

La semaine d'information sur la santé mentale
**POUR NOTRE SANTÉ MENTALE,
 OUVRONS-NOUS AUX ARTS**

DU 12 AU 18 OCTOBRE 2026 À TROYES



Ateliers artistiques

Conférence

Concert

Expositions

LUNDI 12 OCTOBRE

À partir de 8h

Colloque des psychologues

« Ça sert art rien ! »

Table ronde « À la rencontre des corps, l'Art comme garant du vivant » - Collège des psychologues de l'ESPMA

Salle des fêtes de l'Hôtel de ville

Tout public - sur inscription en flashant le QR code



MARDI 13 OCTOBRE

14h-15h30

Atelier théâtre « Quand les mots manquent, le théâtre ouvre le dialogue » - Nadia MARCHAIS

Parc des Moulins

Tout public - sur inscription à maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

18h-19h

Breakdance

« Bouger son corps pour libérer son esprit » - Compagnie Guetapens

Maison de quartier du Point du Jour
à partir de 8 ans - sur inscription
au 06 32 54 80 99

MERCREDI 14 OCTOBRE

10h-11h

Atelier méditation au service du système nerveux
Fabien Lallement

11h -12h

Atelier rétablir une respiration fonctionnelle
Fabien Lallement

Grande salle de la médiathèque
Jacques-Chirac

Sur inscription à l'accueil de la médiathèque

10h-12h

Atelier chant : chanter pour se reconnecter à soi - Justine DA CRUZ

Parc des Moulins

À partir de 7 ans - Sur inscription à maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

14h30-16h

Atelier percussions, la musique au rythme du bien-être - Yves ROMAO

Centre René Peltier

Tout public - sur inscription au
06 32 54 80 99

15h -16h30

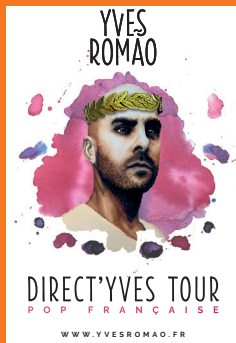
Atelier d'improvisation - Association Tricacht Impro

Maison de quartier des Sénardes
De 12 à 16 ans - sur inscription
au 06 32 54 80 99

20h

Concert SWEET LEMONADE - ESAT ARC EN CIEL - APEI AUBE et Yves ROMAO

La Chapelle Argence
Tout public - sur inscription
à la Maison du Boulanger



MERCREDI 14 OCTOBRE

19h

Conférence « Dans la tête des artistes ! » en présence d'artistes et de psychiatres, autour de cette question : faut-il souffrir pour créer ? Seront abordés la création, les émotions et la santé mentale.

Karima MOINGS et Antoine MANES, psychiatres
Argadol, Audrey Gallochat de la compagnie Guetapens,
DJ Hamma, Nicolas Panay et Yves Romao, artistes
Soirée animée par Clément Meunier

Amphithéâtre Yschools
Tout public - Entrée libre - Pré-inscription en flashant le Qr code



JEUDI 15 OCTOBRE

13h30-14h30 / 14h45-15h45 / 16h-17h

Création manuelle :

« Venez-vous ressourcer par la création en imaginant votre jardin intérieur, laissez-vous guider par CREAMIM BEA »

Parc des Moulins

Tout public - sur inscription à maisondesmaraichers@ville-troyes.fr

19h30

Soirée étudiante

Patinoire des 3 Seine

Etudiants - entrée libre sur présentation de la carte étudiante

19h

Conférence interactive

Musiquez-vous !

La musique est-elle vraiment accessible à tous ? Et si nos idées reçues nous empêchaient d'y entrer pleinement ?

Jean-Marc REYNAUD,
Musicothérapeute

Salle Nivern

*Conservatoire Marcel Landowski
Entrée libre*

19h15

Projection du film VAN GOGH (1991) de Maurice Pialat

CGR de Troyes

Tarif unique de 8€ pour cette séance avec un **tarif préférentiel à 7€** pour les membres du programme fidélité



VENDREDI 16 OCTOBRE

À partir de 15h

**Découverte des oeuvres du MAM
avec les médiateurs culturels pour les
étudiants de 3 écoles. Présence d'un
escape game -**

**En partenariat avec LADAPT
et la CPAM**

Musée d'Art Moderne - Collection
nationale Pierre & Denise Lévy
Sur invitation

17h15-19h

**Graff sur toile « Mettre des
couleurs sur ses émotions » -
Association RISE UP**

Maison de quartier des Marots
*Tout public - sur inscription au
06 32 54 80 99*

18h-19h / 19h30-20h30

**Atelier de relaxation dynamique :
un atelier en rythme et en
mouvement, suivi d'un temps
d'échange avec les participants -
Jean-Marc REYNAUD,**

Musicothérapeute

Au Conservatoire
Marcel-Landowski
Tout public

SAMEDI 17 OCTOBRE

9h30-11h30 et 14h-16h

**Création manuelle
« Argile et collage » -
Ambassadeurs santé**

Parc des Moulins

*Adulte - sur inscription à
maisondesmaraichers@ville-troyes.fr*

**POUR PLUS
D'INFORMATIONS,
FLASHEZ CE QR CODE :**



**L'ensemble des événements est
accessible gratuitement*, pour petits
et grands.**

*sauf indication contraire sur l'évènement