LES SEMAINES DE LA SANTÉ MENTALE EN PAYS DOLOIS

"Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux Arts"

Du 5 au 18 Octobre 2026

Programme complet sur

www.doledujura.fr

ou en flashant le QR Code

Semaines d'information sur la santé mentale

Expositions, spectacles, animations, ... Ouverts à tous

ars Agence Régionale de Santé Bourgogne-Franche-Comté

CPTS Pays de Pasteur

Dole du Jura

PAYS DOLOIS

MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE DOLE

L'ARCHE EN Pays Comtois

Croix-Marine du Jura – Santé mentale France

GEM Une Autre Rive – Fondation Falret

SAINT-YLIE JURA Centre Hospitalier Spécialisé

etapes

GRAND DOLE

MJC Dole Maison des Jeunes et de la Culture

info Jeunes Jura

association Juralliance

Conseil Plus Développement

Les Scènes du Jura Scène nationale

Espace Santé Dole Nord Jura

Jura Terre de Louis Pasteur Dole / Arbois

Jura nord

Val d'Amour

UNAFAM

BUTTERFLY

Médiathèques du GRAND DOLE

la Vilette – MICRO-FOLIE GRAND DOLE

ÉDITO

Les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), organisées cette année **du 5 au 18 octobre 2026**, s'inscrivent dans un contexte où la santé mentale, déclarée grande cause nationale, est plus que jamais reconnue comme **un enjeu majeur.**

Elles constituent un moment privilégié pour faire évoluer les regards sur les troubles psychiques et mentaux, lutter contre les préjugés et rappeler que le bien-être mental concerne chacun d'entre nous, à tous les âges de la vie.

Le thème national de cette édition, « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts », met en lumière **le rôle essentiel que peuvent jouer les pratiques artistiques et culturelles dans notre équilibre personnel.** En 2019, l'Organisation Mondiale de la Santé a d'ailleurs mis en évidence les effets bénéfiques des arts sur la santé mentale.

Que l'on soit spectateur ou actif dans la création, les arts favorisent l'expression, le lien social, l'inclusion et le rétablissement.
Ce n'est pas un hasard si les établissements de santé intègrent de plus en plus des pratiques artistiques, en complément des soins thérapeutiques.

Sur notre territoire, c'est le Pays Dolois (association qui réunit le Grand Dole et les communautés de communes Jura Nord, du Val d'Amour et de la Plaine Jurassienne) qui assure le pilotage des SISM, et porte leur communication.
Il travaille avec le CHS Saint-Ylie Jura, les associations, les collectivités, les professionnels, des établissements culturels. Que l'ensemble des partenaires impliqués soit chaleureusement remercié.

Expositions, spectacles, ateliers créatifs, visites, portes-ouvertes... L**e programme proposé cette année est riche et varié. Il s'adresse à tous.**
Il ne concerne pas seulement les personnes directement touchées par le handicap psychique ou mental mais bien chacun d'entre nous, **car la santé mentale, comme la santé physique est l'affaire de tous.**

Parce que prendre soin de notre santé mentale, c'est cultiver notre capacité à rêver, à créer et à partager, ouvrons-nous aux arts !

Jean-Baptiste GAGNOUX
Président du Pays Dolois

🟢 **Du Lun. 5 au Ven. 16 octobre 2026**
Exposition "Quand l'art prend soin de nous"
et Atelier céramique grand public
Uniquement le **Mer 7 octobre de 10h à 11h45 et de 14h à 15h45**
Venez découvrir les techniques de la mosaïque et participez à une œuvre commune
Hall de la Mairie de DOLE - Place de l'Europe
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisée par ETAPES - le CHS - la Croix marine - l'Arche en Pays Comtois et le GEM "Une Autre Rive"

🟢 **Du Lun. 5 au Dim. 18 octobre 2026**
Je prends soin de ma santé mentale
à l'Espace Santé DOLE Nord Jura – 23 avenue Georges Pompidou DOLE
de 9h à 16h30
Venez participer à la création d'une œuvre collective sur la santé mentale.
Cette banderole, sur laquelle chacun pourra s'exprimer à partir de différents techniques (collage, dessin libre...), a pour objectif de sensibiliser les patients accueillis à l'Espace Santé et les passants aux enjeux de la santé mentale et d'aborder les ressources à mobiliser.
Présence d'un facilitateur de choix de vie de Juralliance - Lun. 5 octobre de 10h à 16h30 et Lun. 12 octobre de 14h à 16h30.
Tous publics adultes - Gratuit - Entrée libre
Organisée par l'Espace Santé DOLE Nord Jura en partenariat avec Juralliance dans le cadre du Dispositif d'Appui à l'Autodétermination (DAA 39)

