

36^e
ÉDITION

Sism.
Semaines d'information
sur la santé mentale



Du 5 au 19 octobre 2025

Soutien
financier par le
Ministère de la Santé


MINISTÈRE
DU TRAVAIL
DE LA SANTÉ
ET DES SOLIDARITÉS



www.semaines-sante-mentale.fr



PROGRAMME 2025
NAVARRE CÔTE-BASQUE



ÉDITO

Pour notre santé mentale, réparons le lien social

Dans un monde de plus en plus fragmenté, où l'individualisme et les inégalités peuvent fragiliser nos repères, il devient essentiel de repenser nos liens, nos solidarités, nos façons d'être ensemble. La santé mentale ne concerne pas uniquement les pathologies : elle est au cœur de notre bien-être collectif, de notre capacité à vivre ensemble, à tisser des relations de confiance et à faire société.

C'est dans cet esprit que se dérouleront, **du 6 au 19 octobre 2025, les Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)** autour d'un thème fort et mobilisateur :

« Pour notre santé mentale, réparons le lien social ».

Tout au long de ces deux semaines, une programmation riche, inclusive et engagée vous sera proposée au Pays Basque. Conférences, ciné-débats, expositions, rencontres citoyennes... autant d'occasions de questionner nos représentations, de briser les tabous autour de la santé mentale, mais aussi de renforcer les ponts entre les citoyens, les professionnels, les personnes concernées et leurs proches.

Cette dynamique est le fruit d'un travail collectif et partenarial porté par le **Conseil Local en Santé Mentale (CLSM)** Navarre Côte Basque. Les partenaires pluriels engagés – associations, institutions, acteurs sanitaires, sociaux, médico-sociaux, culturels, éducatifs et sportifs – se sont mobilisés pour proposer des actions concrètes et accessibles à tous, dans un esprit d'ouverture, d'écoute et de co-construction. Leur engagement témoigne de la volonté partagée de faire de la santé mentale une priorité, de la rendre visible et lisible, mais aussi de faire émerger une responsabilité collective sur le sujet.

En participant aux SISM 2025, vous contribuerez à faire vivre cette ambition : replacer l'humain au cœur de nos politiques, de nos pratiques et de nos relations. Réparer le lien social, c'est aussi prévenir l'isolement, favoriser l'inclusion, et redonner à chacun sa juste place dans la société.

Nous vous invitons à découvrir, partager et vivre pleinement cette édition 2025. Ensemble, faisons du lien social un levier de santé mentale.

Frédéric ESPENEL

Président du Conseil Local de Santé Mentale
Directeur du Groupement Hospitalier
de Territoire Navarre Côte Basque

Arnaud FONTAINE

Président du Conseil Local de Santé Mentale
Élu délégué à la Cohésion sociale, précarité,
famille et santé pour la CAPB

Dimanche 5 octobre

SEMAINE BLEUE



Flashmob et Marche pour tous

En collaboration avec la Semaine Bleue, nous vous invitons à la Marche pour tous le dimanche 5 octobre à Saint-Jean-de-Luz. Pour s'échauffer, nous vous proposons notre flashmob, travaillée pour la journée de la santé mentale positive en 2024, animée par le GEM Phoenix et le Club Senior. Départ de la marche à 9h30 avec atelier xi qong et pilâtes. Marcher pour être ensemble, se rencontrer, partager ! Venez nombreuses et nombreux.

🕒 9h 📍 Place Louis XIV, Saint-Jean-de-Luz
👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit

Du lundi 6 au vendredi 17 octobre



Santé mentale: "Battons la campagne!"

Nous lançons une véritable campagne électorale pour dire 'oui' à la santé mentale. Les patient(e)s qui suivent régulièrement l'atelier d'écriture proposé au Centre d'Activité Thérapeutique à Temps Partiel Orok Bat ont rédigé des slogans sur le thème du lien social et des besoins qu'ils/elles peuvent avoir dans leur vie de tous les jours. Ces slogans seront affichés par les personnes en soin et les encadrants tout au long de la semaine dans les lieux d'affichage prévus à cet effet sur les communes de Bayonne, Anglet et Biarritz. Ils amèneront les passants à se questionner sur ces besoins, peut-être mieux prendre conscience de la sensibilisation à la santé mentale et l'importance du lien social, tout en permettant aux patient(e)s d'exprimer tout haut ce qui parfois n'est dit que tout bas. Les affiches seront signées individuellement par leur auteur.

