



Sism.

Semaines d'information sur la santé mentale

**PROGRAMME DES CLSM DE LILLE, DE L'AGGLOMÉRATION ROUBAISIENNE,
DU VAL DE MARQUE, DE L'EPSM LILLE-MÉTROPOLE,
DE L'EPSM DE L'AGGLOMÉRATION LILLOISE ET DE L'EPSM VAL DE LYS-ARTOIS**



du 5 au 18 octobre 2026



Retrouvez ce programme sur le site internet du GHT



Du 5 au 18 octobre 2026

Semaines d'information sur la santé mentale 2026

PROGRAMMATION GRATUITE

(sauf exceptions mentionnées dans le programme ci-après)

**Pour cette 37^e édition, les SISM ont pour thématique
« POUR NOTRE SANTÉ MENTALE, OUVRONS-NOUS AUX ARTS »**

En 2019, un rapport de l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS) confirme, pour la première fois, les effets positifs des arts sur la santé mentale et la santé physique. Basé sur plus de 3 000 études, ce rapport montre que les activités artistiques, qu'elles soient pratiquées individuellement ou en groupe, jouent un rôle essentiel dans notre épanouissement à tous les âges de la vie. Pratiquer un art, c'est être actif dans la création (peindre, chanter, écrire, jouer d'un instrument, etc.) ou être réceptif (aller au cinéma, au théâtre, au concert, lire un livre, écouter de la musique, etc). Ces activités apportent des bienfaits que l'on soit créateur ou simple spectateur et que l'art soit choisi par la personne ou orienté par un professionnel.

À l'occasion de cette 37^e édition des Semaines d'Information sur la Santé Mentale, qui se déroule du 5 au 18 octobre 2026, les Conseils Locaux de Santé Mentale de la ville de Lille et Lomme, de l'agglomération roubaisienne, du Val de Marque et les pôles des EPSM Lille-Métropole et Val de Lys-Artois se sont associés avec leurs partenaires locaux afin de vous proposer un programme riche en découvertes artistiques. Expositions, conférences, concerts, théâtre, ateliers artistiques, chorale, etc... Ce programme vous permettra de vous ouvrir à de nouvelles formes d'art et d'aller à la rencontre des partenaires culturels au plus proche de chez vous.

Afin de vous faciliter la lecture de ce programme et vous repérer dans les nombreux événements proposés, ce document est organisé **par ville puis par date**. Ces rendez-vous peuvent être ou non sur inscription. Vous trouverez toutes les informations pratiques et les contacts nécessaires dans les pages suivantes.

Alors rendez-vous **du 5 au 18 octobre 2026** sur les territoires des EPSM Lille-Métropole, de l'agglomération lilloise et de Val de Lys-Artois pour un programme riche en découvertes et en propositions artistiques !

*Ce programme est susceptible d'être modifié. Retrouver l'ensemble de la programmation actualisée sur [ghttps://npdc.fr](https://npdc.fr)

Lundi 5 octobre

• Soirée de lancement des SISM 2026

À partir de 17h30 // **Maison Folie Moulins,**
47 Rue d'Arras, 59000 Lille

Ouverture officielle des SISM avec une soirée de lancement en présence d'élus municipaux, de l'EPSM et des partenaires.

L'occasion de présenter le programme des deux semaines et de visiter l'exposition collaborative « Santé mentale : Mosaïque des talents », en avant première, à la Maison Folie Moulins.

Ouvert à tous

• GAL ART TRUCK

Détail des lieux et horaires sur <https://npdc.fr>

L'association Art Inclusiv' œuvre pour l'inclusion des personnes vivant avec un trouble psychique en soutenant leur expression artistique. À bord d'un camion-exposition, découvrez des œuvres originales présentées dans différents lieux de la métropole lilloise et échangez autour de la santé mentale.

Ouvert à tous

Du 6 octobre au 2 novembre

• Exposition photographique « Six semaines après »

Hall de l'Hôpital Huriez, rue Michel Polonovski,
59000 Lille

Le CHU de Lille présentera le projet participatif de la photographe Delphine Chenu, réalisé pour l'EPSM de l'agglomération lilloise avec vingt femmes récemment devenues mères. Loin des représentations idéalisées de la maternité, leurs portraits témoignent avec justesse des bouleversements de la parentalité, de la dépression postnatale et de la solidarité qui se tisse entre jeunes mères. Une œuvre sensible, à la fois de sensibilisation et de prévention.

