



# PROGRAMME DES ÉVÈNEMENTS EN PAYS BASSIN D'ARCACHON-VAL DE L'EYRE

Pour notre  
santé mentale,  
réparons  
le lien **social**

du 6 au 19 octobre 2025

**ENTRÉES  
GRATUITES**

Sous le haut patronage du Ministère  
de la Santé et de la Prévention

Organisés par le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre (COBAN, COBAN et Cdc du Val de l'Eyre),  
le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAN et leurs partenaires





conférences

cafés des parents

ciné-débat

formations

spectacles

animations



Visionnez le teaser pour découvrir ce qui vous attend...



# POUR QUI ? POURQUOI ?

Chaque année au mois d'octobre, les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM) sont l'occasion d'échanger autour des questions de santé mentale partout en France et de sensibiliser le grand public en faisant se rencontrer personnes concernées, proches aidants, professionnels et habitants.

L'objectif nous demanderez-vous ? Faire un pas de côté et tordre le cou aux idées reçues pour changer les regards sur la maladie psychique, les personnes vivant avec des troubles psychiques et la psychiatrie. Ces deux semaines sont aussi la possibilité de découvrir l'offre de soins en santé mentale, les lieux d'écoute et de soutien près de chez soi.

Cette année, du 6 au 19 octobre, la 36<sup>ème</sup> édition des SISM nous invite à parler de lien social et de santé mentale.

Pour ce faire, le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre (COBAS, COBAN et CdC du Val de l'Eyre) et le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, avec le soutien de leurs partenaires, ont concocté, pour la troisième année consécutive, un programme avec comme ligne directrice commune de "changer les regards sur la santé mentale via le média culturel et les sensibilisations".

La création artistique est mise à l'honneur, au travers de spectacles, théâtre forum, animations, sélection d'ouvrages et ciné-débat.

Des groupes de paroles, des formations et des conférences compléteront cette programmation. Tous les événements sont labellisés "**Grande cause nationale**".

## Renseignements :

### **Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre**

Pauline Dupouy, [cls@paysbarval.fr](mailto:cls@paysbarval.fr) ou 06 31 54 52 12



### **Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS**

Martine Rullier, [mrullier@agglo-cobas.fr](mailto:mrullier@agglo-cobas.fr) ou 05 56 22 33 44



# LES RENDEZ-VOUS

du 6 au 19 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Du 6/10 au 19/10	Andernos-les-Bains, Audenge, Gujan- Mestras, La Teste de Buch, Lège-Cap-Ferret et Marcheprime	Santé mentale et culture	Document / ouvrage	tout public	6
Mar. 7/10 14h-17h	Le Teich	Des liens qui font du bien	Animation	professionnels, résidents et familles <b>réservée</b>	6
Mer. 8/10 10h30-11h15	Lège-Cap- Ferret	NaQatou ou La Vilaine Petite Fille	Spectacle	jeunes	7
Mer. 8/10 14h30-16h30	Belin-Beliet	Bien dans ma tête, bien dans ma vie	Animation	enfants <b>réservée</b>	7
Jeu. 9/10 9h30-16h	Biganos	Mieux comprendre la santé mentale	Formation	professionnels <b>réservée</b>	8
Ven. 10/10 18h45-20h45	Mios	Connaitre les troubles "DYS"	Café-parents	parents	8
Ven. 10/10 19h-21h30	Lège-Cap- Ferret	Harcèlement chez les jeunes	Théâtre- forum	tout public	9
Sam. 11/10 14h-17h	Arcachon	Journée de la prévention	Conférences, stands	tout public	9
Lun. 13/10 20h45-22h30	Gujan- Mestras	Passionnement à la folie	Spectacle	tout public, dès 14 ans	10



