprimer librement à travers l'expression artistique.

Animé par Sylviane Rozai, art-thérapeute.



16H30

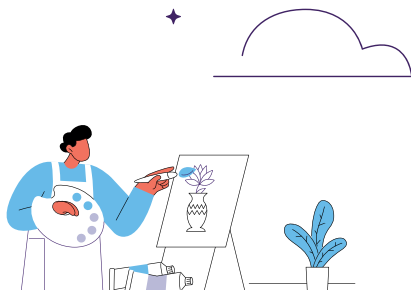
DURÉE 1H30

PUBLIC CIBLÉ : Parents, Parents/enfants 3-6 ans

LIEU : La Maison de l'Oasis - 11 Bis Rue du Pery - 18100 VIERZON

INSCRIPTION ET RENSEIGNEMENTS :

Maison de l'Oasis au **06 66 89 93 44** ou consulter la page Facebook en Flashant le QR code



SAMEDI 24 OCTOBRE

CLAP DE FIN



Pour notre
santé mentale,
ouvrons-nous
aux arts



Venez partager un moment pour clôturer la saison 2026



Proposé par le Contrat Local de Santé du PETR Centre-Cher,
en partenariat avec des acteurs engagés dans le soutien à la parentalité,
aux aidants et aux personnes concernées par des troubles psychiques.

Et si on parlait santé mentale et parentalité autrement... dans une ambiance festive et conviviale ?

Cet après-midi de clôture est une invitation à venir en famille, entre amis ou en solo, petits et grands, parents, ados, proches... et même les curieux qui passent par là !

Au programme : on découvre, on explore, on écoute, on écrit, on crée, on partage... dans une ambiance vivante et colorée. Les émotions, les histoires de vie et les expériences des familles prennent forme à travers des expositions et des espaces d'expression artistique, pour un moment chaleureux et accessible à tous.

Un temps pour se rencontrer autrement, casser les idées reçues, rire, échanger et repartir avec le sourire... et peut-être un nouveau regard sur la santé mentale !



DE 14H
À 18H

PUBLIC CIBLÉ : Tout public

LIEU : Espace Caméléon - Centre de loisirs - Plaine de jeux
Jacques-Prévert - 18390 SAINT-GERMAIN-DU-PUY

RENSEIGNEMENTS : auprès d'Élodie BILLAUD,
Cheffe de projet Contrat Local de Santé - 02 36 71 98 72

Pour découvrir le programme détaillé, Flashez le QR code.



Merci à nos partenaires

- Association EKR France
Antenne du Cher
 - Association ESPOIR 18
 - Association Pirouette-Galipette
 - CCAS de Lunery
 - CCAS et service Enfance
de Mehun-sur-Yèvre
 - Centre céramique
contemporaine La Borne
(CCCLB)
 - Centre Hospitalier George Sand
 - Cinéma Le Rio de Saint-Florent-
sur-Cher
 - Communauté 360 & CAMSP
de Vierzon | Les PEP 18
 - Communauté Professionnelle
Territoriale de Santé (CPTS)
Berry Vierzon Sologne
 - EHPAD Ambroise Croizat
 - La Cabane à Grandir
 - La Maison de l'Oasis
 - Le Chaudron d'Augustine
 - L'ADAPT – Plateforme de répit
« Un moment pour les proches
aidants » (coportée avec
l'UGECAM et le GEDHIF 18)
 - Lieux d'Accueil Enfants-Parents :
« À Petits Pas » – Allouis,
« Parent'aise » –
Les Aix-d'Angillon
 - Maison de la Petite Enfance
de Saint-Florent-sur-Cher
 - Maison des Familles et de la
Parentalité (UDAF du Cher)
 - Médiathèque municipale Robert
Desnos de Saint-Florent-sur-
Cher
 - MGEN du Cher
 - Mission Locale de Mehun-
sur-Yèvre
 - Multi-Accueil « Les Petits
Monstres » – Avord
 - Musique Angillonnaise
 - Relais Petite Enfance (RPE) :
Cœur de Berry, La Septaine,
Terres du Haut Berry,
« La Maison des P'tits Loups »
La Chapelle-Saint-Ursin,
« Pomme d'Api »|Trouy
 - Réseau des bibliothèques Terres
du Haut Berry : Allouis, Fussy,
Neuvy-Deux-Clochers, Rians,
Saint-Éloy-de-Gy,
Saint-Martin-d'Auxigny,
Saint-Michel-de-Volangis,
Soulangis
 - Théâtre Bambino
 - UFOLEP du Cher
 - UNAFAM du Cher
- Collectivités partenaires
mobilisées par la mise
à disposition de locaux**
- Commune des Aix-d'Angillon
 - Commune de Civray
 - Commune de Lunery
 - Commune de Mehun-sur-Yèvre
 - Commune de Pigny
 - Commune de Saint-Germain-
du-Puy
 - Commune de Saint-Just
 - Commune de Saint-Martin-
d'Auxigny



PODCAST

DES VOIX D'ICI, DES CRÉATIONS ORIGINALES SUR LA SANTÉ MENTALE

Des voix qui se rencontrent : découvrez des créations sonores originales et locales, imaginées et réalisées pour vous. Jeunes, parents et professionnels partagent leurs expériences, leurs regards et leurs ressources pour mieux comprendre les enjeux de santé mentale, de parentalité et de bien-être psychique.



JEUNES

« Les jeunes ouvrent la voix »

Par le Théâtre Bambino



PARENTS

« Au micro les parents ! »

Par la Maison des Familles
et de la Parentalité
de l'UDAF du Cher



ÉCOUTEZ ICI !

Scannez le QR code et laissez-vous
porter par les voix d'ici.

LES VOIX CONTINUENT...

Derrière ces podcasts, des professionnels et acteurs du territoire sont là pour vous écouter, vous informer et vous accompagner.

Retrouvez les ressources, services et interlocuteurs disponibles près de chez vous pour répondre à vos questions et vous orienter.

S'INFORMER • ÉCHANGER • ÊTRE ÉCOUTÉ • ÊTRE ACCOMPAGNÉ

Sism.

Semaines d'information
sur la santé mentale



S'informer,
partager, agir
pour une meilleure
santé mentale.

du 5 au 24 octobre 2026