Organisée par le CHU de Lille et l'EPSM de l'agglomération lilloise | Ouvert à tous

Du mercredi 7 au dimanche 18 octobre

• Exposition « Santé mentale : Mosaïque des talents » à la Maison Folie Moulins

De 14h à 18h, du mercredi au dimanche // **Maison Folie Moulins,** 47 rue d'Arras, 59000 Lille

La Maison Folie Moulins accueille les créations d'artistes bénéficiaires de structures spécialisées dans l'accompagnement et le soin en santé mentale et psychique. Les structures représentées sont : le tiers lieu « Les partageurs » (Ensemble autrement), l'UNAFAM, le Centre d'Activités Thérapeutiques et de Temps de Groupe du 59G24, et Alternatives GAPAS.

Avant l'exposition, l'Unafam organise des ateliers créatifs d'Alebrjies, les 10, 12, 19 et 24 septembre, ainsi que le 3 octobre, de 14h à 17h, à l'Unafam Nord, 1 rue de Lommelet, 59350, Saint-André. Inscription aux ateliers :

03 20 56 70 70 ou par mail nord@unafam.org

Organisée par la Maison Folie Moulins, GAPAS,

« Ensemble autrement », UNAFAM, CATTG 59G24 |

Accès libre et gratuit | Visites guidées SUR

RÉSERVATION | INFORMATIONS : mfmoulins@mairie-lille.fr

// 03 20 95 08 82

Samedi 10 octobre et dimanche 11 octobre

• Week-end arts, culture et santé mentale

Maison Folie Moulins, 47 rue d'Arras, 59000 Lille

Le tiers-lieu « Les Partageurs » et la Maison Folie Moulins vous proposent un week-end artistique, culturel et participatif.

Au programme du samedi 10 octobre :

Dans le cadre de la journée POUVOI'ART | Organisée par le tiers-lieu « Les Partageurs ».

• **De 14h30 à 16h :** « Venez, Parlons santé mentale »

Temps d'échange dans le but de favoriser la parole autour de la santé mentale dans un cadre convivial et non stigmatisant. L'objectif

EPSM de l'agglomération lilloise

est d'aborder les représentations, les vécus et les questionnements des participants en présence de personnes partageant leur expérience.

• **De 16h30 à 18h30 : Conférence gesticulée.**

Prise de parole publique d'une personne concernée, mêlant vécu personnel et analyse en sciences humaines et sociales. Louise y aborde son parcours de soin, le stress post-traumatique, partage un outil d'autodéfense émotionnelle et expose les mécanismes en jeu dans le cerveau face au stress.

Gratuit | **SUR RÉSERVATION :** mfmoulins@mairie-lille.fr
// 03 20 95 08 82

Au programme du dimanche 11 octobre :

• **À 15h et à 17h : Spectacle « INA »** par Nadia Ghadanfar / La Fabrique

Durée : 25 minutes

Un solo dans l'espace intime d'une tente berbère, où l'artiste fait entendre les voix croisées de mères et de filles issues de l'exil. Entre récit personnel, témoignages et théâtre documentaire, Ina explore les mémoires invisibles et les héritages transmis par le corps et le silence. Partant du constat que ce sont les récits individuels qui construisent la mémoire collective, les identités culturelles et l'Histoire de notre époque, l'artiste prend le parti de faire résonner les voix souvent invisibilisées des femmes étrangères.

SUR RÉSERVATION : mfmoulins@mairie-lille.fr // 03 20 95 08 82

• **À 16h :** Chorale sauvage et inclusive avec la participation du GEM la Belle Journée et avec Martine Berthault, de la collective « Les sales polyvalentes » et Gaëlle Rambaut de « la Clinquante Compagnie ».

La chorale sauvage est éphémère et euphorisante. D'étranges signes entraînent les choristes à bruisser, sonner, résonner, vocaliser ensemble dans une harmonie surprenante.