🟢 **Du Mar. 6 octobre au Sam. 17 octobre 2026**
Exposition de peintures et diamond painting
à la Médiathèque Victor Hugo - 43 avenue Victor Hugo TAVAUX
Le Mar. et Mer. de 10h à 12h et 14h à 18h - le Ven. de 14h à 18h - le Sam. de 10h à 17h
La médiathèque de TAVAUX accueille une exposition des créations de Raymond PARIS et Éricka DEROUET, adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle de DOLE.
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisée par le Réseau des médiathèques du Grand Dole et le GEM « Une Autre Rive »

🟠 **Mar. 6 octobre 2026**
Visite guidée "La santé mentale des jeunes : du XIXe siècle à nos jours"
à la Maison natale de Louis Pasteur - 43 rue Pasteur DOLE
Matinée – Durée 2 h
Visite guidée de la maison natale de Pasteur sur la thème de
"La perception de la santé mentale au 19ème siècle"
suivie d'un atelier prévention sur la santé mentale animé par un professionnel de JurAdo
Réservée aux collégiens et lycéens - Gratuit - Sur inscription : 03 84 82 11 24
Organisée par l' EPCC Terre de Louis Pasteur et la Maison des Ados JurAdo

SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE
2026
PROGRAMME DU PAYS DOLOIS

🟣 **Mar. 6 octobre à 10h - Mer. 7 octobre à 10h et Jeu. 8 octobre à 15h30**
Atelier d'art-thérapie : "Se relier à soi et aux autres par l'art en milieu muséal"
au Musée des Beaux-Arts - 85 rue des Arènes DOLE
Durée : 2 h
Venez participer à des séances d'art-thérapie proposées au cœur même du musée des Beaux-Arts de DOLE animées par une Art-thérapeute certifiée.
Tous publics - Gratuit – Sur inscription 03 84 79 25 85 - reservation-musee@dole.org
Organisé par Blandine LANGUILLE, art-thérapeute certifiée

🟠 **Mar. 6 et Jeu. 8 octobre 2026**
Balade contée : " L'aventure doloise de César, nouveau conte du chat perché"
Au départ de l'office de tourisme - Place Grévy DOLE
à 14h - Durée 1h30
Cléa, adulte accueillie au Service d'Accueil de Jour d'ETAPES vous conte le début de l'aventure du chat César. Elle vous fera découvrir les sites remarquables du patrimoine dolois qui ont inspirés la création d'un livre intitulé "L'aventure doloise de César : nouveau conte du chat perché".
Tous publics - Gratuit - Sur inscription 03 84 81 89 93
Organisée par : ETAPES

🔵 **Mar. 6 octobre de 14h à 16h**
" Écrire, tout un art ! "
à la librairie La Passerelle - 16 bis rue de la Sous-Préfecture DOLE
et Ven. 9 octobre 2026 de 18h à 20h
à la médiathèque de l'Hôtel-Dieu - rue Bauzonnet DOLE
Restitution à voix haute de récits écrits par des usagers de l'hôpital de jour et CMP de DOLE. Tous ces récits singuliers, drôles, touchants font suite à des ateliers d'écriture animés par une pair-aidante de l'association Butterfly et une infirmière en santé mentale.
Tous publics - Gratuit
Organisée par l'Association Butterfly en partenariat avec le CHS Saint- Ylie Jura - Hôpital de jour

🟣 **Mer. 7 octobre 2026**
"Ordonnances littéraires"
à la Médiathèque de l'Hôtel-Dieu - rue Bauzonnet DOLE
de 14h à 16h
Quand les livres et les films sont de véritables bienfaits pour la santé mentale de chacun. Venez vous prêter à un temps d'échanges avec les professionnels de la médiathèque et repartir avec votre ordonnance littéraire.
Tous Publics - Gratuit - Entrée libre
Organisées par le Réseau des médiathèques du Grand DOLE