📍 Tous les lieux d'affichage du BAB
👤 Tout public



Mise en lumière d'un travail artistique construit lors d'une résidence d'artistes.

Le studio Fanfare, un collectif d'artistes, a expérimenté de nouveaux formats de médiation par la production de dessins, de formes graphiques et de typographies. Tout en développant de nouvelles formes de langage et de communication accessible à toutes, humain et non-humains, valides et en difficultés cognitives. L'objectif est de permettre aux participants, public spécifique, de s'appropriier l'espace, le territoire et l'histoire du domaine d'Abbadia à travers une démarche de co-création, tout en permettant à des publics variés de se rencontrer.

Une exposition de ce travail fait en lien avec les bénéficiaires du Cafecito, adhérents du GEM Biarritz, sera proposée.

🕒 9h-17h 📍 Cafecito, Pena des Archiball, Bayonne
👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit



Mardi 7 octobre



La santé mentale des jeunes à l'ère du numérique

Jocelyn LACHANCE, Docteur en Sciences de l'Education et Sociologie, Responsable de recherche au sein du CREDATS de l'ITS Pierre Bourdieu de Pau, Membre associé du laboratoire MINEA (Université de Guyane) animera cette conférence.

De nombreuses études montrent depuis quelques années l'augmentation significative des problèmes de santé mentale chez les jeunes. Aux cotés d'un climat social délétère s'ajoute bien souvent dans les analyses le rôle d'internet et en particulier des réseaux sociaux pour expliquer le phénomène. Au cours de cette intervention, nous aborderons en détails cette relation entre pratiques numériques et santé mentale des jeunes, en interrogeant précisément ce qui semble participer de l'amplification de la souffrance, mais aussi, en soulignant comment internet permet pour de nombreux jeunes de réguler leurs inquiétudes...



🕒 Accueil 18h30 - Conférence 19h-20h30 € Gratuit 📄 Sur inscription via QR code
📍 Salle des fêtes de la mairie, 9 rue Amedée Dufourg, Anglet 🌐 Tout public



Ciné débat : "TKT" de Solange Cicurel

Le film TKT de Solange Cicurel avec Lanna de Palmaert, Emilie Dequenne et Stéphane de Groodt, nous invite à explorer les mécanismes du mal-être adolescent, souvent tus, parfois minimisés, mais toujours urgents à entendre. Il met en lumière les signaux faibles, les silences lourds et les liens brisés qui peuvent précipiter un jeune vers une détresse suicidaire. La projection sera suivie d'un débat avec le Dr Mullner, médecin psychiatre de la clinique AMADE, et Léonie Etchetto, responsable du Réseau de Prévention du Risque Suicidaire des Pyrénées Atlantiques à l'Association Rénovation.



🕒 Film 20h30 - Débat 22h00 📍 Cinéma Les Variétés, 10 rue du théâtre, Hendaye
👤 À partir de 12 ans 📄 Sans inscription € Plein tarif 5,5 euros - Tarif réduit 3,5 euros

Mercredi 8 octobre



Banquet des étoiles

Un repas dans un lieu insolite et éphémère, pensé pour réunir les sensibilités, les parcours et les singularités autour d'une grande tablée conviviale. Cet événement a pour ambition de nourrir le lien social, en créant un espace de rencontre, de dialogue et de partage.

🕒 12h 📍 Les Arènes, Bayonne
🌐 Tout public 📄 Sur réservation € Gratuit





Du sport pour du lien, ensemble ça fait du bien

Activités physiques partagées et sensibilisation à la santé mentale. Des ateliers sportifs accessibles à tous (tir à l'arc, disc golf, basket, tir au pistolet laser...) seront proposés ainsi que des stands de sensibilisation et d'information sur la santé mentale et un porteur de parole.