Chorale participative SUR INSCRIPTION auprès de la maison Folie Moulins : 03 20 95 08 82 // mfmoulins@mairie-lille.fr | Répétition mardi 6/10, mercredi 7/10 et jeudi 8/10 de 18h à 20h et le samedi de 14h à 16h | Organisé par la Maison Folie Moulins | Entrée libre pour les portes ouvertes et l'exposition

Jeudi 15 octobre

• **Slam, Cinéma et Santé mentale**

De 14h30 à 16h30 : projection et 18h-20h : ciné-débat // **Cinéma L'Univers, 16 rue Georges Danton, 59000 Lille**

Débutez l'après-midi autour d'un atelier SLAM puis, poursuivez avec une projection cinématographique pour conclure cette journée, par un moment de partage autour d'œuvres artistiques.

Au programme :

- **14h30-16h30 :** atelier Slam.
- **18h :** accueil du public « Slam, ce qui nous brûle ».
- **18h30 :** lancement du film suivi d'un débat et / ou d'une restitution de l'atelier slam.
- **20h :** Cocktail dans la salle d'exposition où seront exposés deux artistes.

Organisé par l'association Ensemble autrement et SSI GAPAS | Ouvert à tous (90 places max.) | **INFORMATIONS :** lespartageurs@ensembleautrement.fr // ssialternatives@gapas.org



• Soirée humour et santé mentale

À 19h30 // Comédie de Lille, 204 rue Solférino, 59000 Lille

Parce que l'humour peut aussi faire réfléchir, cette soirée vous propose un format original mêlant stand-up et échanges avec des professionnels de santé.

Au programme :

Plusieurs humoristes se succéderont sur scène pour traiter, chacun à leur manière, de la santé mentale et des défis du quotidien. Le spectacle sera suivi d'une table ronde interactive permettant au public d'échanger avec des professionnels de santé et de mieux comprendre les enjeux de la santé mentale. Un moment convivial, accessible à tous, où le rire devient un point de départ pour ouvrir le dialogue.



Organisé par la CPTS Grand Lille et l'association « Franchement ça va » | INSCRIPTION en ligne sur [weezevent](https://weezevent.com) ou via le QR Code | INFORMATIONS : contact@cptsgrandlille.org

Vendredi 16 octobre

• Spectacle « Et vous, qu'est-ce qui vous indigné ? » de Christophe Grimonpont

À 18h30 // Médiathèque Jean Lévy, 32-34 Rue Edouard Delesalle, 59000 Lille

Avec un seul en scène de 60 minutes, Christophe Grimonpont rend vivant des portraits de la revue « Le Canard Aquaphobe ». « Et vous ? Qu'est-ce qui vous indigné ? » renvoie le public à lui-même, avec l'humour comme une porte d'entrée simple et vers le questionnement de soi.

Entrée libre et gratuite | INFORMATIONS : 03 20 15 97 20

Mardi 20 octobre

• CO-ERRANCE : Les 20 ans de Lill'ART

À partir de 18h // Gare Saint-Sauveur, 17 Boulevard Jean-Baptiste Lebas, 59000 Lille

Exposition photographique et témoignages sur le temps et les gestes qui accompagnent le soin, ambientée d'un Quintet Jazz : Swinging Gentleman, suivi d'un ciné-débat avec la projection du film « Family life » de Ken Loach, sorti en 1971.

À travers la photographie et l'écriture, les personnes directement concernées par un trouble psychique ont été invitées à symboliser ce moment de transition, à mettre en image puis en mots ce qui les prépare, les soutient et les expose à l'autre sur le chemin de la rencontre thérapeutique.

Ce projet ambitionne de favoriser l'expression subjective et d'ouvrir un espace de parole différent, sensible et créatif.

Au programme :

• 18h15 :

- Exposition des photographies et des écrits
- Quintet Jazz : Swinging Gentleman
- Apéro dînatoire

• 20h15 : Projection du film « Family Life » réalisé par Ken Loach en 1971 (durée : 1h45) suivi d'un débat avec intervenants et la salle

Événement co-porté et financé par la Maison des Adolescents, la Sauvegarde du Nord, le PTSM de l'Arrondissement de Lille, le CLSM Lille-Lomme, la DRAC, la Gare Saint Sauveur, La Mairie de Lille, l'Association La Magie au Bout des Doigts, La RegiThèque, Paule NEEL photographe, l'EPSM de l'agglomération lilloise et l'EPSM Lille-Métropole, l'ARS Hauts-de-France.



