



Sism

Semaines d'information sur la santé mentale



du 5 au 18 octobre 2026

www.semaines-sante-mentale.fr



DINAN
AGGLOMÉRATION

Programme complet sur
www.dinan-agglomeration.fr



LE PROGRAMME

DU 5 AU 18 OCTOBRE 2026

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale s'inscrivent dans le cadre du Contrat Local de Santé porté par Dinan Agglomération.

MARDI 6 OCTOBRE | 11^H - 17^H

TEMPS POUR LES AIDANTS FAMILIAUX

Art thérapie, bien-être et échanges.

Atelier du 5 bis, 5bis rue Gambetta, Dinan
Gratuit, sur inscription : initiatives@dinan.fr

MARDI 6 OCTOBRE | 17^H - 18^{H30}

ATELIER PEINTURE

Laissez-vous guider par vos émotions du jour, pour peindre à la gouache, un paysage de bord de mer.

*Maison-Musée Yvonne Jean-Haffen,
103 rue du Quai, Dinan (pas d'accès PMR)*
À partir de 16 ans, gratuit, sur inscription :
e.leborgne@dinan.fr

MARDI 6 OCTOBRE | 19^H

SOIRÉE POÉSIE

Avec la poétesse Babouillec (Hélène Nicolas)

Temple de Mars, Corseul
Gratuit, sur inscription :
a.brochard@dinan-agglomeration.fr

MERCREDI 7 OCTOBRE | 10^{H30} - 13^H

VISITE PRIVATIVE DE L'ARCHÉOMUSÉE CORIOSOLIS ET ATELIER CRÉATIF

Visite thématique sur le décor, atelier sur enduit peint (repartez avec votre création), réalité virtuelle

18 rue César Mulon, Corseul
2€ en plus du prix d'entrée du musée
À partir de 7 ans : sur inscription :
contact.coriosolis@dinan-agglomeration.fr

MERCREDI 7 OCTOBRE | 14^{H30} - 16^H

ATELIER CRÉATIF INTERGÉNÉRATIONNEL :

MON TABLEAU RESSOURCE

Découpage, peinture, tamponnage...
(matériel fourni).

Salle Mulon, 12 rue de l'Arguenon, Corseul
Gratuit, sur inscription :
assoame.bzh@gmail.com / 06 95 24 85 24

LUNDI 12 OCTOBRE | 18^H

CAUSERIE « ET SI L'ART ÉTAIT UNE PORTE D'ACCÈS À SOI-MÊME ? »

Geneviève Hervier, psychologue clinicienne, propose d'envisager l'expérience artistique (lecture, arts visuels, arts sonores...) comme une invitation au voyage vers soi.

Médiathèque, 3 pl. de la Grande Abbaye, Fréhel
Gratuit, sur inscription : 02 96 41 51 12
mediatheque@mairie-frehel.fr

LUNDI 12 OCTOBRE | 10^H - 16^H

PORTE OUVERTE : AUTOUR DE L'ART

Au sein du GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle)

10^H: activité artistique/manuelle

«personnalise ta boîte d'estime de soi»

14^H: animation autour de l'architecture des plantes en gallo. Jeux en bois, goûter.

2 rés. des Grandes Vallées, Dinan
Gratuit, sans inscription

MARDI 13 OCTOBRE | 14^H - 18^H

PORTE OUVERTE : AUTOUR DE L'ART

Exposition, animations (écriture, jonglerie, chorale...), goûter. En partenariat avec le SAVS ADAPEI-Nouvelles

*Espace solidaire du Pays de Rance,
25 place Duguesclín, Dinan*

Gratuit, sans inscription

+ d'infos : cafesolidairedinan@gmail.com



MARDI 13 OCTOBRE | 14^H - 17^H

ATELIER FRESQUE DE LA SANTÉ MENTALE

Atelier collectif pour comprendre et prendre soin de sa santé mentale et celle des autres.

Mission Locale 5 rue Gambetta, Dinan

Public jeune 16 - 25 ans, gratuit,
sur inscription : 02 96 85 32 67

VENDREDI 16 OCTOBRE | 18^H30 - 20^H

QUI SUIS-JE QUAND PERSONNE NE ME REGARDE ?

Pour le plaisir d'écrire et de découvrir un outil ludique pour jouer avec les mots.

Salle Mulon, 12 rue de l'Arguenon, Corseul

Gratuit, sur inscription :
assoame.bzh@gmail.com / 06 95 24 85 24

MARDI 13 OCTOBRE | 17^H - 18^H30

ATELIER PEINTURE

Laissez-vous guider par vos émotions du jour, pour peindre à la gouache, un paysage de bord de mer.