🕒 14h - 17h 📍 Place Jacques Portes (repli possible école Albert 1er), Bayonne

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit

.....



Journée Intergénérationnelle

Journée favorisant le lien intergénérationnel sur la commune d'Hasparren autour d'activités ludiques et collaboratives (Quille de 9, Molky, Jeux géant en bois, Brain Ball, Baby foot géant). Nous nous retrouverons autour d'un goûter.

🕒 14h - 16h 📍 Maison Eihartzea, Hasparren

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit

Jeudi 9 octobre



Conférence : "Les grands maux du sportif de haut niveau"

Déstigmatisons la santé mentale dans la culture du sport de haut niveau.

Comment parler d'addiction, de dépression et d'anxiété dans un milieu où les sportifs de haut niveau sont considérés comme des héros indestructibles.

Levons les tabous, des experts professionnels de la santé vont sensibiliser les sportifs, les coaches et les encadrants à ces différentes thématiques.

Intervenants : Mme CHEDHOMME Estelle (Psychologue spécialisée dans la psychopathologie des sportifs) et Pr. FRANCHITTO Nicolas (Addictologue CHU de Toulouse).



🕒 19h - 21h30 📍 Salle des fêtes de la mairie, 9 rue Amedée Dufourg, Anglet

👤 Sportifs, dirigeants et entraîneurs 💶 Gratuit 📄 Inscription via QR code

Vendredi 10 octobre



Concert pour la santé mentale

Les groupes "CaraRock" (Clinique Caradoc) et "Jouer ensemble" (Hôpital de Jour de Saint-Jea-de-Luz) vous proposent de venir partager un moment musical.

🕒 19h 📍 Atabal, 37 allée du Moura, Biarritz

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit





Théâtre : "L'homme qui n'a pas inventé la poudre"

Pièce de théâtre suivi d'un débat sur le bien vivre ensemble en présence de Stephanie Claverie, Auteure, Benoit Margottin, Acteur, le Dr. Pierrette Estingoy, médecin psychiatre au Centre Hospitalier de la Côte Basque, Pascal Anger, Psychothérapeute familial sexologue et Dominique Driollet, Directeur du Nid Basque à Anglet.

Soirée animée par Odile Faure, Rédactrice en chef d'Ici Pays Basque et Pierre Sabathie, Directeur du Sud Ouest Pays Basque.

🕒 19h 📍 Théâtre Quintaou, Anglet 💰 Gratuit

👤 Tout public 📝 Sur réservation auprès de la Maison pour Tous d'Anglet



Dimanche 12 octobre



Paddle Out pour la Santé Mentale

L'Association PANASEA organise son "Paddle Out" annuel (rame solidaire à l'océan) pour la Journée Mondiale de la Santé Mentale afin de sensibiliser à l'importance de notre santé mentale et de mettre en lumière les bienfaits de l'océan et du sport pour notre santé mentale, physique et sociale. Un beau moment de partage, tout le monde est bienvenu(e), surfeur(euse)s ou non, petits et grands !

🕒 14h 📍 Plage de l'Uhabia, rue de l'Uhabia, Bidart

👤 Tout public 💰 Gratuit 📝 Sur inscription via QR code



Marche et activités à La Rhune

À travers une marche collective jusqu'au sommet de La Rhune, les participant auront l'occasion de créer des connexions authentiques tout en favorisant la santé mentale par l'activité physique. Des ateliers aux sommet de La Rhune encourageront les échanges et la coopération, permettant à chacun de renforcer les liens sociaux. Un pique-nique convivial suivra, offrant un espace de discussion entre professionnels, bénévoles, grand public et personnes concernées. Ce moment de partage et d'écoute vise à souligner le rôle essentiel des relations humaines dans la prévention et le soutien de la santé mentale, tout en favorisant l'inclusion et le soutien collectif.

🕒 9h départ marche - 11h45 Petit Train 📍 Parking du petit train de la Rhune, Ascain

👤 Tout public 📝 Inscription pour le petit train wkong@ch-cotebasque.fr 💰 Gratuit

Mardi 14 octobre



Santé mentale des jeunes

Soirée d'information au collège Aturri sur la santé mentale des jeunes. Stands d'information, table ronde et moment convivial à l'issue de la soirée.