🟣 **Mer. 7 octobre 2026**
Conférence Micro-Folie : Le Château de Versailles
à l'EHPAD Les Jardins de Séquanie - 4 Avenue de l'Europe TAVAUX
de 14h à 17h
La Micro-Folie, dispositif porté par le ministère de la Culture, propose des contenus culturels ludiques. Elle encourage la création artistique et l'accès aux œuvres d'arts des plus grands musées nationaux et internationaux.
Réservée aux résidents de l'EHPAD les Jardins de Séquanie de TAVAUX - Gratuit
Organisée par le Réseau des médiathèques du Grand DOLE

🔵 **Mer. 7 et 14 - Ven. 9 et 16 et Sam. 10 et 17 octobre 2026**
Ouverture du café de l'Arche en Pays Comtois
à la Maison des Orphelins – 27 rue Pasteur DOLE
de 10h à 16h
Accueil café , exposition des réalisations des résidents
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisée par l'Association Arche en Pays Comtois

🔵 **Mer. 7 octobre 2026**
Exposition et portes ouvertes de la Maison d'Accueil Spécialisée - La MAS du Val Fleuri
à ETAPES - MAS du Val Fleuri - 5 rue Arthur Rimbaud DOLE
de 14h à 18h
Ici on peint, on photographie, on façonne avec les mains, avec son cœur. Des situations de vie handicapantes à tout âge et l'envie de dire quelque chose à travers les nombreuses réalisations.
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisées par ETAPES

🟣 **Mer. 7 octobre et Mer. 14 octobre 2026**
Atelier Duo-rencontre
au Musée des Beaux-Arts - 85 rue des Arènes DOLE
de 14h30 à 16h
Une animatrice du musée vous propose un atelier d'arts plastiques à réaliser à deux avec une personne...que vous ne connaissez pas !
Laissez-vous porter et faites de belles rencontres !
Tous publics - Gratuit - Sur inscription 03 84 79 25 85 - reservation-musee@dole.org
Organisé par le Musée des Beaux-Arts de DOLE

🟣 **Jeu. 8 ou Jeu. 15 octobre 2026**
Atelier Mosaïque
Au lycée Mont-Roland - 55 boulevard du Président Wilson DOLE
de 9h-12h et de 14h à 16h30
Réalisation artistique autour de la mosaïque
Réservé aux élèves du lycée Mont-Roland et résidents de l'Arche en Pays Comtois
Organisé par l'Arche en Pays Comtois et le lycée Pasteur Mont-Roland

🔵 **Jeu. 8 octobre 2026**
Portes ouvertes du Pôle accompagnement d'ETAPES
à ETAPES - 26 avenue. Eisenhower DOLE
de 10h à 16h30
Venez découvrir le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS) et le Service d'Accompagnement Médico-Social pour Adultes Handicapés (SAMSAH).
Accueil café , exposition des réalisations des personnes accompagnées.
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisées par ETAPES

🟣 **Jeu. 8 octobre 2026**
Atelier "À travers nos 5 sens"
à l'Espace Santé DOLE Nord Jura - 23 avenue Georges Pompidou DOLE
de 14h à 15h30 ou 15h30 à 16h30
Cet atelier permet de découvrir des techniques de lâcher-prise autour des 5 sens.
Il est encadré par une infirmière formée aux techniques de détente.
Tous Publics adultes - Gratuit - Sur inscription 03 84 72 46 55
espacesante.dole@mutualite-39.fr
Organisé par l'Espace Santé DOLE Nord Jura

🟠 **Jeu. 8 octobre - Jeu. 15 octobre et Ven. 16 octobre 2026**
Visite du théâtre de DOLE
30 rue du Mont-Roland DOLE
de 14h30 à 16h
Visite patrimoniale et insolite du Théâtre de Dole par les Scènes du Jura, de la scène aux coulisses, récit des petites et grandes histoires du Théâtre en général et plus particulièrement de celui de Dole. Présentation et échanges autour des métiers du spectacle, de la programmation, suivis d'un temps de convivialité.
Réservée aux personnes accompagnées des éts. sociaux, médico-sociaux et associations– Gratuit - Sur inscription au 07 57 02 81 24 ou sur billetteriedole@scenesdujura.com
Organisée par Les Scènes du Jura