INSCRIPTION : <https://my.weezevent.com/soiree-co-errance> | INFORMATIONS : asso.lillart20ans@gmail.com

EPSM de l'agglomération lilloise

Lundi 5 octobre

• Atelier de pratique artistique

De 14h30 à 16h30 // **Maison des usagers MGEN, 5 Rue d'Antin, 59000 Lille**

Atelier animé par Fanny Masson, artiste plasticienne. Elle invite les participants à explorer leur créativité à travers une pratique artistique, dans un cadre convivial et bienveillant, et à découvrir les bienfaits de l'expression artistique sur le bien-être.



Organisé par la **Maison des usagers MGEN** | Ouvert à tous (15 personnes max.) | Inscription via le QR code |
INFORMATIONS : Imane Harkat : iharkat@mgen.fr // 07 85 43 69 65

Mardi 6 octobre

• Portes ouvertes : le Clubhouse et ses artistes

De 14h à 16h30 // **Clubhouse de Lille, 20 Rue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 59000 Lille**

Le Clubhouse vous ouvre ses portes dans le cadre des SISM. Au programme : stands individuels, présentations en groupe, visites et exposition d'œuvres d'artistes membres du Clubhouse.

Ouvert à tous, entrée libre | INFORMATIONS : Pierre Loyens : lille@clubhousefrance.org // 03 20 47 28 71



• Vernissage exposition : L'art, un bien en commun

À 18h // **Tiers-lieu Les Partageurs, 30 Rue de Fontenoy, 59000 Lille**

Découvrez l'exposition participative et itinérante : « l'art un bien en commun ». Cette exposition constitue un support de sensibilisation, d'expression et de déstigmatisation autour des liens entre pratiques artistiques et santé mentale. Les œuvres présentées croiseront les regards d'artistes émergent-es ou confirmé-es, de personnes concernées par des troubles psychiques, des associations.

Organisé par « Les Partageurs » tiers-lieu inclusif et l'association « Ensemble Autrement » | Ouvert à tous, entrée libre | INSCRIPTION groupes par mail : nora.roth@ensembleautrement.fr | INFORMATIONS : Roth Nora : nora.roth@ensembleautrement.fr // 07 59 53 01 42

• Re'CoFoR'tez-vous avec l'ART

De 10h à 16h // **Maison des Usagers MGEN, 5 rue d'Antin, 59000 Lille**

Le CoFoR Hauts-de-France qui s'adresse aux personnes concernées par le rétablissement, vous ouvre ses portes pour une journée thématique autour des activités et de l'art.

Au programme :

- **10h à 12h15** : présentation « Qu'est-ce que le CoFoR Hauts-de-France ? »
- **14h à 16h** : ateliers artistiques (poterie, écriture, musique)

Ouvert à tous SANS INSCRIPTION | INFORMATIONS : Rachel Duthoit : projetcofor.hdf@gmail.com

Mercredi 7 octobre

• Circle Song

De 14h à 15h // **GEM la Belle Journée,**
41 rue de Valmy, 59000 Lille

Vous aimez le chant et le partage ? Venez découvrir un atelier d'improvisation musicale autour d'un cercle chantant le « Circle Song » au Groupe d'Entraide Mutuelle La Belle journée.

Organisé par « GEM La Belle Journée » et l'association « Les psys du cœur » | Ouvert à tous | INSCRIPTION : gembellejournee@gmail.com

Vendredi 9 octobre!u!

• Art-thérapie au Palais des Beaux-Arts

De 10h30 à 12h // **Palais des Beaux-Arts de Lille,**
Place de la République, 59000 Lille

Face aux œuvres, prendre un temps pour soi, pour apprendre à dessiner sous la conduite bienveillante de notre art-thérapeute.

Plein tarif : 8€ // Tarif réduit : 4€ | INSCRIPTION : réservation sur le site internet du Palais des Beaux-Arts / agenda | Contact et INFORMATIONS : Palais des Beaux-Arts : reservationpba@mairie-lille.fr // 03 20 06 78 00

Samedi 10 octobre

• Samedi Bien !

