



**Du 6 au 18 octobre 2025**

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

La thématique des Semaines d'information sur la santé mentale (*SISM*) nous concerne tous. Toute personne a une santé mentale, quel que soit son âge, son état de santé, ses conditions de vie et les contextes sociaux, sociétaux et environnementaux dans lesquels elle évolue.

L'objectif des SISM est d'ouvrir le débat sur le bien-être mental pour :

- Sensibiliser et informer un large public aux questions de santé mentale
- Rassembler les acteurs et spectateurs des manifestations, professionnels et usagers de la santé mentale
- Aider au développement des réseaux de solidarité, de réflexion et de soin en santé mentale
- Faire connaître les lieux, les moyens et les personnes pouvant apporter un soutien ou une information de proximité

Ce programme d'animations sur le territoire de la Communauté de communes Cœur & Coteaux Comminges est proposé dans le cadre du Contrat Local de Santé (*CLS*) avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé Occitanie et de tous les partenaires mobilisés.

**L'ensemble des événements proposé est ouvert au grand public et gratuit, sans inscription, sauf mention contraire et dans la limite des places disponibles.**

## ATELIER DE SENSIBILISATION AUX DIFFÉRENCES 3 - 12 ans « Tous uniques et tous unis »



Mercredi 8 octobre



École élémentaire, 286 rue Courraou

Organisé par les services enfance et parentalité de la Communauté de communes, une psychomotricienne et l'association « Les Psychologues du Comminges ». Cet atelier ludique et interactif guide les enfants dans un voyage joyeux où ils découvriront que chaque différence est une couleur unique qui nous rend spéciaux.

## JOURNÉE FESTIVE INTERGÉNÉRATIONNELLE «Tous uniques et tous unis»



Mercredi 15 octobre | 10 h à 16 h 30



Halle de Montréjeau

Organisée par le service enfance, le Dispositif Intercommunal Sport Santé, le service parentalité de la Communauté de communes Cœur & Coteaux Comminges et des professionnels de santé. Cette journée festive propose des animations, des jeux en bois, des jeux musicaux et des activités physiques adaptées à tous. C'est aussi un temps de jeux, d'échanges et de partage avec des professionnels de santé.

- 10 h - 12 h : atelier sportifs intergénérationnels pour tous niveaux
- 14 h - 15 h : initiation karaté et Body fit
- 14 h - 16 h : atelier culinaire « Mieux vivre, mieux manger » par Mailis Maitrot, diététicienne INTERFEL OCCITANIE.

C'est une invitation à explorer la richesse de nos différences et à créer de l'amitié à travers le jeu et le sport !

# Pour tout renseignement

✉ [sante@la5c.fr](mailto:sante@la5c.fr)

☎ 05 82 59 00 04 | 05 61 89 21 42

