La Ville de Nice présente à l'occasion des

37e ÉDITION

Sism

Semaines d'information sur la santé mentale

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux arts

du 6 au 18 octobre 2026

PROGRAMME

afev CRÉATEUR DE LIENS SOLIDAIRES · AFTOC Se rétablir ensemble · ars Agence Régionale de Santé · chu de Nice · Établissements Sainte-Marie Alpes-Maritimes · BAPU Nice Bureau d'Aide Psychologique Universitaire · Fédération Française du Sport Adapté Alpes-Maritimes · France Dépression Une Étoile, un Sourire, une Force · LENVAL Agir pour l'enfance, pour le futur

Nightline Côte d'Azur · J'aime Nice Groupe d'Entraide Mutuelle · ISATIS · Le Phare des 2 Pôles · Un Chez-soi d'abord Nice · unafam · codes Alpes-Maritimes · Clinique Saint François Nice · Université Côte d'Azur · Musées nationaux Chagall du XXe siècle Fleger des Alpes-Maritimes Picture

C.C.A.S Ville de Nice · Maisons Sport Santé Ville de Nice · CLSM Conseil Local de Santé Mentale Ville de Nice · Département des Alpes-Maritimes · Musées de Nice · Ville de Nice

SANTÉ MENTALE : TOUTES ET TOUS CONCERNÉS

La santé mentale est une composante de notre santé aussi importante que la santé physique : **« il n'y a pas de santé sans santé mentale » indique l'Organisation Mondiale de la Santé.**
La santé mentale est ainsi un enjeu majeur de santé publique, mais également un enjeu collectif : **1 personne sur 4 sera touchée par un problème de santé mentale au cours de sa vie.**

- **Qu'entend-on par santé mentale ?** Composante de la santé globale, la santé mentale est définie comme un « **état de bien-être** qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté ».
- Souvent tabou, un problème de santé mentale mérite la même attention qu'un autre problème de santé.
- De l'**aide** efficace existe, si vous en ressentez le besoin, n'hésitez pas à en parler à un professionnel de santé ou à vos proches. Vous pouvez également retrouver l'offre en santé mentale de la ville sur son guide répertoire :

LES SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE

La 37e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) se tiendra du 6 au 18 octobre avec pour thème « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ».
À destination du grand public, elles visent à sensibiliser aux questions de santé mentale et à faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.
Venez découvrir le programme et participez aux différents événements organisés dans toute la ville.

Le Conseil Local de Santé Mentale de la Ville de Nice :
La Ville de Nice et le collectif de partenaires du territoire travaillent depuis plusieurs années à développer une culture bienveillante de la santé mentale auprès des Niçoises et des Niçois.
Dans un esprit de concertation et de coordination, le Conseil Local de Santé Mentale définit et met en œuvre une politique locale et mène des actions pour améliorer la santé mentale et la prise en charge des populations concernées. Si vous souhaitez participer aux travaux du CLSM : clsm@ville-nice.fr

PROGRAMME

Exposition – Les œuvres de l'association Cool Œuvre

Pendant toute la durée des Semaines d'information sur la santé mentale, la galerie municipale **Lou Babazouk** accueille une sélection d'œuvres de l'association **Cool Œuvre.** Composée de 25 artistes ayant connu ou traversé des épisodes de décompensation psychique, l'association met en lumière des créations choisies avec soin pour refléter l'univers et la sensibilité propres à chaque artiste. Une exposition qui invite à changer de regard sur la santé mentale à travers la richesse de l'expression artistique.

Quand ? Du 13 octobre au 1er novembre,
du mardi au dimanche de 10h à 12h30 et de 14h à 19h
Où ? 5 rue Bunico, Nice
Pour qui ? Tout public
Gratuit

MARDI 6 OCTOBRE

9h > 13h : Caravane de l'UNAFAM : et si on parlait santé mentale autrement ?

Installée au cœur du marché, la caravane de l'UNAFAM vous propose des animations, des échanges et des témoignages pour mieux comprendre les troubles psychiques, dépasser les idées reçues et découvrir les acteurs qui accompagnent les personnes concernées et leurs proches. Une rencontre ouverte à tous, sans inscription.

