

Festi' mental à Bellecroix

Entrée libre

Samedi 17
octobre 2026

14h - 18h30

Centre social Kairos
13 rue de Toulouse



**Pour notre santé mentale,
ouvrons-nous aux arts.**

ANIMATIONS
ÉCHANGES
INFORMATION



Activités animées par des habitants et des professionnels

14h Inauguration

Pratiques artistiques

Brochette de fruits, Siham

14h30 Créez avec des fruits, des couleurs et des formes variées

Bricol'âge, Sara

15h Réalise ton cadre en tissu

Viens t'aCROCHET, Sara

15h30 Découvrez l'art du crochet

Cadavre exquis, Camille

16h Écrire ensemble une histoire improbable

Mozaïk'mental, Taoufik

16h30 Créez avec une palette de couleur et de formes

En continu

Boîte à photo, Fawzi

Photographiez vous dans la peau d'une star

Jeux & Art, libre

Installez vous et jouez avec des jeux ou puzzle liés à l'art

Oeuvres participatives, libre

- Dessinez votre visage, faites partie de l'oeuvre
- A vos craies !

Programme

Rencontres / Discussions

Tableau à parole, Maria

14h30 Entrée dans la toile

Des musiques et des mots, Nora & Serge

15h La voix de Nora et la guitare de Serge lanceront la discussion pour explorer les liens entre la musique et notre bien-être psychique.

Lecture en douceur, Anaïs & Amandine

15h30 Harpe & lecture

Soigne ta plume, Cécile

16h15 Lecture de textes

Chaises pliantes, Elodie & Florent

17h - 18h30 L'art peut-il nous faire du bien ?

Atelier débat pour confronter ses idées et cheminer ensemble autour d'un axe commun

Mur d'expression, libre

Que fais-je pour prendre soin de ma santé mentale ? Qu'est-ce que je pourrais faire pour mon quartier ?

Pauses détente

Moov'art 1, Miassa

14h15 Bouger et se relaxer au rythme de l'art musical

Moov'art 2, Camille

16h30

Expo aquarelle, Isabelle

Valeurs de l'aquarelle et témoignages

Espace d'information

Santé BD

avec Cécile Coactis Santé
La santé se dessine

Les Wads

avec Marine, CMSEA
La santé se dessine

Nightline

avec Sophia
Tu n'es pas seul.e !

Art thérapeute
avec Clémence

Bibliothèque de Bellecroix

Ouverte pour l'occasion

En continu

Gâteaux et boissons offerts

**Festi'
mental
à Bellecroix**

Partenaires



Organisateur (avec le soutien du CLSM)

Contact

Anne-Lise Gruzelle, Cojep
06 77 20 29 97

algruzelle@cojepmoselle.org