De 9h30 à 12h30 // **Au Chaud Bouillon,**
Fives Cail, 70 Pass. de l'Internationale, 59000 Lille

Missions de bénévolat et de 12h30 à 14h, repas convivial // Missions dans différents lieux de la MEL et temps convivial.

Le « Samedi Bien » est un rituel d'engagement citoyen qui rassemble, le temps d'une matinée, plusieurs missions de bénévolat organisées en simultanée à travers la Métropole Européenne de Lille. Le samedi 10 octobre, cette édition sera consacrée au thème « Arts et santé mentale ». À cette occasion, sept missions de bénévolat seront proposées au sein de sept associations lilloises.

La matinée se conclura par un repas partagé au Chaud Bouillon – Fives Cail, afin de prolonger les échanges entre bénévoles, associations et participants.

Organisé par Benenova | INSCRIPTION [via le calendrier en ligne benenova.fr](http://via.le.calendrier.en.ligne.benenova.fr) | INFORMATIONS : emma.dumont@benenova.fr // 07 50 58 36 72

• Rencontre autour du Canard Aquaphobe

De 10h à 12h // **Médiathèque le Fil,**
48 Rue Faidherbe, 59260 Hellemmes

Rencontre des acteurs de la revue artistique et culturelle collaborative « Le canard aquaphobe ». Au programme : des ateliers bien-être, d'écritures et de peinture (traits plumes et pinceaux).

Organisé par la Ville de Lille en partenariat avec le Canard Aquaphobe, EPSM Lille-Métropole, 59G21 | INSCRIPTION : bm-lille.fr // 03 20 56 93 38

• Ruche d'art au Palais des Beaux-Arts

De 14h à 17h // **Palais des Beaux-Arts de Lille,**
entrée arrière du musée au 18 bis rue de Valmy, 59000 Lille

Que vous soyez artiste débutant ou confirmé, seul, en famille ou entre amis, cet atelier convivial, créatif et totalement gratuit est conçu pour s'adapter aux envies et aux attentes de chaque participant.

N'hésitez plus, venez bénéficier des conseils bienveillants de plasticiens professionnels et vous initier à diverses techniques artistiques (fusain, collage, feutres, pastel...) à partir des riches collections du Palais des Beaux-Arts.

L'atelier fonctionne en continu entre 14h et 17h, inutile de s'inscrire !

Ces ateliers sont accessibles aux personnes à mobilité réduite et aux personnes en situation de handicap cognitif ou psychique.

Ouvert à tous | **SANS INSCRIPTION**

EPSM de l'agglomération lilloise

• Portes ouvertes du tiers-lieu « Les partageurs »

De 10h à 13h // Tiers-lieu « Les Partageurs »,
30 Rue de Fontenoy, 59000 Lille (quartier Moulins)

Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale 2026, le tiers-lieu « Les Partageurs » vous ouvre ses portes. Espace inclusif et ouvert à toutes et tous, sans condition d'entrée ni de statut, le tiers-lieu propose un accueil convivial pour découvrir le lieu, ses activités et rencontrer les personnes qui le font vivre. L'occasion de venir à la rencontre d'un espace de vie sociale ancré dans le quartier Moulins, pensé pour favoriser le lien, la participation et l'inclusion.



Organisé par l'association
« Ensemble Autrement » | Ouvert
à tous (10 personnes max./heure) |
INSCRIPTION par mail : lespartageurs@ensembleautrement.fr ou via le Qr Code

Lundi 12 octobre

• Atelier de musicothérapie

De 14h à 15h30 // Maison de quartier Wazemmes,
36 rue d'Eylau, 59000 Lille

Participez à un atelier de musicothérapie associant santé mentale et expression artistique pour favoriser la gestion de vos émotions et créer du lien social.

Organisé par la Maison de quartier Wazemmes |
Ouvert à tous (nombre de place limité) |
INSCRIPTION : accueil@maisondequartierdewazemmes.info // 03 20 54 60 80

Mercredi 14 octobre

• Les Arts plastiques dans tous leurs états

De 14h30 à 16h30 // Maison des Usagers de la MGEN,
5 rue d'Antin, Lille

Exposition des créations de l'Art thérapie de l'Etablissement de Santé Mentale de la MGEN. Elle met en lumière la diversité des techniques, des univers et des expressions artistiques, témoignant de la créativité et du parcours de chacun.