# LES RENDEZ-VOUS

du 6 au 19 octobre



Date horaire	Lieu	Évènement	Catégorie	Public	P.
Mar. 14/10 11h30-14h	Le Barp	Paroles d'ados	Groupe de paroles	jeunes réservé	11
Mar. 14/10 18h	Gujan-Mestras	La Machine à écrire et autres sources de tracas	Ciné-débat	tout public	12
Mar. 14/10 18h	Salles	Causerie de parents d'ados	Groupe de paroles	parents réservé	13
Jeu. 16/10 9h-17h	Audenge	Prévention du risque suicidaire	Formation	professionnels, bénévoles réservée	14
Jeu. 16/10 14h30-15h30	La Teste de Buch	Concert acoustique	Musique	tout public	14
Jeu 16/10 18h-20h	Arcachon	Les Troubles du Neurodéveloppement, parlons-en !	Conférence	tout public	15
Ven. 17/10 9h-17h	Biganos	Périnatalité et risque suicidaire	Conférence	professionnels, bénévoles réservée	16
Ven. 17/10 16h30-18h30	Le Barp	Être une femme : regards sur la santé mentale	Café-échanges	tout public	17
Sam. 18/10 10h30-12h	Lugos	La tête et le moral	Café-échanges	tout public seniors	17



# SANTÉ MENTALE ET CULTURE

ENTRÉES LIBRES

Du Lun. 06/10 au Dim. 19/10

## Médiathèques :

Andernos-les-Bains, Audenge, Gujan-Mestras, La Teste de Buch, Lège-Cap-Ferret et Marcheprime.

## Catégorie

Documents/ouvrages



## Public

Tout public

## "Découvertes littéraires et activités créatives"

Au travers de sélections d'ouvrages et de différents supports ou d'ateliers découvertes, six médiathèques du territoire se mobilisent pour sensibiliser le grand public à la santé mentale. Des flyers seront mis à disposition pour faire connaître les ressources pouvant apporter un soutien ou une information de proximité.

En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre et le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS.



# DES LIENS QUI FONT DU BIEN

Mar. 07/10

14h00-17h00

## EHPAD Résidence Gallevent

9 avenue François Mitterrand  
Le Teich

## Catégorie

Animation



Public réservée

Professionnels du Comptoir du BASS'IN  
Résidents et familles de l'EHPAD Gallevent

## Organisateurs

L'équipe mobile QVCT "Le Comptoir du BASS'IN"

L'EHPAD Gallevent



## Renseignements

[karin.gosset@ch-arcachon.fr](mailto:karin.gosset@ch-arcachon.fr) - 06 10 36 09 56

## "Un après-midi pour se retrouver"

À l'EHPAD, le lien social se tisse chaque jour entre résidents, professionnels et familles. Ce lien, parfois fragile, mérite d'être soutenu et renforcé. À l'occasion des SISM 2025, nous mettons en lumière ce « triangle du lien » : résident - soignant - aidant.

Chaque groupe (résidents, familles et professionnels) pourra bénéficier d'un temps de sensibilisation à la santé mentale pensé spécifiquement pour lui. Des temps communs seront également organisés pour favoriser la rencontre, le partage et la compréhension mutuelle.

L'après-midi se clôturera par un moment festif, convivial et chaleureux, pour célébrer la force du lien.

En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre et le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS.



# NAQATOU OU LA VILAINE PETITE FILLE

**Mer. 08/10**  
10h30-11h15

**Médiathèque Petit-Piquey**  
1 bis avenue des Écoles  
Lège-Cap-Ferret

**Public**  
Jeune public

**Catégorie**  
Spectacle 

**Organisateur**  
Ville de Lège-Cap-Ferret

## Renseignements - inscriptions :

[mediatheque@legecapferret.fr](mailto:mediatheque@legecapferret.fr) - 05 56 60 81 78

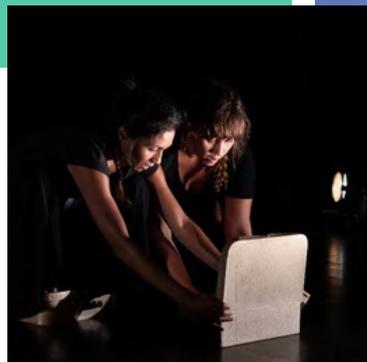
Inscription obligatoire : <https://www.ville-lege-capferret.fr/agenda/spectacle-naqatou-ou-la-vilaine-petite-fille/>

## “Conte de corps et de papier”

Tout allait pour le mieux dans le pays des NaQ lorsqu'une charmante petite fille vint au monde. Elle avait quelque chose de pas ordinaire, elle était ni comme ses frères, ni comme ses parents, ni comme personne d'ailleurs. Elle était jolie, mais bizarre...

