

Qui sommes-nous ?

Origines

Né lors de la première édition en avril 2025, « Es-tu sur de Bonnes Vibes ? » s'inscrivait dans une volonté de répondre aux préoccupations actuelles de santé, notamment celles liées à la santé mentale des jeunes.

Cette deuxième édition s'enrichit de nouveaux partenaires, élargit son champ d'action et propose un nouveau cadre autour de la santé globale.

Associatif

Né d'une initiative individuelle "Es-tu sur de Bonnes Vibes ?" est aujourd'hui porté par une association réunissant des éducateurs sportifs coachs sportifs Sport-Santé et une consultante spécialisée en compétences psychosociales.

Soutenu par un réseau de partenaires et par l'enthousiasme de la communauté locale, le projet grandit et une troisième édition est déjà envisagée dans un lieu encore plus vaste.

Ojectifs

Sensibiliser, déstigmatiser, informer, décroisonner.

Le Salon qui optimise la santé !

Voici l'occasion de contribuer à un avenir meilleur. Aujourd'hui, **il est urgent** de repenser notre façon de prendre soin de notre santé et celle de nos jeunes. Cela ne se résume plus qu'à bouger : il s'agit aussi de cultiver l'équilibre émotionnel, de s'ouvrir aux autres, d'accueillir et de respecter toutes les différences, et d'agir en harmonie avec l'environnement. « Es-tu sur de Bonnes Vibes ? » propose une approche nouvelle et décroisonnée de la santé.

Il est aujourd'hui établi que prendre soin de sa santé ne repose pas sur un seul levier, mais sur la capacité à agir au quotidien et conjointement sur ses différentes dimensions : physique, mentale, relationnelle et environnementale.

Agir sur tous les plans, c'est ça, la Bonne Vibe !

Lieu

Espace Aquatique – Pays de Morlaix
Carrefour de la Vieille Roche
29 600 Plourin-lès-Morlaix
Tel : 02 98 63 91 20



de 10 h à 17 h

Email de l'évènement :
bonnesvibes29600@gmail.com



Es-tu sur de Bonnes Vibes ?



Santé
Globale



PROGRAMME DES ACTIVITÉS

Tarif

Entrée solidaire à 2 euros donnant un accès libre aux activités et à l'espace SPA.

Les bénéfices de cette journée seront réinvestis pour l'édition du 5 juin 2027 qui se déroulera à l'espace Auréan et Kervéguen.

SALON

ACTIVITÉS
INCLUSIVES

INFOS

BOOSTER SA SANTÉ

Es-tu sur de BONNES VIBES ?

EN 2026 !



Agir sur tous
les plans,
c'est ça, la
Bonne Vibe !

3
OCT. **ENTRÉE
2€**





Le programme



Pour tous

Les animations sont pensées dans une logique **inclusive, solidaire et intergénérationnelle**, afin de permettre au plus grand nombre de participer et d'échanger, quels que soient l'âge, les capacités, la situation de santé ou le parcours de vie.

Parce que la bonne santé ne se résume pas à l'absence de maladie, le Salon invite à reconsidérer sa santé dans sa globalité et à agir au quotidien sur ses différentes dimensions : physique, mentale, relationnelle et environnementale.

« S'adapter à notre temps, adoptons la bonne vibe pour l'avenir. »



Exposition commentée sur le cerveau et la santé globale [Véronique Fauquet].

Liste des intervenants :

Tout C Le rythme, Espace Aquatique des pays de Morlaix, Centre Hospitalier des Pays de Morlaix (CJC, Maison Sport santé), MJC (info jeunesse), les amis de Ploudougou, Moutig et atypique, Wisu Capoeira, Pernambu Congo, Association Carantec Nautisme, Club nautique de Morlaix, Cloarec Caroline, Gravity Street Morlaix, Sylvie Cadiou, Sylvain Quérin, Sylvain Dielh, Ulamir CPIE Pays de Morlaix Trégor, ...

Activités *à réserver sur place	
Exposition Commentée	Yoga du rire*
Baptême de plongée*	Stands interactifs
Club nautique	Atelier estime de soi *
Danse africaine Capoeira Maracatu*	Street Workout
Sophrologie*	Massage du ventre*
Kiné et Ostéo*	Diététique*
Postural Ball*	Activités enfants*
La Nature fait du bien ?*	Sensorialité
Tests de condition physique	Tests de compétences psychosociales



Viens expérimenter !



Ensemble, mieux comprendre les enjeux actuels, expérimenter des solutions et agir pour optimiser la santé — pour tous et tout au long de la vie.

Buts



Le Salon défend ainsi une conception active, globale, inclusive et communautaire de la santé, ancrée dans le territoire : mieux comprendre les déterminants de sa santé, identifier les leviers sur lesquels agir et découvrir des solutions adaptées à chacun, en s'appuyant sur les compétences, les initiatives et les ressources locales et en favorisant la coopération entre les acteurs et les habitants.

Rendez-vous le 3 octobre à l'Espace aquatique de Morlaix pour un salon qui optimise la santé, dédié à l'équilibre émotionnel, à l'inclusion et à l'harmonie avec l'environnement.



La force du lien social mis en avant !