Où ? Marché Saint-Roch, 3 rue Humbert Ricolfi 8, Nice
Pour qui ? Tout public
Gratuit
Des questions ? Renseignements auprès de l'UNAFAM : Union Nationale des Familles et Amis de Personnes Malades et / ou Handicapées Psychiques au 07 63 24 23 45

MERCREDI 7 OCTOBRE

10h30 > 12h : Atelier de musicothérapie

Découvrez les bienfaits de la musicothérapie lors d'un atelier au Musée des Beaux-Arts. À travers le son, la voix et le rythme, explorez la musique comme un moyen d'expression, de détente et de renforcement du bien-être. Une expérience accessible à tous pour prendre soin de sa santé mentale dans un cadre culturel inspirant.

Par Alexandra Roumaud, docteure en psychologie, Etablissement Ste Marie des Alpes-Maritimes.

Où ? **Musée des Beaux-Arts Jules Chéret, salon Chéret, 33 avenue des Beaumettes, Nice**
Pour qui ? **Tout public, non accessible PMR**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/atelier-de-musicotherapie-musee-des-beaux-arts-jules-cheret**
Des questions ? **clsm@ville-nice.fr**

11h > 15h : Village Santé Mentale : la santé mentale, l'affaire de toutes et tous !

Stress, anxiété, fatigue, isolement… La santé mentale nous concerne toutes et tous, particulièrement pendant les études.
Découvrez le Village Santé Mentale, un espace convivial pour vous informer, échanger librement et déconstruire les idées reçues. Vous pourrez rencontrer des professionnels de santé, des associations et des services d'accompagnement. Vous y trouverez des informations et des conseils sur la prévention, l'écoute, l'accès aux soins, l'entraide et vos droits.
Où ? **Campus Carlone, 98 boulevard Édouard Herriot, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit
Des questions ? **04 97 13 52 36 ou clsm@ville-nice.fr**

14h30 > 17h30 : Table ronde « L'art, source de mieux-être ? »

PROGRAMME

14h30 : « Comment les artistes transcendent leur mal-être par la création ? »

Marie-Thérèse Pulvenis de Séligny, conservatrice en chef, au Musée Matisse Nice jusqu'en 2017

Marie-Pierre Nicola, référent inclusion au service des publics des Musées de Nice

Marie Dubrulle, médiatrice culturelle au Musée Picasso d'Antibes, référente pour les publics à besoins spécifiques

Maël Tisseur, enseignant chercheur à l'Université Côte d'Azur, Laboratoires Retines et LIRCES
Temps d'échanges avec le public.

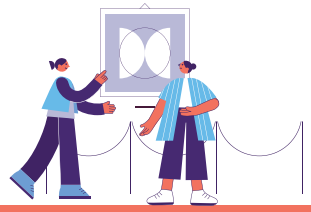
16h : « L'apport de la pratique artistique auprès des personnes concernées »

La direction du Bureau d'Aide Psychologie Universitaire de Nice (BAPU)

Sylvie Garet, médiatrice culturelle au Musée Matisse Nice

Jessica Gilquin, patient-partenaire et auteur

Professeur Philippe Robert, Université Côte d'Azur – CreApolis.
Temps d'échanges avec le public.
Où ? **Musée Masséna, 65 rue de France, Nice**
Pour qui ? **Tout public**



Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/table-ronde-lart-source-de-mieux-etre**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

JEUDI 8 OCTOBRE

11h > 15h : Village Santé Mentale : la santé mentale, l'affaire de toutes et tous !

Découvrez le *Village Santé Mentale,* un espace ouvert à toutes et tous pour s'informer, échanger et casser les idées reçues. Vous pourrez rencontrer des professionnels de santé, des associations et des services d'accompagnement. Vous y trouverez des informations et des conseils sur la prévention, l'écoute, l'accès aux soins, l'entraide et vos droits.
Un temps fort pour apprendre, rencontrer, et agir ensemble.
Où ? **Villa Arson, 20 avenue Stephen Liégeard, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit
Des questions ? **04 97 13 52 36 ou clsm@ville-nice.fr**

14h30 > 16h : Expérience visiteur « De la contemplation à la création »

Vivez une expérience immersive au Palais Lascaris où l'art devient un support d'exploration de soi. Une expérience en trois étapes :
« Je regarde » : Observation de la fresque au plafond peint *La Chute de Phaéton*
« J'écoute » : Plongée au cœur du mythe
« Je crée » : Appropriation et retranscription des motifs du baroque dans un carnet personnel.
Un atelier ouvert à tous, pour porter un regard différent sur l'art et le bien-être.
Où ? **Palais Lascaris, Grand Salon, 15 rue Droite, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/experience-visiteur-de-la-contemplation-a-la-creation**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

VENDREDI 9 OCTOBRE

9h30 > 12h : Conférence : Quelles représentations de la santé mentale dans nos écrans ?