Librement inspiré du Vilain Petit Canard d'Andersen, avec la poésie des mots, des corps et du papier, ce spectacle revisite la notion de Rejet et nous invite à guérir certaines de nos blessures enfouies dans le secret.

Compagnie Sons de Toile - Pièce de Léon Raza - Mise en scène et composition musicale : Simon Filippi - Jeu et manipulation : Lalao Pham Van Xua et Aurélie Ianutolo - Regard complice : Henri Bonnithon  
Scénographie : Simon Filippi et Laetitia Bidault / Enregistrement sonore : Thibault Laisney



# BIEN DANS MA TÊTE, BIEN DANS MA VIE

**Mer. 08/10**  
14h30-16h30

**Public** réservée  
Enfants de l'ALSH de Belin-Beliet

**Catégorie**  
Animation 

**Organisateur**  
Centre socioculturel L'Inter'Val

## “Santé mentale dès le plus jeune âge”

Tout au long de l'atelier, les enfants sont invités à réfléchir et partager leurs idées à travers des questions simples :  
*Qu'est-ce qui aide à se sentir bien dans sa tête ?*

*Est-ce qu'on peut prendre soin de ses pensées comme on prend soin de son corps ?*

Des petits temps de mise en situation (dessin, mime, ou petits jeux coopératifs) viennent ponctuer l'échange pour varier le rythme. L'atelier se termine par une mise en commun où chaque enfant choisit une « clé du bien-être » (un mot, une idée ou un geste) qu'il garde comme souvenir de la séance.



# MIEUX COMPRENDRE LA SANTÉ MENTALE

**Jeu. 09/10**

9h30-16h

**Catégorie**

Formation



**Public** réservée

Professionnels du territoire

**Organisateurs**

Psycom

CLS du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre

CLSM de la COBAS



## "Se sentir à l'aise pour parler de santé mentale"

Qu'est-ce que la santé mentale ? Quels sont les déterminants et les facteurs qui l'influencent ? Comment en parler auprès de mon public ? Quelle posture adopter ? Quels outils et ressources mobiliser ?

Cette journée de formation permettra de créer une culture commune sur la thématique, de se familiariser avec les outils d'animation et les postures pour animer des espaces de discussion sur la santé mentale auprès de publics variés.

*En partenariat avec la ville de Biganos.*

# CONNAITRE LES TROUBLES DYS"

**Ven. 10/10**

18h45-20h45

**Catégorie**

Cafés-parents



**Médiathèque de Mios**

7 allée de Val de San Vicente

Mios

**Public**

Tout public

**Organisateurs**

Ville de Mios

CAF de Gironde

**Inscription obligatoire :**

06 29 16 53 63

[www.villemios.fr](http://www.villemios.fr)

La Ville de Mios et les associations de parents d'élèves vous invitent aux :

## Cafés-parents ! 2025

Un rendez-vous proposé aux parents pour dialoguer et échanger, autour d'une boisson chaude ou en mode "afterwork".

Vous pouvez venir avec vos enfants ! Ils seront pris en charge, dans une salle adjacente, par un animateur du service jeunesse.

GRATUIT, SUR INSCRIPTION  
Infos et inscription - 06 29 16 53 63

## "Démêler le vrai du faux"

La Ville de Mios et les associations de parents d'élèves vous invitent au prochain Cafés-Parents. Un rendez-vous proposé aux parents pour dialoguer et échanger (et grignoter), en mode "afterwork". La thématique abordée sera les troubles du neurodéveloppement - « DYS » : quelles conséquences sur la scolarité et la famille, quels outils de compensation pouvant être mis en œuvre...

Vous pouvez venir avec vos enfants ! Ils seront pris en charge, dans une salle adjacente, par un animateur du service jeunesse.

Cette rencontre sera animée par l'association APEDYS.

