

SEMAINES D'INFORMATIONS SUR LA SANTÉ MENTALE

Programme de la Haute-Gironde

Du 5 au 18 octobre 2026



Mercredi 7 octobre 2026 de 9h à 12h

Compagnie 16 ans d'écart

1 ter ferron, 33860 Donnezac

Atelier théâtre - Tarif : gratuit sur inscription* (places limitées)

Depuis 2011, la Compagnie 16 ans d'écart explore le spectacle vivant à travers le théâtre d'installation, la performance et la transmission pédagogique. Après un accueil pour apprendre à se découvrir, l'atelier débute à 10h. Venez découvrir l'improvisation, l'art du théâtre, l'expression corporelle et les mécanismes du jeu d'acteur.

Contact : Sandrine Cayol, 06 23 79 25 57



Mercredi 7 octobre 2026 à partir de 13h30 à 16h30

La Belle Verte

141 Buisson, 33620 Laruscade

La nature cette artiste ! - Tarif : 10€ sur inscription* (places limitées)

Une immersion entre nature et rire pour reconnecter le corps, l'esprit et prendre soin de sa santé mentale ! Au programme : une marche du temps profond en pleine forêt pour retracer les 4,6 milliards d'années de l'histoire de la Terre et un atelier yoga du rire pour finir sur une note d'humour.

Contact : La Belle Verte du Buisson, labelleverte33620@gmail.com



Jeudi 8 octobre 2026 à 14h

Villa MonCiné

40 avenue Boucicaud, 33240 Saint-André-de-Cubzac

Ciné Partage - Tarif : 5€

Ciné Partage ou le rendez-vous cinéma intergénérationnel. Des séances ouvertes à tous qui aident à lutter contre l'isolement, et à favoriser le lien social.

- Une séance de cinéma ordinaire, en présence de bénévoles pour vous accompagner
- Des aménagements mis en place : son adapté, absence de publicité...
- Une séance suivie d'un temps d'échange en toute convivialité avec une pause gourmande
- Un stand pour échanger autour de la santé mentale

Contact : Communauté de communes du Grand Cubzaguais - 05 57 43 96 37

**Sous réserve de la ré-ouverture
du cinéma**

SEMAINES D'INFORMATIONS SUR LA SANTÉ MENTALE

Programme de la Haute-Gironde

Du 5 au 18 octobre 2026



Lundi 12 et mardi 13 octobre 2026 de 10h à 17h

GEM En parallèle

28 rue Émile Dantagnan 33240 Saint-André-de-Cubzac

Exposition photographique des membres du GEM EN PARALLELE

Le GEM EN PARALLELE va exposer des photographies dans son local. Elles ont été réalisées avec un photographe professionnel (M. Jacques SANDILLON) et financées par la Fondation de France. Le but est de mettre en valeur les créations des membres du GEM.

A la fin de chaque visite, un verre de l'amitié sera offert.

Contact : GEM En Parallèle, Gemhg@sfr.fr



Mercredi 14 octobre 2026 de 14h30 à 16h30

Médiathèque municipale de Blaye

27 cours de la République, 33390 Blaye

Quiz de la santé mentale "des repères pour mieux la comprendre" - Gratuit

Les professionnels du Centre Médico-Psychologique du Blaye proposeront au sein de la médiathèque municipale de Blaye un accueil et l'orientation vers deux ateliers animés sur des thèmes différents d'une durée de dix minutes environ.

Expositions photos et ouvrages disponibles sur place.

Contact : CMP adulte de Blaye, ANTENNE.PSYCHIATRIE-BLAYE@ch-libourne.fr



Mercredi 14 octobre 2026 de 16h30 à 18h30

CMPEA de Pugnac

57 route du stade 33710 PUGNAC

Le Jardin du Dedans® : Conte à destination des enfants à partir de 8 ans et de leur famille.

Les professionnels du Centre Médico Psychologique de l'Enfant et de l'Adolescent (CMPEA) de Pugnac vous accueillent autour d'un conte réalisé par Psycom et Sandrine Bonini pour sensibiliser les enfants à la santé mentale et aider les adultes à aborder ce sujet.

Conte, peinture et échanges libres.

Contact : CMPEA de Pugnac

SEMAINES D'INFORMATIONS SUR LA SANTÉ MENTALE

Programme de la Haute-Gironde

Du 5 au 18 octobre 2026



Samedi 17 octobre 2026 de 10h à 12h

La Belle Verte

141 Buisson, 33620 Laruscade

Contes et légendes de la forêt de la Belle Verte - Tarif : gratuit

Et si, le temps d'une balade, la forêt vous racontait ses histoires ? Venez découvrir les contes et les légendes de la forêt de la Belle Verte à Laruscade, à travers une balade immersive et sensorielle. Vous croiserez notamment Keja la Tzigane et sa mystérieuse Fleur de Lune... et bien d'autres personnages qui peuplent l'imaginaire de nos forêts.

Après cette balade, peut-être ne regarderez-vous plus jamais la forêt de la même manière.

Une parenthèse entre nature, imaginaire, émotions et transmission, pour petits et grands.

Contact : La Belle Verte du Buisson, labelleverte33620@gmail.com



Pique-nique possible sur le site !



Samedi 17 octobre 2026 de 14h à 17h

La Belle Verte

141 Buisson, 33620 Laruscade

Les cadeaux de l'automne - Tarif : gratuit sur inscription

Une immersion en forêt pour ralentir, éveiller nos sens et profiter en conscience des bienfaits du contact avec la nature. Au fil de la balade, nous découvrirons les cycles du vivant et quelques plantes médicinales de saison, avant de mettre les mains dans la terre et de récolter une poignée d'humus. Ensemble, nous lancerons une litière forestière fermentée puis réaliserons une alcoolature de racine de fragon petit-houx, dont chacun repartira avec un petit flacon.

Un moment pour s'émerveiller, apprendre, créer de ses mains et prendre soin de sa santé mentale, autour d'une tisane d'automne.

Contact : La Belle Verte du Buisson, labelleverte33620@gmail.com



Dimanche 18 octobre 2026 à 15h

Eglise de Saint-Genès-de-Blaye

Adresse, 33390 Saint-Genès-de-Blaye

Concert caritatif - Don libre

Organisé par l'association BIPOL'Actions, Ce concert sera orchestré par l'association locale Musica Per Tutti! Les fonds seront reversé pour la recherche menée par la Fédération RESONANCE de Nouvelle-Aquitaine.

Contact : Alexis BORNAZEAU BIPOL' ACTIONS FRANCE 06 52 53 39 65, bipolactionsfrance@gmail.com

CALENDRIER

OCTOBRE 2026

LUNDI 5

MARDI 6

MERCREDI 7

JEUDI 8

VENDREDI 9

SAMEDI 10

DIMANCHE 11

9h Donnezac
Atelier théâtre



13h30 Laruscade
Nature et rire



A confirmer

14h St André
Cinéma



LUNDI 12

MARDI 13

MERCREDI 14

JEUDI 15

VENDREDI 16

SAMEDI 17

DIMANCHE 18

10h St André
Exposition
photos



10h St André
Exposition
photos



14h30 Blaye
Quiz santé



16h30 Pugnac
Jardin du dedans



10h Laruscade
Balade contée



14h Laruscade
Atelier nature



15h St Genès
Concert