Ouvert à tous SANS INSCRIPTION | INFORMATIONS :
Imane Harkat, coordinatrice Maison des Usagers
MGEN : iharkat@mgen.fr // 07 85 43 69 65

Vendredi 16 octobre

• Arts et activité physique

À partir de 9h30 // LUC, 180 Avenue Gaston Berger
Prolongée, 59000 Lille

Venez participer à une matinée sous l'égide du mélange de l'art et de l'activité physique. Au programme : atelier d'écriture, initiation jonglerie et GRS puis restitution.

Organisé par Lille Université Club (le LUC) |
INSCRIPTION : maximev@luc.asso.fr // francoisd@luc.asso.fr



• Séance d'art-thérapie au Palais des Beaux-Arts

De 10h30 à 12h // [Palais des Beaux-Arts, Place de la République, 59000 Lille](#)

Venez découvrir l'atelier d'art thérapie. Faites face aux oeuvres, prenez un temps pour vous, et apprenez à dessiner sous la conduite bienveillante de notre art-thérapeute.

Ouvert à tous [SUR INSCRIPTION](#) | [Plein Tarifs : 8 € // Tarif réduit : 4€](#) | [Inscription sur l'Agenda en ligne sur le site du Palais des Beaux-Arts de Lille : Agenda - Palais des Beaux Arts de Lille](#) | [INFORMATIONS : 03 20 06 78 28](#)

Samedi 17 octobre

• Libérer la parole *via* l'art

À partir de 10h // [Cinéma L'univers, 16 rue Georges Danton, Lille](#)

Participez à une journée d'ateliers fanzine et de scènes ouvertes pour libérer la parole. Découvrez une exposition d'œuvres de personnes concernées par des troubles psychiques pour favoriser la déstigmatisation.

Au programme :

Accueil café dès 10h, début de l'atelier fanzine à 11h puis en continu sur la journée et la Scène ouverte à partir de 15h.

Organisé par l'association « Étoile bipolaire » | Ouvert à tous | [Entrée libre pour l'atelier fanzine](#) | [SUR INSCRIPTION sur place pour la scène ouverte](#) | [INFORMATIONS : etoilebipolaire059@gmail.com](#)

• Visite guidée sur la santé mentale au Palais des Beaux-Arts

De 16h15 à 17h15 // [Palais des Beaux-Arts Place de la République, 59000 Lille](#)

Participez à une visite guidée du Palais des Beaux-Arts, organisée à l'occasion des SISM 2026 avec au programme, une visite guidée sur la thématique de la santé mentale dans les collections.

Depuis l'Antiquité, les créations artistiques témoignent des représentations de la santé mentale. Partez à la découverte de l'évolution des regards portés sur ce sujet à travers l'histoire de l'art.

Ouvert à tous sur réservation | [Plein Tarif : 8€ // Tarif réduit : 4€](#) | [INSCRIPTION sur l'Agenda en ligne sur le site du Palais des Beaux-Arts de Lille : Agenda - Palais des Beaux Arts de Lille](#) | [INFORMATIONS : 03 20 06 78 28](#)



Samedi 10 octobre

- **Voyage au cœur des sens et des émotions, en musique et en mouvement** • Parents et jeunes enfants

De 10h à 11h30 // **Maison des Solidarités Mitterie, 1 allée des Châtaigniers, 59160 Lomme**

Pour accueillir, reconnaître et réguler nos ressentis en étant à l'écoute de nos sens.

Organisé par l'association F.R.A.S.E. avec le soutien de la CPTS ASNO et de la Ville de Lomme | Pour les parents avec enfant de moins de 6 ans (max. 12 personnes) | INSCRIPTIONS : espaceparents@mairie-lomme.fr // 06 25 77 41 83

Mardi 13 octobre

- **Forum « Santé vous bien ! »**

De 9h à 17h // **Salle Maison des Enfants, 796 avenue de Dunkerque, 59160 Lomme**

Tu es lycéen, étudiant ou collégien en parcours professionnel, rendez-vous au Forum « Santé vous bien » pour parler santé mentale. Au programme : ateliers, stands, spectacles, déambulations artistiques et conférences ponctuelles tout au long de la journée.