🕒 17h30 📍 Collège Aturri, Saint-Pierre d'Irube / Hiriburu

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit

.....



Ciné débat : "Des jours meilleurs"

Synopsis: A la suite d'un accident de voiture, Suzanne perd la garde de ses trois enfants. Elle n'a plus le choix et doit se soigner dans un centre pour alcooliques. A peine arrivée, elle y rencontre Alice et Diane, deux femmes au caractère bien trempé... Denis, éducateur sportif, va tenter de les réunir autour du même objectif : participer au rallye des Dunes dans le désert marocain. Il devra s'armer de beaucoup de patience et de pédagogie pour préparer cet improbable équipage à atteindre son objectif.

La projection sera suivie d'un débat en présence de professionnels de santé.



🕒 20h 📍 Cinéma le vauban, Saint-Jean-Pied-de-Port

👤 Tout public 📄 Sur réservation auprès du cinéma 💶 7,5 euros

Mercredi 15 octobre



Balade animée : "Fais marcher ta santé"

Marche et animations autour de l'activité physique, de la nature et du bien-être.

🕒 14h - 17h 📍 Colline de la Bergerie, Cambo les Bains

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit



Jeudi 16 octobre



Ciné débat : “Plein la tête”

Ce court métrage-documentaire souhaite mettre en lumière le regard porté sur les troubles psychiques, et interroger le spectateur quant au poids du stigmate lié à la “maladie mentale”.

Fruit d'un projet porté par des étudiants éducateurs spécialisés, celui-ci est fondamentalement centré autour de la rencontre de l'Autre, en retranscrivant les témoignages forts de personnes directement concernées par la thématique. La projection sera suivie d'un temps d'échange, en présence d'une psychiatre spécialisée sur les phénomènes de stigmatisation et les étudiants ayant réalisés le projet.



🕒 20h 📍 Cinéma L' Aiglon, 1 Rue du Dr Joseph Chatard, Cambo-les-Bains

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💰 Gratuit

Vendredi 17 octobre



Défilé de mode inclusif

Dans le cadre de la journée de lutte contre la misère, les acteurs du territoire vous proposent un défilé de mode solidaire avec des animations, des stands de prévention et un goûter partagé.

🕒 14h - 16h30 📍 Maison des Associations, Boucau

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💰 Gratuit



De 4 à 100 ans, viens t'amuser, en Amikuze !

Les partenaires du groupe santé du territoire organisent un après-midi jeux intergénérationnel. Jeux en bois, jeux de société, pétanque/molky, marche consciente, jeux de groupe, bien-être, information.

🕒 14h30-17h 📍 Accueil St Elisabeth, 6 Av. Sanche Le Grand, Saint-Palais

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💰 Gratuit



Du vendredi 17 au dimanche 19 octobre



Exposition “Tissons le lien social” par le GEM Phoenix

Venez nous rencontrer et amener un bout de tissu, un bouton, un petit objet qui seront intégrés à d'autres futures oeuvres d'art, qui feront l'objet d'une prochaine exposition “Consolider le lien social”.

Vernissage le vendredi 17 octobre à 17h30.

🕒 De 14h à 18h 📍 Pavillon Pavlovsky, Saint-Jean-de-Luz

👤 Tout public 📄 Sans inscription 💰 Gratuit

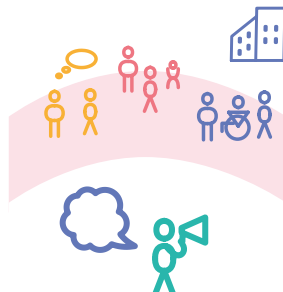
Samedi 18 octobre



Stand de sensibilisation

"Pour notre santé mentale, réparons le lien social": des porteurs et porteuses de parole dans les rues de Bayonne !

🕒 9h-12h30 📍 Pont Pannecau, Bayonne
👤 Tout public 📝 Sans réservation 💶 Gratuit



Dimanche 19 octobre



COLlectivement Bien !

