



**LA 36^{ème} ÉDITION DES SISM
DU 6 AU 19 OCTOBRE 2025
autour de la thématique :**



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

JOURNÉES BIEN-ÊTRE & RESSOURCES

**“Prendre soin de soi pour
mieux prendre soin des autres”**

Jeudi 9 octobre 2025 de 16 h à minuit

**Maison de la Vie Associative (MVA)
à Villeneuve s/Lot**

*Pour tous les acteurs engagés dans les métiers du soin,
de l'accompagnement, de l'éducation, du service...*

AU PROGRAMME : une journée pour souffler, explorer

- Sophrologie : respiration, détente et sérénité
- Réflexologie palmaire : découverte d'un soin par le toucher
- LIA (Low Impact Aerobic) : bouger en douceur et avec énergie
- Atelier cuisine santé : se nourrir avec plaisir et conscience

Espace d'échange

- Mal-être au travail, trauma vicariant, fatigue de compassion et Burn out.
- Repérer les signes de la crise suicidaire
- Sport Santé, sophrologie, ... prendre soin de soi
- Initiation à la “désescalade”

Apéro-buffet partenaires

- Sortir de l'isolement
- Créer du lien entre professionnels
- Partager des ressources locales et des gestes de prévention

*Prenons ce temps pour nous, ensemble.
Parce qu'accompagner les autres commence par s'écouter soi...*



Bulletin d'inscription journée
partenaires 9 octobre MVA



Liste des partenaires

Audrey CAVELIER, Naturopathe réflexologue,
Basket Club Pujolais
"Café Cantine"
Cinéma L'Utopie
CHD La Candélie
CLS CAGV
Cuisi'Bus Régie VDL
DAC PTA
Ecrans47
Education nationale
Equipe ETP Nutrition PSV Penne d'Agenais
France Travail Villeneuve sur Lot
GEM «Entraide et vous»
Habitat Jeunes
Hôpital de Penne d'Agenais

IREPS NA
La Cabane - Association Heures Vagabondes
Les Bénévoles du 47
Les Films de l'Aqueduc
Les Montreurs d'Images
Mairie Villeneuve sur Lot
Maison des Adolescents 47
OS L'association «Préjugix»
POINT JEUNES Villeneuve sur Lot
Pôle de Santé du Villeneuvois
Prévention Spécialisée Sauvegarde
Services Petites Enfances CAGV
Véronique DEPARPE, Sophrologue Caycedienne
Vraivraifilm
UNAFAM 47



**LA 36^{ème} ÉDITION DES SISM
DU 6 AU 19 OCTOBRE 2025**



autour de la thématique :
Pour notre santé mentale, réparons **le lien social !**

PROGRAMME SISM 2025 Grand Villeneuvois

**Avec tous les partenaires du CLSM de la CAGV
engagés dans cette 36^{ème} édition des SISM**



+ d'infos sur www.ch-candelie.fr

/CHD47480

PROGRAMME DES ACTIONS AGGLOMERATION DU GRAND VILLENEUVOIS

Venez nous retrouver
du 6 au 19 Octobre 2025 !

Mercredi 8 octobre 2025 Atelier « Tisser du lien »

9h30-12h : Animé par l'Equipe d'Accompagnement en Psychologie Périnatale (EAPP), l'association "Amis sans Frontières" et l'association de couture "Les Cousettes".

Venez partager un moment de convivialité et de transmission de savoir autour du "fil" (couture, filage, broderie, tricotin, crochet, collages, tricot...) quel que soit votre niveau, votre âge et votre bien-être physique, mental et social.

«Café Cantine» - 47300 Villeneuve sur Lot

Mercredi 8 octobre 2025 Journée d'animations intergénérationnelles

9h30 - 16h30 : Convivialité autour de coins gourmands : Ateliers gustatifs du Cuisi'bus, Ateliers sportifs - «Sport ta vie», Ghins : le lien social par le gaming, Fresque participative - Stand Unicef, Arbres à souhaits - Bracelets de l'amitié, Éveil musical et marionnettes - Percussions, La cabane mobile - Lectures animées, Jeux intergénérationnels (ludobus et ludothèque), Atelier émotions relaxation, Sophro conte « Le dragon qui avait peur du noir ».

Une journée d'animations pour les petits et les grands !
Renseignements Point jeunes : 05 53 40 49 11
Maison de la Vie Associative et parc François Mitterand - 47300 Villeneuve sur Lot

Jeudi 9 octobre 2025 Journée Bien-être

16h à minuit : « Prendre soin de soi pour mieux prendre soin des autres »
Journée bien-être et ressources pour les métiers vocationnels, une journée pour souffler, se rencontrer, échanger.

Différents ateliers : sophrologie, réflexologie plantaire, LIA, Atelier cuisine santé, Espace d'échange et apéro buffet partenaires.

Maison de la Vie Associative (MVA) - 47300 Villeneuve sur lot

Jeudi 9 octobre 2025 Forum emploi

9h - 16h : « Du stade vers l'emploi » Forum emploi autour de l'athlétisme avec France Travail et la Fédération Française Athlétisme - Faire du sport un vecteur d'insertion professionnelle et sociale. Proposition d'un kiosque pour sensibiliser le public à la question de la santé mentale.

