(RE)CRÉONS DU LIEN !

DU 6 AU 19 OCTOBRE 2025

SEMAINES D'INFORMATION EN SANTÉ MENTALE

CPTS DE RADE À RIA

GÂVRES
KERVIGNAC
LOCMIQUÉLIC
MERLEVENEZ
NOSTANG
PLOUHINEC
PORT-LOUIS
RIANTEC
SAINTE-HÉLÈNE

Semaines d'information sur la santé mentale

sism

Pour nous contacter

cpts.deradearia@gmail.com

07 88 06 56 62

GRATUITÉ DE TOUTES LES ACTIVITÉS

Nos partenaires

EPSM SUD BRETAGNE

l'Assurance Maladie

BLAVET BELLEVUE OCEAN Communauté

Les Semaines d'information sur la santé mentale (SISM) sont organisées chaque année dans toute la France pour informer, débattre et construire autour d'un thème commun. **Cette année, le thème est :« Pour notre santé mentale, réparons le lien social".**

Aujourd'hui, 1 personne sur 4 se sent régulièrement seule (Etude Solitude 2024, Fondation de France).

Selon l'OMS "des liens sociaux de qualité sont essentiels à notre santé mentale et physique, ainsi qu'à notre bien être".
Le lien social est une ressource essentielle. Il protège, il soutient, il renforce !

Ce programme, c'est l'occasion **de faire du lien** à travers la danse, la nature, la cuisine, d'échanger autour d'un café sur la cohabitation…
Au plaisir de vous croiser et de se rencontrer,

L'équipe de la CPTS & ses partenaires

Le 7 Octobre de 10 h à 14h

CUISINONS ENSEMBLE !

Merlevenez

Venez partager **un moment chaleureux et convivial autour d'un atelier cuisine**, suivi d'un repas partagé avec les plats que vous aurez préparés.

Lieu : Atelier ACTE, 8 rue Hent En Douar, ZA de Bellevue, Merlevenez
Pour s'inscrire :
cpts.deradearia@gmail.com
07 88 06 56 62

LE 7 OCTOBRE DE 16H À 18H30

CAFÉ DECOUVERTE DE 1 TOIT 2 GENERATIONS

Plouhinec

Afin de présenter la cohabitation intergénérationnelle solidaire, un Café Découverte est organisé, à l'espace Jean-Pierre Calloch, **salle verte, à Plouhinec.**

Intervenante : Audrey Le Bolay, coordinatrice du dispositif 1 toit, 2 générations

Contact : 02 97 84 94 50

Le 8 Octobre de 13h30 à 18h

FEST DEIZ

Plouhinec

Venez danser et profiter du Fest deiz organisé par le cercle Rahed Koëd de Languidic et le CMP de Hennebont /Port Louis.

Lieu : Salle Calloc'h à Plouhinec
Gratuit et ouvert à tous

Le 8 Octobre de 14h à 16h

ATELIER ARTISTIQUE

Espace jeunes de Riantec

Atelier d'expression créative avec les jeunes de Riantec et de Lanester, **animé par l'Art s'emporte.**
Pour s'inscrire :
espacejeunes@mairie-Riantec.bzh
06 82 62 19 51

Le 11 Octobre de 14h à 18h

PARCOURS SENSORIEL

Jardin des pas perdus -Merlevenez

Venez laisser votre empreinte dans le Jardin des Pas perdus, et créons ensemble un parcours sensoriel naturel !
Animatrice : Caroline André, animatrice nature
Pour s'y rendre :
jardin des Pas Perdus - Rue Hent En Douar - ZA de Bellevue- 56700 MERLEVENEZ
Contact : untempsdenature@yahoo.com

Le 13 Octobre de 13h30 à 16h

Atelier d'expression théâtrale

Rives Créatives- Port Louis

Favoriser le lien social à travers une pratique artistique **et permettre la rencontre** entre des personnes d'âges et d'horizons différents.
Lieu : salle de la Criée, place Penn er Run / arrêt de bus Locmalo

Pour s'inscrire :
Compagnie Arti-zanat
06 30 08 55 17
theatreartizanat@gmail.com

Le 15 Octobre de 14h à 17h

Atelier de pratique théâtrale

Espace jeunes de Kervignac

A travers des jeux de rôles collaboratifs, nous explorerons ensemble **les questions de la coopération et de la participation.**

Animateur : Compagnie Arti-zanat

Lieu : Espace jeunes 10-14 ans Complexe sportif 56700 Kervignac
Pour s'inscrire : 06 79 07 86 21
espacejeunes@kervignac.com