Films, séries, documentaires… Les écrans façonnent notre regard sur la santé mentale.
Cette conférence propose de croiser les points de vue d'une professionnelle de la santé mentale, d'une personne concernée, d'un proche et d'un professionnel du cinéma pour questionner les représentations, les stéréotypes et leur impact sur nos perceptions. Un échange riche et accessible pour mieux comprendre comment les images influencent notre regard sur les troubles psychiques et contribuent à changer les représentations.

Où ? **Maison des Associations Garibaldi, 12 ter place Garibaldi, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/conference-quelles-representations-de-la-sante-mentale-dans-nos-ecrans**
Des questions ? **04 97 13 52 36 ou clsm@ville-nice.fr**

SAMEDI 10 OCTOBRE

14h > 15h30 : Expérience visiteur « De la contemplation à la création »

Vivez une expérience immersive au Musée des Beaux-Arts où l'art devient un support d'exploration de soi. Une expérience en trois étapes :
« Je regarde » : Observation des oeuvres colorées de Jules Chéret
« J'écoute » : Exploration d'une oeuvre de la salle
« Je crée » : Atelier découverte du pastel.
Un atelier ouvert à tous, pour porter un regard différent sur l'art et le bien-être.

Où ? **Musée des Beaux-Arts Jules Chéret, salon Chéret, 33 avenue des Beaumettes, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/experience-visiteur-de-la-contemplation-a-la-creation-musee-des-beaux-arts**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

14h > 18h : Après-midi DIY

Découvrez le plaisir de créer de vos propres mains lors d'un après-midi d'ateliers DIY accessibles à tous. Poterie, couture, peinture, cuisine, bijoux, origami... chacun trouvera une activité à son goût. Un moment convivial pour faire une pause, stimuler sa créativité, rencontrer d'autres personnes et prendre soin de son bien-être.

Où ? **Parvis de la Maison de l'Étudiant, 5 avenue François Mitterrand, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit
Des questions ? **mde@ville-nice.fr**

LUNDI 12 OCTOBRE

20h : Ciné Débat « SOS d'une jeunesse en détresse »

Découvrez le documentaire « SOS d'une jeunesse en détresse », réalisé par Laurence Delleur, qui donne la parole à des jeunes confrontés à des troubles psychiques et met en lumière les difficultés d'accès aux soins en pédopsychiatrie. À travers des témoignages poignants et une enquête de terrain, le film interroge notre capacité collective à répondre à l'urgence de la santé mentale des jeunes. La projection sera suivie d'un échange en présence de la réalisatrice Laurence Delleur.

Où ? **Cinéma Jean-Paul Belmondo, 16 place Garibaldi, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://cinemabelmondo.departement06.fr/**
Des questions ? **04 89 04 52 00**

MARDI 13 OCTOBRE

10h > 16h : Journée d'Isatis « fête des arts »

« La Fête des Arts » parce que l'art est un formidable levier de reconstruction, cet événement met à l'honneur le rôle essentiel de la création dans le parcours de rétablissement.
Rejoignez-nous pour une journée d'échange et de découverte au sein de l'association ISATIS.

Où ? **SAMSAH de l'association ISATIS, 37/39 rue Saint Barthelemy, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit
Des questions ? **c.batut@isatis.org - titaina.conrardy@isatis.org**

14h30 > 15h30 : Ateliers de musicothérapie

La musique est un formidable moyen d'expression, de détente et de bien-être. Lors de cet atelier de musicothérapie, laissez-vous guider dans une expérience sensorielle accessible à tous, sans aucun prérequis musical. À travers les sons, le rythme et la voix, explorez vos émotions, relâchez les tensions et partagez un moment de créativité dans un cadre bienveillant. Une parenthèse apaisante pour prendre soin de sa santé mentale et découvrir les bienfaits de la musique autrement.
Animés par l'association ISATIS.

Où ? **AnimaNice Gorbella, 63 boulevard Gorbella, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit
Des questions ? **c.batut@isatis.org - titaina.conrardy@isatis.org**

14h30 > 16h : Atelier d'écriture inspiré de la médecine narrative : *Écrire ce qui nous traverse*

Par Maël Tisseur, enseignant chercheur Université Côte d'Azur, et Jessica Gilquin, patient-partenaire, auteur : à partir de son livre, *Résilience, les batailles qui m'ont forgée,* lecture-débat et atelier d'écriture.

