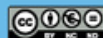




Sism
Semaines d'information
sur la santé mentale



www.semaines-sante-mentale.fr



PROGRAMME DES ÉVÈNEMENTS EN MÉDOC

PTSM

Projet Territorial
de Santé Mentale en Gironde



sism
Semaines d'information
sur la santé mentale

café philo

cinés-débats

spectacles

rencontres

exposition

animations



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





Séminaires d'information
sur la santé mentale
sism

du 5 au 18 octobre 2026

Pour notre santé mentale ouvrons-nous aux arts



PROGRAMME DU MEDOC



VOUS AVEZ DU COURRIER !

Lun. 05/10

14H - 17H

**Place Gabriel Gachet
Pauillac**

Renseignements

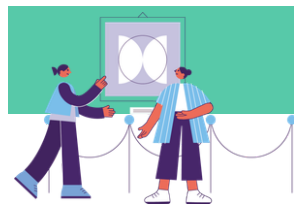
elodie.larche@aapam-medoc.com

Public

Tout public

Catégorie

Exposition



Il était une fois 12 personnes accompagnées, ainsi que leurs 9 supers héros du quotidien (leurs aides à domicile) participant à un projet commun imaginé par l'Association pour aider, prévenir et accompagner dans le Médoc (AAPAM) et animé par « A Voix haute ».

Tout a commencé entre eux au cours de l'été 2025, par un échange de courriers sur le thème du bonheur. Depuis, le groupe se retrouve tous les mois à Blagnan-Prignac afin de maintenir une continuité dans ses échanges. Au fil des rencontres, des liens amicaux se sont créés. C'est de cette aventure collective que le groupe, désormais baptisé les Courriers du bonheur, souhaite témoigner dans cette exposition. Elle rassemble les courriers qu'ils et elles ont échangés, des extraits sonores de leurs récits de vie ainsi que le retour d'expérience de leurs aides à domicile.

NOS FUTURS

Mar. 06/10

15H

Domaine départemental de Nodris

**1 rue du maquis
Vertheuil**

Catégorie

Ciné-débat

Renseignements

f.audard@girondede.fr

m.brun@pnr-medoc.fr

Public

Adolescents et adultes



Trois jeunes, trois points de rupture, trois chemins pour s'en sortir.

"Nos Futurs" dresse un état des lieux de la santé mentale des jeunes, à travers des portraits intimistes, dans un contexte d'incertitude généralisée qui anesthésie parfois, désespère souvent et révolte de plus en plus.

Lou, Kaeena et Tinaël sont trois jeunes que tout oppose. L'une démarre sa nouvelle vie à Paris pour étudier le design, l'autre habite un petit village au bord de l'océan avec une phobie scolaire qui l'enferme chez elle et ne la fait sortir que lorsque la nuit tombe pour promener son chien. Tinaël, quant à lui, a trouvé un espace d'expression à travers le théâtre et l'écriture. Il aime la montagne, les grands espaces et rêve de cinéma.

Ils ont pour point commun des troubles psychiques envahissants qui les ont fait sombrer.

Dans ce film qui est avant tout une ode au rétablissement, ils témoignent du chemin parcouru et ont l'espoir de pouvoir inspirer leur génération à retrouver son souffle.

La projection, en présence d'une des réalisatrices, sera suivie d'échanges animés par des intervenants de la Maison des Adolescents de la Gironde et de l'Association Rénovation.



BALADE ARTISTIQUE EN MILIEU NATUREL

Mer. 07/10

10H

Aire de pique-nique

rue André Goulée
Montalivet

Public

Tout public

Renseignements

f.audard@gironde.fr
m.brun@pnr-medoc.fr

Catégorie

Balade artistique en milieu naturel

Organisation d'une marche sur une partie du sentier d'art environnemental développé par l'association Aléa sur la commune de Vendays-Montalivet. Cette balade permettra de découvrir le patrimoine environnemental et artistique, support de bien-être et d'émerveillement, de faciliter l'expression d'un ressenti en marchant et de sensibiliser à la prévention du suicide grâce à un circuit balisé d'une distance symbolique de 3,114 km en référence au numéro national de prévention du suicide.

Action en partenariat avec SOS Suicide Phénix Bordeaux et le 3114.

Pour celles et ceux qui le souhaitent, possibilité de déjeuner ensemble, chacun-e apportant son panier repas.

PARENTHÈSE IMMERSIVE EN MEDOC

Mer. 07/10

14H-16H

Cabane aux Partages, Hameau des familles

1 Bis avenue du Stade
Castelnau-de-Medoc

Renseignements

ml.pourchasse@mairie-castelnau-medoc.fr
a.dupoirier@mairie-castelnau-medoc.fr

Inscription obligatoire, place limitées

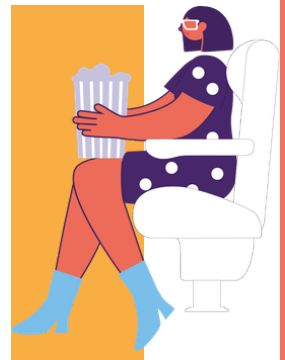
Auprès de La Cabane : lacabanecastelnau@gmail.com

Catégorie

Animation réalité virtuelle et projection film

Public

Tout public



Initiation à la Réalité virtuelle et diffusion du film « Le Médoc à travers nos yeux » réalisé par KAREVI avec la participation des seniors de l'équipe citoyenne MONALISA de Castelnau.