🔵 **Ven. 9 octobre 2026**
Portes ouvertes Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) « Une Autre Rive »
au 30 Av. du Maréchal Juin DOLE
de 13h à 17h
Accueil café, présentation de l'association et des locaux, séance de chant
Tous Publics - Gratuit - Entrée libre
Organisées par le GEM "Une Autre Rive"

Vend. 9 octobre 2026
Portes ouvertes à Juralliance - Service d'Accompagnement à la Vie Sociale (SAVS)
au 26 rue du Collège de l'Arc DOLE
de 14h à 17h
Accueil et présentation du service par les personnes accompagnées.
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisées par Juralliance

🟢 **Sam. 10 octobre de 14h à 18h et Dim. 11 octobre de 10h à 12h30 et de 14h à 18h**
Exposition de peintures et fresque sur la santé mentale
à la Maison des Orphelins - 27 rue Pasteur DOLE
Exposition des peintures et de la fresque sur la santé mentale réalisées par les lycéens du Mont-Roland et les résidents de l'Arche en Pays Comtois.
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisée par l'Association l'Arche en Pays Comtois

🟠 **Dim. 11 octobre 2026**
Spectacle **G.R.A.I.N** "Histoire de fous" de la Compagnie Mmm...
à la salle des fêtes du CHS saint-Ylie Jura - 120 route nationale DOLE
à 17h - Durée 1h40
Marie-Madeleine, jeune comédienne en formation, débarque au Groupe de Réhabilitation Après un Internement ou N'importe, association pour "usagers bipolaires" où elle tentera d'animer un stage de théâtre le temps d'une folle journée.
Public à partir de 10 ans - Gratuit - Entrée libre

🟠 **Dim. 11 et Dim. 18 octobre 2026**
La prescription muséale - Visite guidée du musée
au Musée des Beaux-Arts - 85 rue des Arènes DOLE
de 15h à 16h
La visite des musées apporte de nombreux bienfaits reconnus tels que la diminution des symptômes d'anxiété et de dépression, l'amélioration des capacités cognitives, la lutte contre l'isolement. Alors, prenez soin de votre santé mentale en venant découvrir les chefs-d'œuvre du Musée des Beaux-Arts de Dole
Tous Publics - Gratuit - Entrée libre
Organisée par le Musée des Beaux-Arts de Dole

🟣 **Mer. 14 octobre 2026**
Visite guidée du musée Pasteur et atelier mosaïque
Visite guidée et découverte de l'aquarelle de Charles Louis Girault représentant la crypte de Louis Pasteur ornée de mosaïques suivie d'un atelier sur la technique de la mosaïque animé par la section Art Déco du CHS Saint-Ylie Jura et l'Arche en Pays Comtois.
à la Maison natale de Louis Pasteur - 43 rue Pasteur DOLE
de 10h à 12h
Tous publics - Gratuit - Sur inscription 03 84 82 11 24
Organisée par l'EPCC Terre de Louis Pasteur en partenariat avec la Croix Marine et l'association l'Arche en Pays Comtois

🟣 **Jeu. 15 octobre 2026**
Art-thérapie dansée : "Une voie de connexion à soi"
à l'Espace Santé DOLE Nord Jura - 23 Av. G. Pompidou DOLE
de 14h à 15h30
Atelier de danse libre : travail sur l'esthétique corporelle et le lâcher-prise
Tous publics adultes - Gratuit - Sur inscription 03 84 72 46 55 - espace sante.dole@mutualite-39.fr
Organisé par l'Espace Santé DOLE Nord Jura et l'Union Nationale de Familles et Amis de personnes Malades et ou handicapées psychiques (UNAFAM)

🔵 **Jeu. 15 octobre 2026**
Podcast sur le thème : "Les nombreux bienfaits de l'art sur notre santé mentale"
au Musée des Beaux Arts - 85 rue des Arènes DOLE
à 15h - Durée 45 min
Enregistrement d'un plateau radio au musée de Dole en public. Interviews et échanges sur le thème de la santé mentale : L'art peut-il réparer ? Artistes et thérapeutes : que soigne l'art ? La création face à la santé mentale.
Tous publics adultes - Gratuit - Entrée libre
Organisé par la Maison des Jeunes et de la Culture (MJC) en partenariat avec le Musée des Beaux-Arts de DOLE