*Maison-Musée Yvonne Jean-Haffen,
103 rue du Quai, Dinan (pas d'accès PMR)*

Adolescents accompagnés par un adulte,
gratuit, sur inscription :
e.leborgne@dinan.fr

**SAMEDI 17 ET DIMANCHE
18 OCTOBRE | 10^H - 18^H**

**GROUPE ÉTONNANTS AMATEURS DE
L'ATELIER DU 5 BIS**

Exposition annuelle avec jeux, ateliers d'initiations, maquillage, temps scéniques.

Salle de la source, bd André Aubert, Dinan

Gratuit, sans inscription
+ d'infos : initiatives@dinan.fr

MERCREDI 14 OCTOBRE | 10^H30 - 13^H

**VISITE PRIVATIVE DE L'ARCHÉOMUSÉE
CORIOSOLIS ET ATELIER CRÉATIF**

Visite thématique sur le décor, atelier sur enduit peint (repartez avec votre création), réalité virtuelle.

18 rue César Mulon, Corseul

2€ en plus du prix d'entrée du musée.

Public adulte : sur inscription :
contact.coriosolis@dinan-agglomeration.fr

SAMEDI 17 OCTOBRE | 15^H - 18^H

**BIBLIOTHÈQUE VIVANTE
« SANTÉ MENTALE DES JEUNES »**

Venez écouter des livres vivants vous raconter leur histoire autour de la santé mentale.

Par la bibliothèque de Dinan et l'Atelier du 5bis.

*Bibliothèque municipale,
20 rue Waldeck Rousseau, Dinan*
Gratuit, sans inscription

MERCREDI 14 OCTOBRE | 14^H - 17^H

APRÈS-MIDI JEUX

sur le thème de l'art.

*Ludothèque, 33 rue de la Madeleine,
Plancoët*

Gratuit, sans inscription

DIMANCHE 18 OCTOBRE | 15^H30 - 16^H30

SIESTE MUSICALE

« VOYAGER DANS MON MONDE »

Un moment de détente pour voyager au Cœur des sons.

En-cas et temps d'échange après l'atelier.

Salle Mulon, 12 rue de l'Arguenon, Corseul

Gratuit, sur inscription :
assoame.bzh@gmail.com / 06 95 24 85 24

JEUDI 15 OCTOBRE | 14^H30 - 16^H30

**GROUPE D'HABITANTS « CHANTS -
GUITARE » DE L'ATELIER DU 5 BIS**

Au sein du GEM (Groupe d'Entraide Mutuelle).

2 rés. des Grandes Vallées, Dinan

Gratuit, sur inscription :
assounpasenavant@gmail.com



AUTRES DATES

DU 24 SEPTEMBRE AU 12 OCTOBRE
8^H30 - 12^H30 ET 13^H30 - 17^H30

**EXPOSITION SUR LA SANTÉ MENTALE
DES JEUNES**

Exposition de la Mutualité Française

Maison du Département, Dinan

Entrée libre, tout public

DU 5 AU 18 OCTOBRE
AUX HORAIRES D'OUVERTURE

**MISE EN AVANT DE DOCUMENTS SUR
LA SANTÉ MENTALE**

*Médiathèque, 2A rue de la Janaie
Plélan-le-Petit*

Entrée libre, tout public

plelan@lirici.fr

MARDI 20 OCTOBRE | 20^H

CINÉ-RENCONTRE : L'ÉPREUVE DU FEU

Projection du film, suivi d'un temps d'échange pour aborder la construction identitaire, le rapport au corps, les dynamiques de groupes, la rencontre amoureuse, le passage à l'âge adulte, etc.

Émeraude Cinéma, 4 rte de Dinard, Dinan

Tout public, proches des adolescents et des jeunes adultes, gratuit, sans inscription :

paej@mldinan.fr / 02 96 85 44 38

MARDI 27 OCTOBRE DE 16^H À 17^H30

ATELIER « KULTURE »

Atelier discussion autour de lectures, films, musiques en lien avec la thématique annuelle.

Atelier 5 bis, 5 bis rue Gambetta, Dinan

Tout public, gratuit, sur inscription :

02 96 85 32 67



Plus d'informations par téléphone au 06 80 06 18 48
ou par mail à a.brochard@dinan-agglomeration.fr

Retrouvez l'annuaire des ressources en santé mentale du territoire sur :
www.dinan-agglomeration.fr

DINAN
AGGLOMÉRATION