Affichage en parallèle des planches de la BD « Du bon côté du vide » de Lucile Potier-Serin sur la santé mentale. <https://laviemefaitrire.com/bd/>

Coup de Coeur du jury dans le cadre du concours bande dessinée organisé par le CROUS de Bordeaux-Aquitaine – Edition 2026



À LA FOLIE

Jeu. 08/10

20H

Cinéma Jean Dujardin

20 rue du Palais de Justice

Lesparre-Medoc

Renseignements

oxygem.medoc@yahoo.com

Public

Tout public (avec avertissement)

Tarif

séance entre 5€ et 7€

Catégorie

Ciné-débat



Le film "À la folie" d'Audrey Estrougo est un drame français qui explore les thèmes de la maladie mentale et des relations familiales. Le film suit Emmanuelle, qui retourne dans sa maison d'enfance pour célébrer l'anniversaire de sa mère. Elle y retrouve des souvenirs et des relations familiales marquées par la maladie de sa sœur aînée, Nathalie, qui souffre de schizophrénie. Le film met en lumière les défis et les traumatismes que les proches de personnes atteintes de troubles psychiatriques rencontrent.

La projection sera suivie d'un échange avec le public, des personnes en situation de souffrance psychique et des intervenants de l'UNAFAM, SOS Suicide Phénix et Rénovation. Action en partenariat avec le festival "De La Terre du Milieu".

PORTES OUVERTES ET ATELIERS CRÉATIFS

Ven. 09/10

14H-19H

Groupe d'Entraide Mutuelle PARTAGEM

2 avenue Pasteur

Castelnau-de-Médoc

Public

Tout public

Catégorie

Atelier créatif et portes ouvertes

Renseignements

gemsudmedoc@gmail.com

Venez découvrir ce qu'est un Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) en rencontrant des adhérent.e.s et en partageant avec eux des ateliers créatifs sur le thème du bonheur et/ou un apéritif dinatoire.



EFFACÉES. L'ENFERMEMENT AU FÉMININ AU CHATEAU DE CADILLAC (1822-1951)

Lun. 12/10 à 10h et à 14h : Présentation-Médiation

Du Lun. 12/10 au Jeu. 15/10 de 10H - 19H : Exposition

Moulin des Jalles

20 rue du Chateau
Castelnau-de-Médoc

Catégorie
Exposition

Public
Tout public

Première prison française exclusivement pour femmes, la maison centrale de Cadillac accueille entre 1822 et 1891 près de 10000 condamnées, développant un modèle carcéral fondé sur la discipline par le travail au sein du château ducal acquis par l'Etat en 1818. Au tournant du XXème siècle, cette prison devient l'une des trois écoles de préservation publiques en France, destinée aux jeunes filles mineures acquittées par la justice pour avoir agi sans discernement, mais placées jusqu'à leur majorité. Les conditions de l'enfermement des femmes condamnées, puis des jeunes filles « préservées » sont au cœur du propos de cette exposition, révélant ainsi 130 années d'une histoire féminine mise sous silence.

Lundi 12 octobre, présentation-médiation de l'exposition par les Archives Départementales.

DES MOTS D'ELLES

Mer. 14/10

10H-12H

Domaine de Nodris

1 rue du Maquis
Vertheuil

Renseignements
presidence@acv2f.fr

Catégorie
Lecture et écriture

Public
Tout public

Des mots d'Elles
Histoires de résilience féminine



Quand des femmes posent leurs mots sur l'indicible, transforment leurs épreuves en force et partagent leurs vérités... Quand les femmes découvrent les ressources en elles, retrouvent la confiance qui leur a tant manqué, la conscience de leur propre valeur...

Venez écouter des histoires de résilience féminine extraites du recueil "Des mots d'Elles", des textes issus de la démarche "Femmes Territoire" animée par Nadia Bourgeois, autrice et animatrice d'ateliers d'écriture.

Venez échanger et, qui sait, écrire quelques mots...



PARENTHÈSE IMMERSIVE EN MEDOC

Mer. 14/10

14H-16H

Cabane aux Partages, Hameau des familles

1 Bis avenue du Stade

Castelnau-de-Medoc

Renseignements

ml.pourchasse@mairie-castelnau-medoc.fr

a.dupoirier@mairie-castelnau-medoc.fr

Public

Tout public

Inscription obligatoire, place limitées

Après de La Cabane : lacabanecastelnau@gmail.com

Catégorie

Animation réalité virtuelle et projection film

Initiation à la Réalité virtuelle et diffusion du film « Le Médoc à travers nos yeux » réalisé par KAREVI avec la participation des seniors de l'équipe citoyenne MONALISA de Castelnau.