Dans un contexte de fragilisation du lien social et de besoin croissant de soutien en santé mentale, cette journée propose des ateliers et conférences accessibles, co-animés par des praticien·nes locataires du COL et locaux du soin et du bien-être, pour permettre au public de se reconnecter à soi, aux autres et aux ressources du territoire.

Scannez le qr code pour voir
le programme complet
Ou via ce lien : bit.ly/collectivementbien



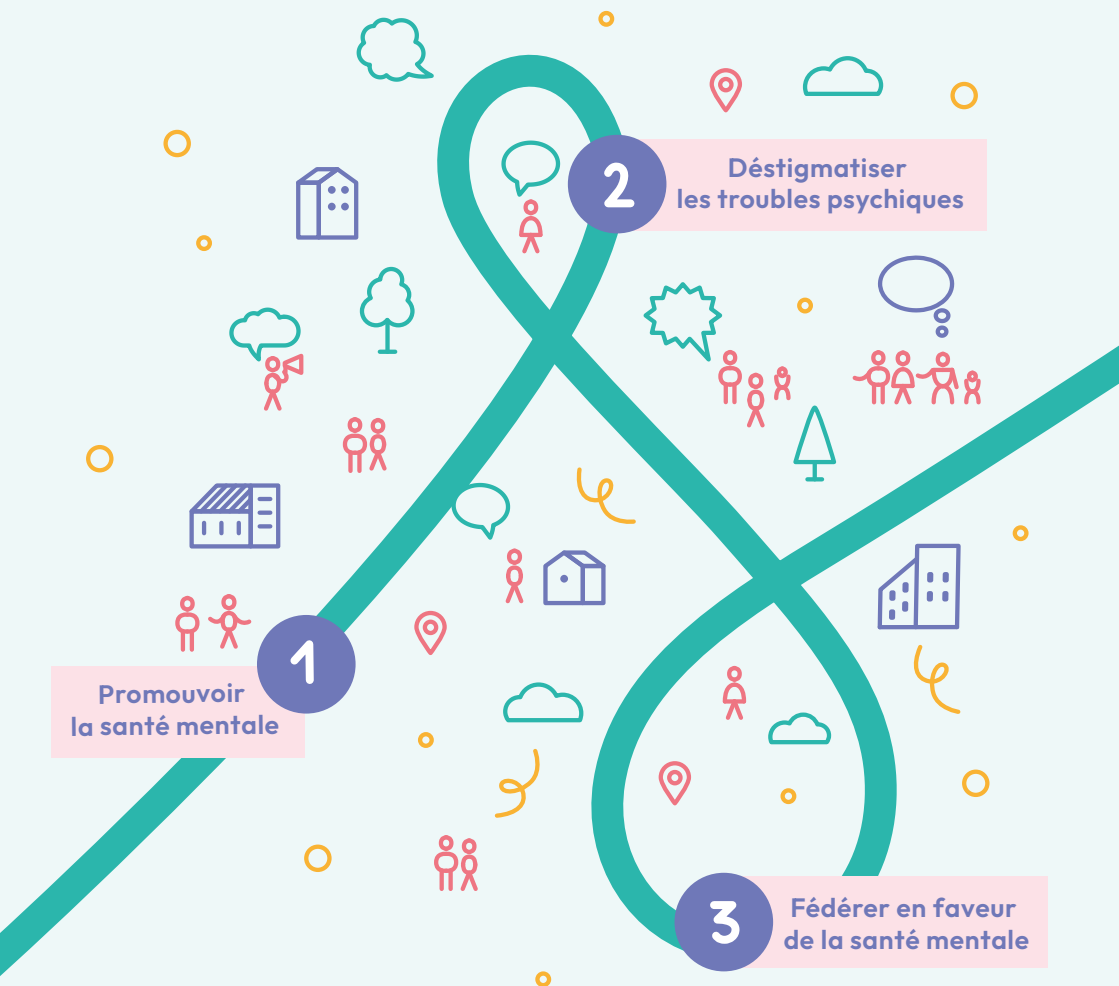
🕒 9h-18h 📍 Le COL, 73 rue Lamouly, Anglet 💶 gratuit
👤 Tout public 📝 Ateliers sur inscription ou libre d'accès: consultez le programme



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