# HARCÈLEMENT CHEZ LES JEUNES



**Ven. 10/10**  
19h00-21h30

**Catégorie**  
Théâtre-forum 

**Renseignements :**  
[maisondefamille@legecapferret.fr](mailto:maisondefamille@legecapferret.fr) – 05 56 03 80 51

**La Halle**  
79 avenue de la Mairie  
Lège-Cap-Ferret

**Public**  
Tout public

**Organisateur**  
Ville de Lège-Cap-Ferret



## “Et si c’était moi ?”

Au travers d'un théâtre interactif sur le harcèlement scolaire, les spectateurs sont immergés dans des situations qui leur sont familières et où l'un des protagonistes subit une oppression. Ils sont amenés à interagir avec les comédiens, pendre la place de l'un d'eux pour tenter de faire évoluer favorablement la situation en proposant des solutions alternatives.

Ces séances ludiques, souvent drôles, même si la thématique abordée est grave, amèneront les spectateurs à se questionner sur le harcèlement scolaire, subit par plus de 5% des élèves en France.

Un animateur de séance sera présent pour faciliter et soutenir les interventions du public, tout en donnant des compléments d'information si nécessaire.

Après le spectacle, un bord de scène est prévu, en présence des comédiens et d'un psychologue.

# JOURNÉE DE LA PRÉVENTION



**Sam. 11/10**  
14h00-17h00

**Catégorie**  
Conférences   
Stands d'information

**Inscription obligatoire :**  
[contact@cpts-subval.fr](mailto:contact@cpts-subval.fr) - 06 03 00 40 06

**MA.AT**  
Boulevard du Général Leclerc  
Arcachon

**Organisateur**  
CPTS Sud Bassin Val de l'Yère

**Public**  
Tout public



## “Bien dans sa tête, bien dans son corps, bien dans sa vie !”

Les professionnels de santé du territoire et les acteurs locaux se mobilisent au travers de stands et de conférences pour échanger avec les habitants sur tous ces facteurs qui influencent notre santé mentale et notre bien-être. Sommeil, écrans, activité physique, relaxation, alimentation, gestion du stress... sont autant d'éléments qui préservent ou impactent notre santé mentale.

Venez échanger avec les professionnels et participer aux animations gratuites proposées pour prendre soin de vous et des jeunes de notre territoire.

*En partenariat avec la ville de Belin-Beliet.*



# PASSIONNEMENT À LA FOLIE

**Lun. 13/10**

20h45-22h30

**Le Miroir**

7 avenue des Loisirs  
Gujan-Mestras

**Public**

Tout public, dès 14 ans

**Catégorie**  
Spectacle



**Organisateur**

Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS

**Renseignements :**

[mrullier@agglo-cobas.fr](mailto:mrullier@agglo-cobas.fr) - 05 56 22 33 44

[lemiroir@ville-gujanmestras.fr](mailto:lemiroir@ville-gujanmestras.fr) - 05 57 52 57 59

**Inscription :**

Gratuit sur réservation sur le [site du Miroir](#)

Places numérotées



## “Santé mentale des jeunes : le combat d’une maman solo”

Charlotte est mère de deux enfants. L’aînée, Fauve, est partie de la maison pour échapper à un climat familial pesant. Elle vit en Australie, est mariée et a un enfant. Le cadet, Adrien, habite encore chez sa mère. C’est un garçon gentil, aimant, doux mais l’adolescence arrive comme un boulet de canon entre cannabis, crises de violence et menaces. Charlotte essaye de gérer comme elle le peut la situation au jour le jour.

Un matin, alors qu’il vient d’avoir dix-huit ans, Adrien tient des propos étranges et inquiétants. Elle se voit obligée de le conduire aux urgences psychiatriques. Commence alors pour Charlotte un parcours de la combattante..

Ce spectacle sera suivi d’un bord de scène animé par un professionnel en santé mentale et une représentante d’une association de soutien aux aidants.

