

26 > 27  
Avril  
2024

4<sup>ème</sup> édition

Journées Santé Environnementale  
& Prévention

# SE SENTIR BIEN DANS UN ENVIRONNEMENT SAIN

Tout Public

Ciné-débat  
« Éco-anxiété, ça vous parle ? »

Vendredi 26 avril à 18h30

Coupe d'Or, 1 Av. de Franczal

Animations, sensibilisation  
et spectacles

Samedi 27 avril à partir de 14h

Parc du Manoir



## RENSEIGNEMENTS

Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)  
05 62 87 30 15 • accueil.ccas@mairie-cugnaux.fr

ville-cugnaux.fr





# Édito

Nous le constatons tous, l'état de notre environnement a un impact direct sur notre santé physique, mentale et sociale. Pour préserver notre capital santé et celui des générations futures, il est donc primordial de protéger notre environnement : réduction des déchets et du gaspillage, promotion des mobilités douces et des pratiques agricoles durables, préservation des écosystèmes naturels et des ressources en eau...

Afin de susciter un réel changement dans nos comportements sans basculer dans l'éco-anxiété, la sensibilisation de tous aux enjeux environnementaux et aux solutions possibles est essentielle. C'est l'objectif que nous nous sommes fixés depuis 2021 avec l'organisation des Journées Santé Environnementale et Prévention : des journées d'information, de partage d'expériences et de bonnes pratiques, avec une approche toujours ludique et non culpabilisante.

A l'occasion de cette 4<sup>ème</sup> édition, les services municipaux et nos partenaires vous proposeront de nombreux ateliers, stands, spectacles et animations autour du bien-être et de la protection de l'environnement, afin que chacun puisse agir au quotidien pour se sentir bien dans un environnement sain !

Bernard Artero,  
1<sup>er</sup> adjoint au Maire



# VENDREDI 26

**CINÉ-DÉBAT**  
**« ÉCO-ANXIÉTÉ,**  
**ÇA VOUS PARLE ? »**

**COUPE D'OR**

**1 AV. DE FRANCAZAL**

**15H : RÉSERVÉ AUX ADHÉRENTS DE LA**  
**COUPE D'OR**

**18H30 : TOUT PUBLIC**

*Animé par Jean-Michel Hupé, chercheur au CNRS en écologie politique et membre de l'ATECOPOL et par Michaël Landes, éducateur spécialisé et membre de l'Association Francophone d'Ecopsychologie*

Projection d'un documentaire sur l'éco-anxiété, suivie d'un échange avec des professionnels sur l'impact du changement climatique sur notre bien-être.

Cet échange permettra de se questionner sur le rapport individuel, collectif et politique face au changement climatique.



# SAMEDI 27

**JOURNÉE AUTOUR DU**  
**BIEN-ÊTRE**  
**PARC DU MANOIR**

**DE 14H À 18H**

Ateliers, animations et stands d'information

**14H30**

Ouverture de la 4<sup>ème</sup> édition des Journées Santé Environnementale et Prévention

**ANIMATION MUSICALE PAR LE**  
**GROUPE ZICOLO**

**14H45 : 1<sup>ère</sup> représentation**


**17H30 : 2<sup>ème</sup> représentation**

Deux musiciens adeptes de recyclage ont décidé de redonner vie à quelques objets. Avec leur stand équipé d'objets détournés, ils transforment tout leur attirail en une multitude de rythmes endiablés.

**SPECTACLE LA BARBOTEUSE DE**  
**LA COMPAGNIE L'ENVERS DU MONDE**

**16H30 - 17H15**

L'eau ça mouille ! Comment aborder la propreté lorsqu'on est clown et qu'on entre dans une salle de bain ? Découvrez les aventures de la barboteuse !

 Accessible aux personnes malentendantes  
À partir de 6 mois



**... et tout au long de l'après-midi**

- Exposition d'une **fresque réalisée par les ALAE**
- Exposition **photo des activités de la Boit'**
- Micro-trottoir : le CMJ mène l'enquête !

