



Sism.

Semaines d'information
sur la santé mentale



du 5 au 18 octobre 2026

Programme 2026

NAVARRE CÔTE-BASQUE

Mardi 6 octobre



RENCONTRE "Parcours santé mentale"

RÉSERVÉ AUX
PROFESSIONNEL.le.s

Vous êtes professionnel de santé dans le Sud-Landes ou au le BAB et vous vous demandez parfois vers qui orienter un patient en santé mentale ? Cette soirée est faite pour vous. Venez découvrir le parcours santé mentale, rencontrer les acteurs du territoire et identifier les ressources disponibles pour faciliter vos orientations. Cette soirée, sous forme de speed-dating, vous permettra d'échanger avec les nombreux partenaires présents et renforcer votre réseau, dans un format convivial ouvert à tous les professionnels de santé.



🕒 20h-22h 🧑‍🤝‍🧑 Réservé aux professionnel.le.s de santé 💶 Gratuit
📄 [Lien inscription](#) 📍 Maison des associations 11 All. de Glain - Bayonne



CINÉ-DÉBAT "La Bienvenue"

Projection du documentaire "La Bienvenue", co-réalisé Joe ROHANNE et Maya DUVERDIER. Cette dernière sera présente à l'issue de la projection pour participer à un échange avec des acteurs du territoire. Dans les "lieux de liens" bruxellois, tout le monde est le bienvenu. Dans ces espaces communautaires, ouverts et cogérés, les gens viennent pour des activités, pour tisser des liens ou simplement pour se poser, être là. Ensemble, au quotidien, les membres de ces lieux travaillent à développer des formes d'organisation émancipatrices et à cultiver une perspective alternative sur la santé mentale. Aux côtés d'un groupe de chercheuses, de cinéastes et de designers, les membres de quatre lieux de liens ont réfléchi à leurs expériences et créé des outils sensibles pour les partager.



🕒 20h 📍 Cinéma l'Atalante - Bayonne 🧑‍🤝‍🧑 Tout public 📄 Sans inscription 💶 5 euros

Mercredi 7 octobre



BALADE ANIMÉE "Fais marcher ta santé"

Sources d'épanouissement, la nature et la culture jouent un rôle fondamental dans notre équilibre de vie. Les partenaires du territoire vous propose une journée de marche et d'animations autour du bien-être, de l'activité physique et de la nature, visant à ouvrir le dialogue, partager les expériences et sensibiliser chacun à l'importance de la santé mentale.

🕒 14h-17h 📍 Colline de la Bergerie - Cambo 🧑‍🤝‍🧑 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit



Squ'ART

Rencontrons nous et laissons place à notre esprit artistique autour du modelage, du crochet, de la poésie et/ou de la photo pour passer un bon moment ensemble. L'art améliore la santé mentale et physique en réduisant le stress et en stimulant le cerveau, que l'on soit créateur ou spectateur.

🕒 14h-17h 📍 Skate park - Saint-Jean-Pied-de-Port / Marché couvert si mauvais temps
🧑‍🤝‍🧑 Tout public 📄 Sans inscription 💶 Gratuit



CONCERT-DÉBAT “Laurēm chante son album : BIPOLAIRE!”

Découvrez l'univers de Laurēm, auteur-compositrice interprète. A travers les chansons de son album Bipolaire, elle partage avec sensibilité, poésie et humour son expérience du trouble bipolaire, invitant à porter un autre regard sur la santé mentale. Le concert sera précédé d'un débat avec l'association BipOlaire 64/40 sur l'importance des activités artistiques dans le rétablissement notamment pour les personnes atteintes de troubles.

🕒 18h15h-20h15 📄 Sans inscription 📍 Médiathèque 10, Rue des Gouverneurs - Bayonne
 € Gratuit 👤 Ados-Adultes

Vendredi 9 octobre



TABLES RONDES “Ouvrons l'art aux soins : retours d'expériences culture et santé”.