*Compagnie Annaël - spectacle en partenariat avec le 5Bis - Théâtre vivant / Écriture et mise en scène Juliette Andréa Thierrée / Distribution : Juliette Andréa Thierrée, Thomas Milatos, Myriam de Romblay / Création lumières : Quentin Pallier / Vidéo : Eric Morel / Musique : Raphaël Bancou*

*En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d’Arcachon - Val de l’Eyre, le Centre Médico-Psychologique de Biganos - Centre Hospitalier Charles Perrens, l’UNAFAM et le service culturel de la ville de Gujan-Mestras.*



# PAROLES D'ADOS

**Mar. 14/10**

11h30-14h00

**Collège et lycée général et technologique**

6 rue des Bouvreuils

Le Barp

**Catégorie**

Groupe de paroles



**Public**

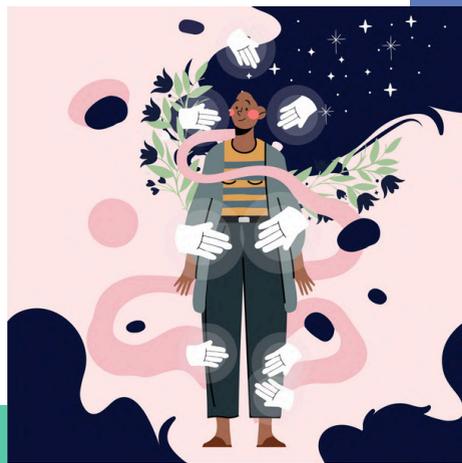
réservé

Adolescents du groupe scolaire du Barp (collège-lycée)

**Organisateurs**

Chargée de projets jeunesse - CTG Val de l'Eyre

Centre socioculturel L'Inter'Val



## “Prendre soin de soi”

Depuis 2 ans, « Les Terrasses » déployées sur le parvis du Lycée du Barp, ont pour objectif de favoriser les liens entre les professionnels de la jeunesse du territoire et les lycéens.. Elles permettent aux jeunes d'avoir un moment de détente entre les cours, de rencontrer différents acteurs du territoire et d'aborder des thématiques qui les concerne, dans un climat de confiance.

Des groupes de paroles sont déjà organisés auprès des lycéens puis prochainement lancés auprès des collégiens. Ce lancement est programmé durant la SIM au travers d'une action phare co-animée par une psychologue clinicienne.

Cet atelier s'inscrit dans une série d'actions « des petits rien qui font du bien », dont le but est de permettre aux jeunes de se sentir au mieux au quotidien.

*En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, le Conseil Local de la Santé Mentale de la COBAS, le collège et le lycée général et technologique du Barp.*



# LA MACHINE À ÉCRIRE ET AUTRES SOURCES DE TRACAS

**Mar. 14/10**

Dès 18h00

**Catégorie**  
Ciné-débat



**Auditorium du Pôle Culturel**

Allée Mozart

Gujan-Mestras

**Public**  
Tout public

**Organisateur**

Médiathèque de Gujan-Mestras

**Renseignements :**

[mediatheque@ville-gujanmestras.fr](mailto:mediatheque@ville-gujanmestras.fr) - 05.57.52.54.60

<https://mediatheques.agglo-cobas.fr/gujan-mestras>

**Inscription :**

Inscription en ligne sur <https://mediatheques.agglo-cobas.fr/agenda-culturel>



## “Restaurer les âmes, réparer les objets”

Dernier volet du triptyque initié avec "Sur l'Adamant" puis "Averroès et Rosa Parks", le film poursuit sa plongée au sein du pôle psychiatrique Paris centre. Le cinéaste accompagne des soignants bricoleurs au domicile de quelques patients soudain démunis face à un problème domestique, un appareil en panne..."

Cette projection sera suivie d'un débat animé par des professionnels en santé mentale.

Documentaire couleur de Nicolas PHILIBERT.

*En partenariat avec le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, la ville de Gujan-Mestras et le Centre Médico-Psychologique de Biganos - Centre Hospitalier Charles Perrens.*