Affichage en parallèle des planches de la BD « Du bon côté du vide » de Lucile Potier-Serin sur la santé mentale. <https://laviemefaitrire.com/bd/>

Coup de Coeur du jury dans le cadre du concours bande dessinée organisé par le CROUS de Bordeaux-Aquitaine – Edition 2026

CAFÉ PHILO “ART ET SANTÉ MENTALE”

Ven. 16/10

16H-18H

Cabane aux Partages, Hameau des familles

1 Bis avenue du Stade

Castelnau-de-Medoc

Catégorie

Café philo

Public

Tout public adulte

Renseignements

ml.pourchasse@mairie-castelnau-medoc.fr

a.dupoirier@mairie-castelnau-medoc.fr

Espace d'échange ouvert, convivial et bienveillant où chacun est invité à réfléchir ensemble autour des liens entre art (création artistique, expérience esthétique, ...) et équilibre psychique. Ce temps sera animé par Xavier NAU, bénévole de La Cabane et professeur de philosophie à la retraite. Avec la participation de Nicolas AYADAT de la Compagnie Machine Cassée.

Affichage en parallèle des planches de la BD « Du bon côté du vide » de Lucile Potier-Serin sur la santé mentale. <https://laviemefaitrire.com/bd/>

Coup de Coeur du jury dans le cadre du concours bande dessinée organisé par le CROUS de Bordeaux-Aquitaine – Edition 2026



DANSE PARTAGÉE

Ven. 16/10

18H30 - 19H30

Salle des fêtes

17 cr Pierre Lassalle

Saint-Vivien-de-Médoc

Renseignement et inscription

emiliemeh33@gmail.com

Catégorie

Animation danse

Public

Tout public



Un moment de partage autour de la danse, proposé par Médoc Enfance Handicap (MEH) avec Aude de Infludanse.

L'ART DE S'ÉVADER

Ven. 16/10

18H30

Mairie

33 rue de la Mairie

Saint-Estèphe

Renseignements

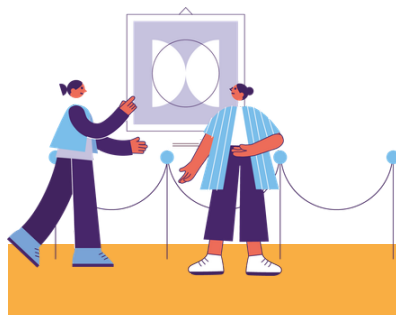
direction@tourelles-medoc.fr

Catégorie

Exposition

Public

Tout public



Nous avons collecté des témoignages de personnes pour qui les arts pratiqués ou découverts ont été d'une grande aide durant une période difficile.

Nous mettrons en avant leurs œuvres pour imaginer leurs témoignages avec des peintures, des écrits, des photos...

OXYGEM A 10 ANS !

Sam. 17/10

14H - 19H

Salle François Mitterrand

Place Gambetta

Lesparre-Medoc

Catégorie

Expositions, théâtre, ateliers...

Public

Tout public

Renseignements

oxygen.medoc@yahoo.com



En octobre 2026, le GEM OXYGEM Médoc célébrera dix années d'existence, d'entraide et d'engagement collectif au service des personnes en situation de fragilité psychique.

Cet anniversaire représente bien davantage qu'un événement festif : il constitue l'occasion de valoriser les parcours des adhérents, de rendre visible le rôle essentiel des GEM dans le rétablissement et l'inclusion sociale, et de sensibiliser le grand public aux enjeux de santé mentale.

Pour cette édition anniversaire, le thème retenu est : « À la recherche du bonheur »

Ce thème fait écho au chemin parcouru par les adhérents du GEM. À travers les rencontres, l'entraide, les activités partagées et la participation à la vie collective, chacun construit progressivement son propre parcours vers le bien-être, l'autonomie et l'épanouissement.

LES CARTES DES SUPERS-POUVOIRS

Sam. 17/10

14H

Mairie, Salle du conseil municipal

23 rue Grande rue

Listrac-Médoc

Public

Tout public à partir de 8 ans

En binôme parent / enfant

Catégorie

Animation

Renseignement et inscription (places limitées)

CCAS : 05 56 58 03 16

De façon ludique, en fabriquant un jeu de cartes (comme les cartes Pokémon par exemple), produire un support de communication qui pourra servir à la maison ou ailleurs.

Sur des supports au format de cartes à jouer (préparées au préalable), les binômes vont créer leur propre jeu de carte.

Les pouvoirs du cœur (émotions et besoins)

J'ai besoin d'un câlin

J'ai besoin qu'on m'écoute

J'ai besoin d'être seul un moment

Les pouvoirs de l'écoute (pour ouvrir le dialogue)

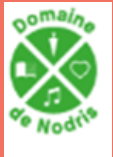
Aujourd'hui, ce qui m'a fait sourire...

Ce qui a été difficile...

Une chose que j'aimerais que tu comprennes...



PARTENAIRES ORGANISATEURS



3114





Sism.
Semaines d'information
sur la santé mentale



Découvrez ...



la page du collectif
national des SISM