RÉSERVÉ AUX
PROFESSIONNEL.L.E.S

Favoriser la rencontre entre les professionnel-le-s de la culture et de la santé. Les échanges permettront de rendre compte d'expériences concrètes sur le territoire et de leur apports à la fois intimes et sociétaux. Suivi d'un temps convivial pour apprendre à se connaître entre professionnels de différents horizons.

🕒 13h30-17h30 📍 Bayonne 👤 Réservé aux professionnels € Gratuit
 📄 [Lien inscription](#)



DISTRIBUTION PUBLIQUE “Cartes postales de nos paysages intérieurs”

À travers une démarche de création de cartes postales et de textes associés réalisés en ateliers d'écriture avec des personnes en soin, ce projet invite chacun à porter un regard renouvelé sur son environnement et sur ce qui constitue, dans son quotidien, une ressource, un appui, un lieu/objet d'apaisement. L'art en tant que création, et comme invitation à redécouvrir son environnement immédiat sous un angle différent. Une distribution publique sera organisée en ville le 9 octobre.

🕒 14h 👤 Tout public 📄 Sans inscription
 € Gratuit 📍 Cité des arts, 3 avenue Jean Darrigand - Bayonne

Du vendredi 9 au dimanche 11 octobre



FESTIVAL “Cinéma à folie”

Le festival Cinéma à la folie, nouveau regards sur la santé mentale, a lieu pour la 2ème fois cette année. Il a pour ambition de déstigmatiser les troubles psychiques et de lever les tabous ou les clichés encore trop nombreux sur cette question de santé publique, et propose un accès entièrement gratuit à une sélection de 5 films – fictions et documentaires – mettant en lumière des récits intimes, authentiques et diversifiés sur la santé mentale.

🕒 Voir QR code pour les programmations € Gratuit
 📍 Cinéma Le Royal - Biarritz 👤 Tout public 📄 [Lien inscription](#)



Vendredi 9 et samedi 10 octobre



FESTIVAL “Art for Good Life, l'Art pour la Santé Mentale”

Aborder l'art et la santé mentale sous différents prismes en partageant un message de bienveillance, d'inclusion et apporter notre soutien à toute personne dans le besoin, que ce soit à l'école, au travail, en famille.

Un atelier d'expression corporelle “Du jeu vers le Jeu” sera spécifiquement animé le samedi 10 octobre de 15h à 16h30 par l'association ASEI et Baptiste GAYON, de Dantza Terapia. Un atelier ludique, en musique, de découverte de l'expression corporelle au travers d'exercices de coopération à travers le mouvement, favorisant le bien-être et le lien aux autres.



Début : 9/10 à 14h - Fin: 10/10 à 00h

€ Gratuit



Bizipoz, Place Foch - Saint-Jean-De-Luz

👤 Tout public



Inscriptions sur place pour les ateliers, concerts en accès libre

Mardi 13 octobre



FORUM “L'Art de se rencontrer”

Exposition des partenaires oeuvrant pour la réhabilitation psycho-sociale des personnes concernées par un trouble psychique et leur entourage, du territoire Navarre Côte Basque et Sud Landes. Sport, emploi, milieu protégé, milieu ordinaire, groupes d'entraide, associations d'usagers.



14h - 17h



Public majeur



Sans inscription



Gratuit



Clinique Château Caradoc, 24 avenue du 14 avril 1814 - Bayonne



ATELIER “Création végétale”

Découvrir les bienfaits du végétal et du jardin, en créant votre propre “œuvre” avec des fleurs, des feuilles, des graines, des plantes, et l'inspiration du moment !



14h-16h



Jardin de Bio Divers Cité, avenue de Grammont - Biarritz.



Gratuit



Sans inscriptions



Tout public

Mercredi 14 octobre



ATELIERS “Les émotions au travers de l'art”

En 2019, l'Organisation Mondiale de la Santé a montré que les arts — musique, danse, lecture, artisanat... — favorisent le bien-être à tous les âges.

Le territoire d'Amikuze se réunit pour une après-midi créative et conviviale.

Ateliers créatifs, émotions, poésie, jeux artistiques, goûter offert.