Complexe sportif de la Myre-Mory - 47300 Villeneuve sur lot

Samedi 11 octobre 2025 Soirée Jeux Pizzas

19h - 21h : Rejoignez nous pour une soirée jeux et pizzas autour de la parole, l'écoute et la rencontre !

Café cantine avec La Maison Forte - 47300 Villeneuve sur lot

Samedi 11 octobre Animations

10h - 22h : Art et Science en Campagne !
"Faire pousser des Ailes- Elles", "Réparer le lien social", Fête de la science - Intelligence(s)
Journée d'animations : intelligence collective, repas partagé, découvertes et réflexions scientifiques, table ronde ...

Cinés-débats

Diffusion du film documentaire "Femmes, entièrement femmes" organisée avec le réalisateur, Philippe BAQUE, la psychologue référente de la filière Psycho-trauma du CHD La Candélie, Sandra BAQUE, ainsi que Karla WIJNKER, sage femme libérale.

Lundi 13 octobre 2025

14h - 17h : Centre Culturel de Villeneuve sur Lot

Lundi 13 octobre 2025

20h30 : Cinéma l'UTOPIE à Sainte Livrade sur Lot

Mardi 14 octobre 2025

20h30 : Cinéma Le Liberty à Montsempron-Libos

Lundi 13 octobre 2025 Ciné-débat

20h30 : Diffusion du film documentaire "Eredità" pour aborder le sujet du Syndrome de Diogène, en présence du réalisateur M. Jean Luc CESCO et de professionnels pour animer les échanges et le débat.

Montreurs d'images, 12 Rue Jules Ferry, 47000 Agen

Mercredi 15 octobre 2025 Atelier « Tisser du lien »

9h30-12h : Animé par l'Equipe d'Accompagnement en Psychologie Périnatale (EAPP), l'association "Amis sans Frontières" et l'association de couture "Les Cousettes".

Venez partager un moment de convivialité et de transmission de savoir autour du "fil" (couture, filage, broderie, tricotin, crochet, collages, tricot...) quel que soit votre niveau, votre âge et votre bien-être physique, mental et social.

«Café Cantine» - 47300 Villeneuve sur Lot

Mercredi 15 octobre 2025 Initiation au Bask'in

18h30 : Rebondir ensemble avec le basket inclusif
Gymnase de Pujols, 47300 PUJOLS

Mercredi 15 octobre 2025 Animation

«Cuisinons ensemble pour mieux se rencontrer»
Venez préparer, manger un repas équilibré autour d'un échange convivial entre résidents d'EH PAD (Les Tilleuls - Gajac -Bel Air), habitants, professionnels de santé (diététicien(ne), psychologue, APA...).

Organisé par l'équipe « ETP Nutrition » du CH de Penne d'AGENAIS en partenariat avec l'Agora de Penne d'Agenais et l'association ANCRAGES

Agora, 15 bis rue des écoles, 47140 Penne-d'Agenais

Jeudi 16 octobre 2025 Blind Test musical

Blind test musical et repas partagé.

« Habitat jeunes » - 47300 Villeneuve sur Lot

Retrouvez les programmes et
affichez des SISM 2025 de
l'Agglomération du Grand
Villeneuvois



Samedi 18 octobre 2025 Porteurs de paroles

9h - 13h : "Qu'est-ce que je fais pour ma santé mentale ?" - Evoquons ensemble le sujet de la santé mentale et l'intérêt de maintenir le lien social pour la préserver avec l'UNAFAM 47, le GEM «Entraide et vous» et le CLSM.

Librairie LIVRESSE, 1 rue Casseneuil, 47300 Villeneuve sur Lot

Samedi 18 octobre 2025 Comprendre les traumatismes pour créer du lien social

16h - 18h : Les traumatismes de l'intime, violences sexuelles et inceste, le psychotrauma dans la littérature. A partir des lectures d'Aurelia Zahedi, artiste plasticienne et lectrice, (extraits des livres de Vanessa Springora, Christine Angot, Camille Kouchner), Sandra Baqué, psychologue référente de la filière psychotrauma 47, invitera les participants à mieux comprendre les différentes notions du psychotraumatisme. A travers ce partage, elle invitera chacun à comprendre le traumatisme pour créer du lien social.

À la mairie de Saint-Sylvestre-sur-Lot, Salle du Conseil Municipal en lien avec la bibliothèque municipale de Saint-Sylvestre-sur-Lot.

Samedi 18 octobre 2025 Balade sophro-nature

14h30 - 16h : Après un petit jeu pour apprendre à se connaître, une balade ponctuée de moments de découvertes botaniques, d'éveil des sens et de lâcher prise. Balade animée par Audrey Cavalier, Réflexologue et Véronique Deparpe, Sophrologue
Jardin botanique de Pujols, parking de la salle du Palay - 47300 PUJOLS