🟠 **Ven. 16 octobre 2026**
Marche au Mont-Roland
Séance de 9h30 à 10h30 ou 10h30 à 11h30
Venez apprécier les bienfaits de la nature sur la santé mentale. Une visite des jardins de l'ancien sanctuaire est également prévue avec l'Arche en Pays Comtois.
Départ du parking du sanctuaire du Mont-Roland.
Tous publics adultes - Gratuit - Sur inscription 03 84 72 46 55 - espace sante.dole@mutualite-39.fr
Organisée par l'Espace Santé Dole Nord Jura en partenariat avec l'Arche en Pays comtois et Juralliance

🔵 **Ven. 16 octobre 2026**
" Mettez votre Grain de S.E.L"
à la Médiathèque Victor Hugo - 43 Av. V. Hugo TAVAUX
de 16h30 à 17h00
Cette animation basée sur le Système d'Echange Local (S.E.L) propose un temps de partage entre les adhérents du GEM et les visiteurs de la médiathèque de TAVAUX autour de l'exposition de Raymond PARIS et Éricka DEROUET.
Tous publics - Gratuit - Entrée libre
Organisée par le Réseau des médiathèques du Grand DOLE et le GEM « Une Autre Rive »

🔵 **Ven. 16 octobre**
Conférence à deux voix « Art et santé mentale »
à la médiathèque du Val d'Amour - 14, rue Jules Grévy MONT-SOUS-VAUDREY
à 19h
Conférence théâtralisée autour d'une sélection d'œuvres commentées de façon drôle et décalée. Mona DÉZARTS, médiatrice artistique et Claude LEMOINE, infirmière en santé mentale croisent leurs regards et nous invitent à une réflexion participative sur notre rapport à la santé par le biais des arts.
Tous publics - Gratuit - Inscription conseillée au 03 84 80 01 44 - mediatheque@valdamour.com
Organisée par la Médiathèques Val d'Amour et le CHS Saint-Ylie Jura

Médiathèque Jura Nord

🟣 **Sam. 17 octobre 2026**
Atelier bien-être
à la Médiathèque Jura Nord - 2 rue de Fraisans DAMPIERRE
de 14h à 18h
Atelier bien-être consacré à la gestion du stress, combinant échanges et création de décorations sur vinyle. Présentation du Point Accueil Écoute Jeunes Jura avec présentation d'outils concrets que les familles peuvent facilement réutiliser au quotidien.
Réservé aux Parents et adolescents - Gratuit - Sur inscription au 03 84 81 08 88 ou médiatheques@jura-nord.com
Organisé par la Médiathèque Jura Nord en partenariat avec Info Jeunes Jura

🔵 **Du Lun. 5 au Dim. 18 octobre 2026**
Mémento des numéros et adresses utiles en santé mentale
Disponibles dans les cabinets médicaux, les pharmacies et les services publics.
Réalisé par le Pays Dolois et la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) du Pays de Pasteur

Mise en page et illustration par
Grégory Alexandre GRZELCZYK
Secrétaire bénévole
et
Lise VERPILLET animatrice GEM
« Une Autre Rive » de DOLE

Semaines d'information sur la santé mentale

Expositions, spectacles, animations, ... Ouverts à tous

Agence Régionale de Santé Bourgogne-Franche-Comté
CPTS Pays de Pasteur
Dole du Jura
Pays Dolois
Musée des Beaux-Arts de Dole
L'Arche en Pays Comtois
Croix-Marine du Jura Santé mentale France
GEM Une Autre Rive
Fondation Falret
Saint-Ylie Jura
Etapes
Grand Dole
MJC Dole Maison des Jeunes et de la Culture
Info Jeunes Jura
Association Juralliance
Conseil Plus Développement
Les Scènes du Jura
Espace Santé Dole Nord Jura
Jura Terre de Louis Pasteur Dole / Arbois
Jura Nord
Val d'Amour
Unafam
Butterfly
Médiathèques du Grand Dole
Micro-Folie Grand Dole