

SANTÉ MENTALE : OUVRONS-NOUS AUX ARTS !

La Fabrique se mobilise pour la 37ème édition des Semaines d'informations sur la santé mentale du 5 au 18 octobre 2026. Cette année, pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts. Au programme : ateliers, temps d'échanges et actions de sensibilisation pour mieux comprendre les enjeux du bien-être psychologique.

Mercredi 7 | 14h - 16h30 | ATELIER DANSE

Profitez d'un atelier danse. À travers la découverte du rythme et du mouvement, exprimez vos émotions et partagez un moment de détente et de partage en famille.

Gratuit - Sur inscription - Familles, enfant à partir de 3 ans

Jeudi 8 | 14h - 16h | CAFÉ PAPOTE

Venez discuter de santé mentale dans un cadre bienveillant avec une professionnelle. Ce temps d'échange permettra de parler librement des questions liées au bien-être, de partager ses réflexions et de déconstruire certaines idées reçues.

Gratuit - Sur inscription - Adultes

Lundi 12 | 13h30 - 16h30 | ATELIER SOPHRO CRÉATIF Á L'AREC

À travers des exercices de relaxation, de respiration et une activité de modelage, chacun pourra exprimer ses émotions de façon créative et bienveillante. Départ de la Fabrique.

Gratuit - Sur inscription - Adultes à partir de 40 ans

Mercredi 14 | 14h - 17h | SPECTACLE AU VOLCAN : « FUSÉES »

Embarquez dans un théâtre miniature pour un voyage comique et cosmique vers l'infini et au-delà ! « Fusées » est une aventure pleine de décalage : drôle, inquiétante et poétique, qui nous laisse entre rire et larmes. Départ de la Fabrique, transports compris.

1€ - Sur inscription - Familles, enfant à partir de 6 ans

Vendredi 16 | 19h30 - 21h30 | PROJECTION DU FILM « VICE-VERSA »

Découvrez Vice-Versa, un dessin-animé touchant et accessible à tous qui parle avec humour et sensibilité du rôle des émotions dans notre quotidien. Cette séance sera l'occasion de mieux comprendre nos ressentis et d'échanger autour de l'importance du bien-être émotionnel.

Gratuit - Sur inscription - Familles, conseillé à partir de 6 ans

LES VACANCES D'AUTOMNE

Lundi 26 | 13h30 - 16h30 | VISITE DE L'ÉCOPÔLE

Partez à la découverte du parcours de l'eau à travers une animation ludique et pédagogique par un animateur de l'Écopôle.

Départ de la Fabrique, transports compris.

Gratuit - Sur inscription - Familles, enfant à partir de 6 ans

Mardi 27 | 11h - 16h30 | JOURNÉE AU FAMOSA

Partagez en famille une journée placée sous le signe de la détente, du jeu et de la convivialité au Famosa. Profitez de la plaine de jeux et d'un repas au snack. Départ de la Fabrique, transports compris ou rendez-vous sur place.

5€ par personne / 3€ pour les moins de 13 ans - Sur inscription -

Familles, enfant à partir de 3 ans

Mercredi 28 | 14h - 17h | CINÉMA AQUILON

Venez en famille découvrir ou redécouvrir le film « Coco » à la Fabrique Atrium, une aventure touchante et colorée. Petits et grands sont invités à venir déguisés ! Départ de la Fabrique, transports compris.

Gratuit - Sur inscription - Familles, enfant à partir de 4 ans

Jeudi 29 | 10h - 11h30 | PATINOIRE D'HALLOWEEN

Découvrez la patinoire dans un décor festif et profitez en toute sécurité avec vos petits monstres. Départ de la Fabrique, transports compris.

2€ - Sur inscription - Familles, enfant de 5 à 10 ans

Vendredi 30 | 21h - 23h | SOIRÉE HALLOWEEN À LA PATINOIRE

Ne ratez pas la soirée d'Halloween à la patinoire ! DJ, animations et ambiance monstrueuse. Prévoir un déguisement.

Rendez-vous à la patinoire.

2€ - Sur inscription - Familles, enfant à partir de 10 ans