Où ? **Bibliothèque Cessole, Musée Masséna, 65 rue de France, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/atelier-decriture-inspire-de-la-medecine-narrative-ecrire-ce-qui-nous-traverse**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

MERCREDI 14 OCTOBRE

11h > 15h : Village Santé Mentale : la santé mentale, l'affaire de toutes et tous !

Stress, anxiété, fatigue, isolement… La santé mentale nous concerne toutes et tous, particulièrement pendant les études.
Découvrez le Village Santé Mentale, un espace convivial pour vous informer, échanger librement et déconstruire les idées reçues. Sur une dizaine de stands, vous pourrez rencontrer des professionnels de santé, des associations et des services d'accompagnement.
Vous y trouverez des informations et des conseils sur la prévention, l'écoute, l'accès aux soins, l'entraide et vos droits.

Où ? **Campus Valrose, 28 avenue Valrose, Nice**
Pour qui ? **Étudiants**
Gratuit
Des questions ? **04 97 13 52 36 ou clsm@ville-nice.fr**

15h > 16h30 : Expérience visiteur « De la contemplation à la création »

Vivez une expérience immersive au Museum d'Histoire Naturelle où l'art devient un support d'exploration de soi. Une expérience en trois étapes :
« Je regarde » : Observation libre dans le jardin de la Promenade du Paillon
« J'écoute » : Médiation sur quelques espèces végétales
« Je crée » : Création d'un herbier imaginaire.
Un atelier ouvert à tous, pour porter un regard différent sur l'art et le bien-être.

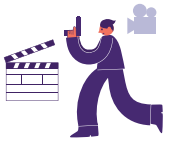
Où ? **Muséum d'Histoire Naturelle, 60 boulevard Risso, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/experience-visiteur-de-la-contemplation-a-la-creation-museum-dhistoire-naturelle**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

JEUDI 15 OCTOBRE

13h30 > 17h : Atelier de musicothérapie

Découvrez les bienfaits de la musicothérapie lors d'un atelier au Palais Lascaris.
À travers le son, la voix et le rythme, explorez la musique comme un moyen d'expression, de détente et de renforcement du bien-être. Une expérience accessible à tous pour prendre soin de sa santé mentale dans un cadre culturel inspirant.
Par Alexandra Roumaud, Docteure en psychologie,
Etablissement Ste Marie des Alpes-Maritimes.

Où ? **Palais Lascaris, Grand Salon, 15 rue Droite, Nice**
Pour qui ? **Tout public, non accessible PMR**
Gratuit, **sur inscription :**
13h30 > 15h : https://my.weezevent.com/atelier-de-musicotherapie-palais-lascaris



15h30 > 17h : https://my.weezevent.com/atelier-de-musicotherapie-palais-lascaris-2
Les deux ateliers sont identiques, une seule inscription possible par personne.
Des questions ? **clsm@ville-nice.fr**

VENDREDI 16 OCTOBRE

10h > 17h : Présentations et table ronde - MAMAC hors-les-murs

Journée programmée par le MAMAC, rassemblant des professionnels de l'art moderne et contemporain autour de leurs expériences.
Santé mentale, handicap, attention aux œuvres :
comment accueillir les publics dans toute leur diversité ?
Chaque intervention est suivie de questions.
La journée se conclut par une table ronde réunissant l'ensemble des intervenants et ouverte aux échanges avec le public.

10h : Introduction par Céline Kopp, directrice du MAMAC

10h15 : Conversation entre l'agence d'architecture Freaks et le Palais de Tokyo, autour du projet « le hamo »

L'espace « le hamo », conçu par Freaks pour le Palais de Tokyo, accueille les publics avec une attention portée à la santé mentale.
Retour sur ce qu'il a changé dans la relation entre l'institution et ses publics.

11h15 : Conversation entre Sandra Patron, directrice du CAPC de Bordeaux, et l'artiste Virginie Barré, autour des « Objets à vivre »

Un geste du CAPC : mettre en libre accès, dès l'entrée du musée et sans avoir à se « déclarer », des objets sensoriels imaginés par Virginie Barré avec des personnes en situation de handicap.

12h30 : Pause méridienne

14h : La médiation sensible - expérimentations du MAMAC et du Musée national Marc Chagall

Qu'est-ce que la médiation sensible ? À travers les cartels sensibles du MAMAC et « l'Atelier du Beau » du Musée national Marc Chagall, renouveler l'approche par les sens, les émotions et le corps face à la crise de l'attention.