**ET POUR LES GOURMANDS**



- Goûter fruité offert par la ville
- Vente de gâteaux par l'association «Les vents d'Autan à Paris»
- Vélo Smoothie

Retrouvez de nombreuses activités sur le bien-être et l'environnement

# STANDS D'INFORMATION, ANIMATIONS, ATELIERS & EXPOSITIONS

## SAMEDI DE 14H-18H

- PROJETS MUNICIPAUX AUTOUR DE L'ÉCOLOGIE
- PRÉSERVATION DE L'ENVIRONNEMENT ET DE LA BIODIVERSITÉ
- MODES DE VIE DURABLES ET UPCYCLING
- PRODUITS MÉNAGERS ET COSMÉTIQUES FAITS MAISON
- TECHNIQUES DE DÉTENTE ET DE RELAXATION
- CUISINE DE RUE, CONFECTION DE SMOOTHIES ET BOISSONS DÉTOX

### POUR LES ENFANTS



Ateliers créatifs · Jeux  
Expériences et manipulations ludiques  
Manège  
Goûter offert

Et en bonus...

Spectacle "Détends-toi Charlie"

THÉÂTRE DES GRANDS ENFANTS

Présenté aux enfants des écoles durant les mois  
d'avril à mai par les Productions des Grands Enfants

### DÉCOUVERTE RELAXATION

PROPOSÉE PAR  
L'ASSOCIATION DES 5 QI  
15H30 - 16H15

Initiation au Qi gong,  
laissez-vous guider vers  
l'harmonie intérieure et le bien-être !

PROPOSÉE PAR  
L'ASSOCIATION PRATICIENS ET THÉRAPEUTES  
BIEN-ÊTRE CUGNAUX  
14H30-15H15

Libérez-vous du stress et de la charge mentale  
grâce à la sophrologie

15H30-15H50  
Cocoonez-vous, grâce à l'automassage

16H-16H40  
Évadez-vous, la nature dans tous ses sens  
avec la sophro nature

17H-17H20  
Cocoonez-vous, grâce à l'automassage

# Découvrez le projet de L'ATLAS DE LA BIODIVERSITÉ COMMUNALE

## Un projet pour connaître la faune et flore dans notre ville Les défis

- Identifier les habitats et les espèces vivantes de notre territoire
- Sensibiliser les acteurs locaux et les habitants pour faire connaître la biodiversité
- Travailler collectivement pour préserver les espèces cugnaises



### Zoom...



*43 421€ de budget*  
alloué pour les inventaires, les actions  
de sensibilisation, de communication  
et la coordination du projet



*2023-2025*  
investissement de la ville dans des  
actions liées à l'ABC



*4 groupes  
d'espèces étudiées*  
flore, amphibiens,  
chauves-souris et papillons



*1 enquête participative*  
pour connaître les lieux de vie  
des chauves-souris

### Partenaires



**Vous souhaitez participer au projet ou en savoir plus ?**



Rendez-vous sur [ville-cugnaux.fr](http://ville-cugnaux.fr)



**Parc du Manoir**  
42 PLACE DE L'ÉGLISE,  
31270 CUGNAUX

**Coupe dor**  
1 AVENUE DE FRANCAZAL,  
31270 CUGNAUX

## Partenaires



... et de nombreuses associations présentes tout au long de la journée

## Infos pratiques

### ME RENDRE AU PARC DU MANOIR ET À LA COUPE D'OR

**À pied ou à vélo** : emplacements pour les vélos disponibles à l'entrée du parc

**En bus** : Linéo 11 - arrêt Cugnala - Quai des Arts

**En voiture** : possibilité de se garer aux alentours  
Privilégiez le covoiturage !

### ME FAIRE ACCOMPAGNER PAR UN INTERPRÈTE LSF

**Sur réservation (au moins 72h avant) à l'adresse** :  
domaine.handicap.accessibilite@mairie-toulouse.fr

### ME RENSEIGNER

Centre Communal d'Action Sociale (CCAS)  
05 62 87 30 15  
accueil.ccas@mairie-cugnaux.fr