# CAUSERIE DE PARENTS D'ADOS

**Mar. 14/10**

18h30-20h30

**Le Labo**

22 route de Martinet  
Salles

**Public**

Parents d'adolescents

**Catégorie**

Groupe de paroles



**Organisateurs**

Centre socioculturel L'Inter'Val

Chargée de projets jeunesse - CTG Val de l'Eyre

**Renseignements et inscriptions :**

[interval@valdeleyre.fr](mailto:interval@valdeleyre.fr) - 06 22 92 79 93



**“Des mots sur mes maux”**

Dans le cadre de la Semaine d'Information sur la Santé Mentale (SISM), le Centre Socioculturel du Val de l'Eyre, en partenariat avec le CLS et Leslie PONTVIANNE, chargée jeunesse hors les murs, souhaite renforcer ses actions de prévention et de soutien auprès des familles, et plus particulièrement des parents d'adolescents. Les problématiques liées à la santé mentale des jeunes (stress, isolement, harcèlement, troubles anxieux, etc.) sont de plus en plus présentes dans les parcours familiaux. De nombreux parents expriment le besoin d'être accompagnés, informés et rassurés.

Au travers d'un groupe de paroles co-animé par une psychologue, il s'agira de démystifier les troubles psychiques et leur accompagnement, de proposer des clés de compréhension du mal-être adolescent et de ses expressions et d'ouvrir un dialogue sur la charge mentale parentale et les ressources disponibles, dans un cadre de confiance.

*En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, le Conseil Local de la Santé Mentale de la COBAS et la ville de Salles.*



# PRÉVENTION DU RISQUE SUICIDAIRE

**Jeu. 16/10**

9h00-17h00

**Catégorie**

Formation



**Organisateur**

Association Rénovation

**Salle des fêtes d'Audenge**

24 allées de Boissière  
Audenge

**Public** réservée

Professionnels et bénévoles



## “Formation Sentinelles”

La formation s'adresse aux personnes en contact avec des publics fragiles, dans le cadre professionnel ou du bénévolat.

A l'issue de la journée, elles seront mieux outillées pour repérer les publics en souffrance, ajuster leurs comportements et les orienter vers ressources locales appropriées.

Cette formation vise à consolider le premier maillon de la chaîne prévention pour les personnes en souffrance en facilitant leur accès aux soins.

*En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, le Conseil Local de la Santé Mentale de la COBAS et la ville d'Audenge.*

# CONCERT ACOUSTIQUE

**Jeu. 16/10**

14h30-15h30

**Catégorie**

Musique



**Organisateur**

Groupe d'entraide mutuelle (GEM) du Bassin d'Arcachon

**Renseignements :**

[gem.bassinarcachon@gmail.com](mailto:gem.bassinarcachon@gmail.com) - 06 20 04 37 31

[bibliotheque@latestedebuch.fr](mailto:bibliotheque@latestedebuch.fr) - 05 57 52 41 22

**La Biblio - Médiathèque (Auditorium)**

2 allée Clémenceau  
La Teste de Buch

**Public**

Tout public



## “Mix'Arts”

Pierlo et Jéjo à la guitare, accompagnés des chanteurs - adhérents du Groupe d'Entraide Mutuelle - proposeront un temps musical et poétique, suivi d'un échange avec les chanteurs et le public.

*En partenariat avec le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, et la ville de la Teste-de-Buch.*



# LES TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT, PARLONS-EN !

**Jeu. 16/10**

18h00-20h00

**Catégorie**  
Conférence



**Auditorium du MA.AT**

Boulevard du Général Leclerc  
Arcachon

**Public**  
Tout public

## Organisateurs

Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre  
Conseil Local de la Santé Mentale de la COBAS  
CPTS Sud Bassin-Val de l'Eyre

## Renseignements :

[cls@paysbarval.fr](mailto:cls@paysbarval.fr) - 06 31 54 52 12

ENTRÉE  
LIBRE



## “Comprendre pour mieux accompagner”

TDAH (Trouble de déficit de l'attention avec/sans hyperactivité), troubles de l'apprentissage, de la parole ou du langage et de la coordination, DYS... quelles définitions pour tous ces troubles ? Comment repérer, diagnostiquer et orienter ? Quelles ressources à disposition ?

Cette conférence est ouverte à tous les parents, professionnels et bénévoles en contact avec les enfants et les jeunes.

Elle sera animée par Amandine Tournan (Peyrebrune), psychologue spécialisée dans l'enfant, l'adolescent et la famille, docteure en neuropsychologie, partenaire du PCO TND 33 – Charles Perrens et l'association Typik Atypik puis suivie d'un débat.