14h - 17h30



Sans inscription



Gratuit



Tout public



Chemins Bideak - Saint-Palais



CINÉ-DÉBAT “Elise sous emprise”

Projection du film *Élise sous emprise*, de et avec Marie Rémond, suivie d'un échange avec des professionnel.le.s du territoire. Synopsis: “Rien ne va plus dans la vie d'Élise : engluée dans une relation toxique avec Léopold, elle se retrouve propulsée à la tête d'une troupe de théâtre, suite à la mort soudaine du metteur en scène dont elle était l'assistante. Submergée par des crises de panique, Élise vacille. Mais peut-être est-ce dans cette confusion qu'elle parviendra à se libérer de ses emprises et à reprendre le contrôle de sa propre vie.”



🕒 20h 📍 Cinéma l'Aiglon - Cambo 💶 Gratuit
✍️ Sans inscription 👤 Tout public

jeudi 15 octobre



FIEST'ART

Après-midi festive avec expos, danses, chants et mini concert de personnes accompagnées et show case de BOLZED.

🕒 14h - 17h 👤 Tout public ✍️ Sans inscription 💶 Gratuit
📍 Résidence Tarnos Ocean, 6 avenue Lénine - TARNOS



Samedi 17 octobre



OLYMPIADE CRÉATIVE “Quand le corps et l'art prennent soin de notre santé mentale”

Une journée d'épreuves collectives où l'on ne compte pas les points.

En équipes mixtes, les participants passent d'un atelier à l'autre : fresque collective, battle d'improvisation, défi photo, écriture flash, chorégraphie entre autres activités créatives. Chaque épreuve est une façon d'exprimer ce qui se dit mal avec des mots - en mouvement, en groupe, sans jugement. Aucune compétence artistique ou sportive n'est requise, seulement l'envie d'essayer.

La journée se clôture par un cercle d'échange ouvert autour de ce que la création et le mouvement font à notre santé mentale.

Proposé par Théra, association de soutien aux professionnels du soin et du médico-social.

🕒 10h - 17h 📍 M6Ma - Bayonne ✍️ Sans inscription 💶 Gratuit
👤 À partir de 12 ans, mineurs accompagnés



JOURNÉE “Collectivement Bien 2”

Une journée gratuite et ouverte à tous pour découvrir comment les arts peuvent contribuer à la santé mentale et au bien-être. Ateliers participatifs, expositions, tables rondes, karaoké, cinéma, scène musicale et rencontres avec des artistes, thérapeutes et associations rythmeront cette journée placée sous le signe du partage et de la convivialité.

🕒 10h - 18h

📍 73, rue Lamouly au COL - Anglet

📄 Certains ateliers sur inscription

€ Gratuit 🗨️ Tout public



JOURNÉE “La Rhune en partage”

Rejoignez-nous pour une journée conviviale le dimanche 18 octobre 2026, au col de St Ignace à Sare (gare du petit train) avec un départ de la marche à 9h30. Une journée ouverte à tous mêlant marche, arts et convivialité dans le cadre exceptionnel de La Rhune.

Au programme : spectacle de danse, slam, yoga, pique-nique partagé et rencontres autour de la santé mentale.

🕒 9h30 - 15h 📄 Sans inscription € Gratuit 🗨️ Tout public

📍 Col de St Ignace, gare du petit train, Sare + sommet de La Rhune



EXPOSITION “Regards artistiques sur l’océan”

PANASEA a le plaisir d'exposer les productions artistiques (photos, dessins, peintures, poèmes, etc.), témoignant des ressentis des participant(e)s de ses programmes de surf thérapie, afin de montrer les liens étroits entre l'océan, le surf, les arts et la santé mentale. Chaque œuvre raconte une histoire : celle des vagues qui sculptent nos quotidiens et nos états émotionnels.

🕒 Exposition du 9 octobre au 16 novembre 2026 - Vernissage : le 16 octobre à 18h

📍 La Générale, 23 All. des Artisans - Anglet 📄 Sans inscription € Gratuit

🗨️ Tout public



Semaines d'information
sur la santé mentale



Informations :

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



Ville de Cambo-les-Bains



Kamboko Herria