Organisé par la CPTS ASNO des villes de Lomme et Lambersart | Ouvert aux établissements scolaires et organismes de formation | Ateliers sur INSCRIPTION : coordination.parcours@cptsasno.fr



Ateliers de Musicothérapie : 7, 9, 13 et 14 octobre

Et si nos sens pouvaient nous aider à mieux vivre nos émotions ? Ces ateliers proposent de découvrir comment nos sens peuvent devenir des alliés pour accueillir, reconnaître et réguler nos ressentis. **Ces deux ateliers constituent un parcours indissociable.** Le voyage sonore au handpan propose une première immersion sensorielle qui se prolonge par un temps d'échange convivial, avant de poursuivre avec un atelier consacré à l'exploration des liens entre les sens et les émotions.



Mercredi 7 octobre

- **Ateliers de Musicothérapie pour les ados**

De 14h30 à 16h45 // **Maison des Solidarités Mitterie, 1 allée des Châtaigniers, 59160 Lomme**

Programme :

- **14h30 - 15h30** : Atelier Ados « Voyage sonore au Handpan »
- **15h45 - 16h45** : Atelier « Les sens en éveil, les émotions en mouvement ».

L'inscription vaut pour l'ensemble du parcours | Organisés par l'association F.R.A.S.E. avec le soutien de la CPTS ASNO et de la Ville de Lomme | Ouvert à tous (max. 10 personnes) | INSCRIPTIONS : maisondessolidarites@mairie-lomme.fr // 03 20 93 14 27



Vendredi 9 octobre

- **Ateliers de Musicothérapie pour les adultes**

De 14h30 à 16h45 // **Maison des Solidarités Mitterie, 1 allée des Châtaigniers, 59160 Lomme**

Programme :

- **14h30 - 15h30** : Atelier Ados « Voyage sonore au Handpan »
- **15h45 - 16h45** : Atelier « Les sens en éveil, les émotions en mouvement ».

L'inscription vaut pour l'ensemble du parcours | Organisés par l'association F.R.A.S.E. avec le soutien de la CPTS ASNO et de la Ville de Lomme | Ouvert à tous (max. 10 personnes) | INSCRIPTIONS : maisondessolidarites@mairie-lomme.fr // 03 20 93 14 27

Mardi 13 octobre

• **Atelier de musicothérapie seniors, « Voyage sonore au Handpan »**

De 9h30 à 11h45 // **Maison des Séniors, 103 avenue de la République, 59160 Lomme**

Programme :

- **9h30 - 10h30** : Atelier seniors « Voyage sonore au Handpan »
- **10h45 - 11h45** : Atelier « Les sens en éveil, les émotions en mouvement ».

L'inscription vaut pour l'ensemble du parcours | Organisés par l'association F.R.A.S.E. avec le soutien de la CPTS ASNO et de la Ville de Lomme | Ouvert à tous (max. 10 personnes) | INSCRIPTIONS : senior.ccaslomme@mairie-lomme.fr // 03 59 08 30 90

Mercredi 14 octobre

• **Ateliers de Musicothérapie pour les adultes**

De 14h30 à 16h45 // **Maison des Solidarités Marais, 16/2 rue Thénard, 59160 Lomme**

Programme :

- **14h30 - 15h30** : Atelier Adulte « Voyage sonore au Handpan »
- **15h45 - 16h45** : Atelier « Les sens en éveil, les émotions en mouvement ».

L'inscription vaut pour l'ensemble du parcours | Organisés par l'association F.R.A.S.E. avec le soutien de la CPTS ASNO et de la Ville de Lomme | Ouvert à tous (max. 10 personnes) | INSCRIPTIONS : maisondessolidarites@mairie-lomme.fr // 03 20 93 03 85