15h : Table ronde conclusive et questions réponses

Avec l'ensemble des intervenants de la journée et le public.

16h30 : Présentation — Mindful Art® par Marjane Abadie, psychothérapeute

Présentation du protocole Mindful Art® par Marjane Abadie, psychothérapeute, superviseuse en Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT), fondatrice de l'Institut Mindfulness.

Où ? **Maison des Associations Garibaldi, 12 Ter place Garibaldi, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/conversations-et-table-ronde-mamac-hors-les-murs**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

14h > 18h : Portes ouvertes Groupe d'Entraide Mutuelle J'aime Nice

Venez rencontrer le Groupe d'Entraide Mutuelle « J'aime Nice » et découvrir les activités qu'ils proposent aux adhérents de l'association.

Où ? **11 avenue Malausséna, 1er étage porte droite, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit
Des questions ? **au 06 28 23 49 19 ou 04 93 04 09 15**

16h > 17h30 : Atelier d'art thérapie

Venez participer à un atelier d'art-thérapie pour un moment de découverte et de partage pour expérimenter les bienfaits de l'art sur le bien-être et la santé mentale. Animé par Agnès Mosso, art-thérapeute des Établissements Sainte-Marie des Alpes-Maritimes.

Où ? **Musée international d'Art Naïf Anatole Jakovsky, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/atelier-dart-therapie-5**
Des questions ? **clsm@ville-nice.fr**

19h : Chagall autrement : Une rencontre sensible avec l'œuvre

Et si vous découvriez Chagall autrement ? À travers une approche sensible et attentionnelle, prenez le temps d'observer, de percevoir et de vous laisser toucher par les couleurs, les formes et les émotions que les œuvres suscitent. Cette expérience immersive invite chacun à ralentir et à entrer dans une relation plus intime avec l'œuvre. Aucune connaissance artistique n'est nécessaire, seulement la curiosité et l'envie de se laisser surprendre. Expérience Mindful Art® conçue et guidée par Marjan Abadie www.Mindful-art.eu

Où ? **Musée national Marc Chagall, avenue Dr Ménard, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://my.weezevent.com/chagall-autrement-une-rencontre-sensible-avec-luvre**
Des questions ? **au 04 93 53 87 20**

20h : Ciné Débat « Au bord du Monde »

À travers le regard d'Alexia, jeune infirmière stagiaire, *Au bord du monde* plonge le spectateur au cœur d'un service fermé de psychiatrie, où se croisent engagement soignant, souffrance psychique et questionnements éthiques. Entre empathie, contraintes institutionnelles et espoir de rétablissement, le film porte un regard sensible sur la réalité des soins en santé mentale et les liens qui se tissent entre soignants et patients. En partenariat avec le Collège des psychologues du CHU de Nice.

Où ? **Cinéma Jean-Paul Belmondo, 16 place Garibaldi, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur inscription : https://cinemabelmondo.departement06.fr/**
Des questions ? **au 04 89 04 52 00**

SAMEDI 17 OCTOBRE

10h > 11h : Visite « Art naïf, art brut, arts inclassables ? »

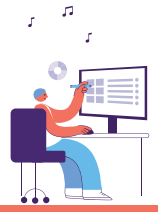
Par Marie-Laetitia Antonio, médiatrice culturelle du musée

Où ? **Musée international d'Art Naïf Anatole Jakovsky, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur incription : https://my.weezevent.com/visite-art-naif-art-brut-arts-inclassables**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**

11h > 12h : Rencontre et atelier avec Virginie Broquet, artiste en résidence au musée

Inspiré de sa série « ma Vie, ma Vue » réalisée durant la pandémie depuis sa fenêtre, dans laquelle une matrice en noir et blanc est déclinée en 200 images, colorisées sur tablette au fil des jours, l'atelier proposera une expérience de mise en couleur et de dessin par la fenêtre.

Où ? **Musée international d'Art Naïf Anatole Jakovsky, Nice**
Pour qui ? **Tout public**
Gratuit, **sur incription : https://my.weezevent.com/rencontre-et-atelier-avec-virginie-broquet-artiste-en-residence-au-musee**
Des questions ? **Service des Publics / marie-pierre.nicola@ville-nice.fr**



Toutes les informations sur

nice.fr

© DR - Ville de Nice - CC/LM - 08/2026

VILLE DE NICE