





36e édition, du 6 au 19 octobre 2025, autour de la thématique : “**Pour notre santé mentale, réparons le lien social**”.

Les liens aux autres nous construisent : à tout âge, nos relations définissent qui nous sommes, individuellement et collectivement.

L'importance du lien social dans **le bonheur** a été prouvée à maintes reprises. L'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) l'affirme : des liens sociaux de qualité sont essentiels à notre santé mentale, physique et à notre bien-être.

L'isolement est un fléau silencieux qui fragilise profondément. Précarité, discriminations, surcharge mentale (ou rôle d'aidant), médias et réseaux sociaux abîment nos relations.

Mais chacun peut agir. **Écouter, échanger, partager.** Les liens humains sont nos remparts : pour préserver notre équilibre, réparons-les.

Les partenaires de l'action : Agence régionale de santé (ARS) Occitanie, CH de Millau, CH Sainte-Marie, CC Aubrac Carladez Viadène, CC Lévézou Pareloup, CPTS Centre Aveyron, CPTS nord-Aveyron, CPTS Posavi, Decazeville Communauté, Ouest Aveyron communauté, PEP12, PNR Grands Causses, Promotion Santé Occitanie, Rodez Agglomération, Udaf.

Illustration : Maud Hopsie

Trouvez
des ressources
pour vous aider
en flashant
ce QR Code