*En partenariat avec la ville d'Arcachon.*



# PÉRINATALITÉ ET RISQUE SUICIDAIRE

**Ven. 17/10**

9h00-12h30

14h00-17h00

**Salle des fêtes de Biganos**

Rue Jean Zay

Biganos

**Public** réservée

Professionnels et bénévoles

**Catégorie**

Conférence



**Organisateurs**

Association Rénovation

CPTS Nord Bassin Océan

**Renseignements :**

[stephane.poitiers@renovation.asso.fr](mailto:stephane.poitiers@renovation.asso.fr) - 07 89 20 57 14

**Inscription :**

Inscription obligatoire [ici](#)



**“Journée Focus”**

La période périnatale, allant de la grossesse jusqu'aux premiers mois après l'accouchement, est une phase de profonds bouleversements physiques, émotionnels et sociaux. Pour certaines femmes (et parfois leurs partenaires), cette période peut s'accompagner de détresse psychique, de dépression, voire de pensées suicidaires.

Cette journée a pour objectif de lever les tabous, d'apporter des outils de compréhension et d'accompagnement, et de renforcer le maillage territorial entre professionnels, familles et structures de soutien.

*En partenariat avec le Contrat Local de Santé du Pays Bassin d'Arcachon-Val de l'Eyre, le Conseil Local de Santé Mentale de la COBAS, la ville de Biganos, les Centres Hospitaliers d'Arcachon et Charles Perrens, l'association Maman Blues, le Réseau Périnat Nouvelle-Aquitaine et l'ARS Nouvelle Aquitaine.*



# ÊTRE UNE FEMME : REGARDS SUR LA SANTÉ MENTALE

**Ven. 17/10**

16h30-18h30

**Catégorie**  
Café-échanges



**Salle Michel Ballion**

23 rue de Castor

Le Barp

**Public**  
Tout public

**Organisateur**

Centre socioculturel L'Inter'Val

**Renseignements et inscriptions :**

[linterval@valdeleyre.fr](mailto:linterval@valdeleyre.fr) - 06 22 92 79 93



## “Entre émotions et société”

Cet échange, animé par Nadia Sénaoui, s'inscrit dans la série thématique “Être une femme” et sera consacré à la santé mentale. Il s'adresse aux femmes de tous âges, qui souhaitent partager leurs expériences personnelles ou celles de leurs proches : dépression post-partum, charge mentale, anxiété, ou tout autre défi lié à la santé mentale. L'atelier permettra également de réfléchir à l'évolution du regard de la société sur la santé mentale des femmes, autrefois mal considérée, et de questionner leur place aujourd'hui.

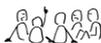
*En partenariat avec la ville de Le Barp.*

# LA TÊTE ET LE MORAL

**Sam. 18/10**

10h30-12h00

**Catégorie**  
Café-échanges



**Salle des fêtes**

Lugos

**Public**  
Tout public  
Séniors



**Organisateur**

Centre socioculturel L'Inter'Val

**Renseignements et inscriptions :**

[linterval@valdeleyre.fr](mailto:linterval@valdeleyre.fr) - 06 22 92 79 93

## “Parce que bien vieillir commence dans la tête”

L'objectif de l'atelier est de faire évoluer les mentalités autour de la santé mentale, en particulier auprès d'une génération qui a souvent été peu sensibilisée et peut ressentir de la honte à reconnaître des difficultés telles que dépression, anxiété ou isolement. Les échanges permettront de parler de leur représentation, d'aborder l'importance de prendre soin de sa santé mentale pour bien vieillir et maintenir une qualité de vie satisfaisante.

Le café-échanges sera animé par la référente famille de L'Inter'Val, accompagnée d'une sociologue et d'un infirmier en psychiatrie.

*En partenariat avec la ville de Lugos.*





# NOTES



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



# PARTENAIRES ORGANISATEURS



## AVEC LE SOUTIEN



36<sup>e</sup>  
ÉDITION

Semaines d'information  
sur la santé mentale



Sous le haut patronage du Ministère  
de la Santé et de la Prévention

du 6 au 19 octobre 2025

Découvrez ...



la page du collectif  
national des SISM