



# Semaines d'information sur la santé mentale

34<sup>e</sup> ÉDITION



À tous les âges de la vie, ma santé mentale est un droit.

Du 3 au 20 octobre 2023

www.semaines-sante-mentale.fr @Sism\_Officiel

## PROGRAMME 2023 NAVARRE CÔTE-BASQUE

### Informations :

Charlotte CAMUS, coordinatrice du Conseil Local en Santé Mentale  
clsm@ch-cotebasque.fr - 05 59 44 42 20

# SEMAINES D'INFORMATION SUR LA SANTÉ MENTALE NAVARRE CÔTE-BASQUE 2023

**MARDI 3 OCTOBRE | SAINT-JEAN-DE-LUZ**

**ATELIER LUDIQUE "PSYTOYENS, À VOS JEUX!"**

Le Groupe d'Entraide Mutuelle Phoenix vient animer "Histoires de Droit", un atelier ludique autour des droits en santé mentale.

- 👤 Réservé aux membres du club sénior
- 🕒 15h - 17h
- 📍 Club seniors Lagun Artean

SEMAINE BLEUE

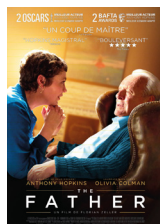
**VENDREDI 6 OCTOBRE | BAYONNE**

**CINÉ-DÉBAT "THE FATHER"**

Projection de *The Father*, avec Anthony Hopkins : un film bouleversant sur la démence et ses conséquences. Réalisé par Florian Zeller, récompensé par 2 Oscars. Cette projection exclusive sera suivie d'un débat avec les professionnels du territoire.

- 👤 Gratuit - sans réservation
- 🕒 19h30
- 📍 Cinéma Méga CGR Bayonne

SEMAINE BLEUE



**DU LUNDI 9 AU VENDREDI 16 OCTOBRE | BAYONNE**

**EXPOSITION "ESCAPE À VISAGE DÉCOUVERT"**

Un territoire peu ordinaire par des personnes pas si ordinaires.

- 👤 Gratuit - tout public
- 🕒 Vernissage le lundi 9 octobre à 17h
- 📍 L'Atalante, 3-5 Quai Amiral Antoine Sala

**MARDI 10 OCTOBRE | HASPARREN**

**CONFÉRENCE-DÉBAT**

Aidant familial d'une personne âgée : comment prévenir son épuisement tout en se préservant ?

- 👤 Gratuit - tout public
- 🕒 20h
- 📍 Médiathèque Pierre Espil, 11 Rue Gaskoina

**MERCREDI 11 OCTOBRE | SAINT-PALAIS**

**APRÈS-MIDI LUDIQUE**

La santé mentale positive, ça se cultive! Après-midi ludique autour de la santé mentale.

- 👤 Gratuit - tout public
- 🕒 14h - 17h
- 📍 Espace Chemins - Bideak

**MERCREDI 11 OCTOBRE | CAMBO-LES-BAINS**

**CINÉ-DÉBAT "AU FIL DE L'ESPRIT"**

Projection du documentaire *FUNAMBULES* suivi d'un débat en présence de professionnels.

- 👤 Gratuit - sans réservation
- 🕒 18h
- 📍 Cinéma L'Aiglon



**VENDREDI 13 OCTOBRE | BAYONNE**

**CINÉ-DÉBAT "TOC-TOC"**

Vous avez dit TOC-TOC? Quelques clés pour en parler. Nous vous proposons une projection d'un film humoristique suivi d'un débat afin de libérer la parole autour des troubles anxieux et du TOC.

- 👤 Réservé aux élèves et à leurs parents
- 🕒 19h
- 📍 Collège ETCHECOPAR

**VENDREDI 13 OCTOBRE | SAINT-JEAN-PIED-DE-PORT**

**SOIRÉE PAPOTTES**

Comment l'écriture peut faire du bien à la santé : Présentation du recueil de nouvelles du GEM Garazi "Légèrement accidentés" suivi d'un moment convivial.

- 👤 Réservé
- 🕒 18h30
- 📍 Espace de Vie Sociale - Familles rurales Guizientzat Uhart Cize

**SAMEDI 14 OCTOBRE | ANGLÈT**

**COLLECTE DES DÉCHETS**

Surfrider Foundation, professionnels et citoyens vous proposent de participer à une collecte de déchet sur la plage.

- 👤 Gratuit - tout public
- 🕒 13h30
- 📍 Plage des Cavaliers



**DU LUNDI 16 AU VENDREDI 20 OCTOBRE | PAYS BASQUE**

**ATELIERS "DANS LA PEAU D'UN SÉNIOR"**

Le Réseau des EPHAD Pays Basque et l'Équipe Mobile d'Orientation Gériatrique du Centre Hospitalier de la Côte Basque proposent aux professionnels médicaux et paramédicaux du territoire, des ateliers de prévention à la souffrance psychique.

- 👤 Réservé aux professionnels médicaux et paramédicaux
- 🕒 14h - 16h
- 📍 EHPAD du pays basque

**MERCREDI 18 OCTOBRE | CAMBO-LES-BAINS**

**BALADE ANIMÉE "FAIS MARCHER TA SANTÉ"**

Marche et animations autour du sport et du bien-être.

- 👤 Gratuit - tout public
- 🕒 14h - 17h
- 📍 Colline de la Bergerie

**MERCREDI 18 OCTOBRE | BAYONNE**

**ATELIER CONTE "LE JARDIN DU DEDANS"**

Lecture du kamishibai suivie d'un atelier enfant "Racontes ton jardin" suivi d'un échange avec des professionnels.

- 👤 Gratuit - à partir de 7 ans
- 🕒 11h - 12h30
- 📍 Médiathèque de Bayonne - place des Gascons

**MERCREDI 18 OCTOBRE | BAYONNE**

**ATELIER "ALORS, ON JOUE?"**

Jeux d'habiletés sociales "Bien dans sa tête, bien dans son corps"

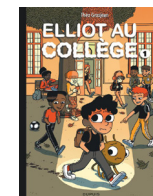
- 👤 Gratuit - à partir de 6 ans
- 🕒 15h - 17h
- 📍 Médiathèque de Bayonne - place des Gascons

**JEUDI 19 OCTOBRE | BAYONNE**

**LECTURE DE "ELLIOT AU COLLÈGE"**

Projection et débat de la BD humoristique de Théo GROSJEAN, *Elliot au collège*. Entre petites angoisses et grands stress, la vie mouvementée d'un collégien.

- 👤 Gratuit - à partir de 10 ans
- 🕒 17h30
- 📍 Médiathèque de Bayonne - place des Gascons



**VENDREDI 20 OCTOBRE | SAINT-ÉTIENNE-DE-BAÏGORRY**

**RENCONTRE INTERGÉNÉRATIONNELLE**

Jeux autour des représentations de la santé mentale entre les élèves de la classe de 4<sup>ème</sup> du collège Jean Pujo et les résidents de Larrazkena.

- 👤 Réservé aux résidents de l'EHPAD et aux élèves concernés
- 🕒 14h30 - 16h30
- 📍 EHPAD Larrazkena

**VENDREDI 20 OCTOBRE | SAINT-PÉE-SUR-NIVELLE**

**PIÈCE DE THÉÂTRE "À L'HORIZON, LA MER"**

Une histoire d'amitié qui retrace le parcours de deux femmes fortes et singulières.

- 👤 Gratuit - à partir de 13 ans
- 🕒 19h (durée du spectacle : 1h30)
- 📍 Espace culturel Larreko



Semaines d'information  
sur  
la santé mentale