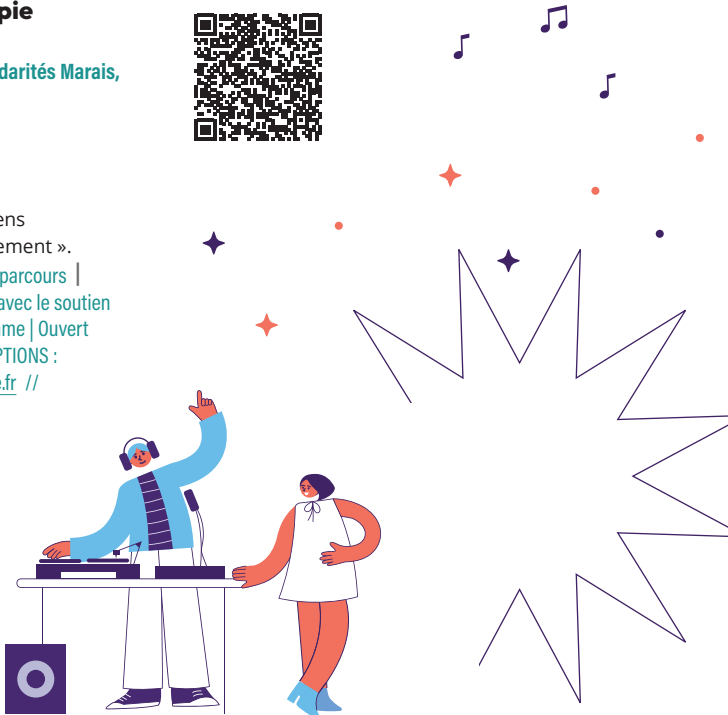
Jeudi 15 octobre

• **Théâtre Débat « Machines de guerre » - Compagnie Ratibus**

À 19h30 // **Maison Folie Beaulieu, 33 Place Beaulieu, 59160 Lomme**

La pièce de théâtre « Machines de guerre », représentation arts et théâtre, est à destination des professionnels du prendre soin, de l'accompagnement et au contact du public sur la thématique de la santé mentale des professionnels, de la prévention de l'épuisement professionnel et du *burn-out*. La représentation sera suivie d'une table ronde d'experts.

Organisé par la CPTS ASNO | INFORMATIONS : coordination.cptsasno@protonmail.com // 06 43 58 28 30 | À destination des professionnels de la santé, de l'accompagnement, de l'action sociale sur inscription *via* ce QR code :



Du mardi 5 au 23 octobre

Venez découvrir deux expositions créées autour de la thématique des SISM 2026 « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts » !

• Exposition « L'art, un bien en commun » Exposition créée par l'association « Ensemble Autrement »

+ Le lundi 5 octobre de 16h à 18h : vernissage de l'exposition « L'art, un bien en commun ».

Cette exposition participative est imaginée comme un support de sensibilisation, d'expression et de déstigmatisation autour des liens entre pratiques artistiques et santé mentale. Les œuvres présentées croiseront les regards : d'artistes émergent-es ou confirmé-es, de personnes concernées par des troubles psychiques, d'associations... Avec un accueil convivial/goûter.

Siège de l'association « Ensemble Autrement »,
62 avenue Jean Lebas, 59100 Roubaix | Tout public |
Entrée libre | INFORMATIONS : Gaëtan Beaurain :
07 67 55 96 58

• Exposition itinérante « Une visite surprise : J'peux pas, j'ai piscine » Exposition créée par l'association « Les Papillons Blancs ».

► Du 8 au 11 octobre : Médiathèque de Roubaix, 2 rue Pierre Motte, 59100 Roubaix

+ Vendredi 9 octobre, de 10h à 11h30 : Présentation de l'exposition et distribution du roman-photo dont est issue l'exposition et temps convivial en présence de l'équipe.

Tout public | Entrée libre | Contact : Mathilde Zinave,
Alexis Lenouvel, Elisabeth Chopin 06 72 82 35 02

► Du 12 au 14 octobre : Centre Social Assia Djebar, 1 Rue Dupuy de Lôme, 59100 Roubaix

Tout public | Entrée libre | INFORMATIONS : Amandine Brackman : 03 74 09 63 87

► Du 15 au 23 octobre : Maison des Associations de Roubaix, 24 Place de la Liberté, 59100 Roubaix (Eurotéléport)

+ Vendredi 16 octobre, temps fort :

Représentation théâtrale du collectif d'habitants « Paroles d'Êtres »

• 13h30-14h : accueil du public, moment de convivialité et accès aux stands partenaires (santé mentale) et à l'exposition.

• 14h-15h : Représentation théâtrale

• 15h-17h : Accès à l'exposition et aux stands partenaires (santé mentale)

Tout public | Entrée libre | INFORMATIONS : Magdalena Tettelin : 03 20 73 46 64

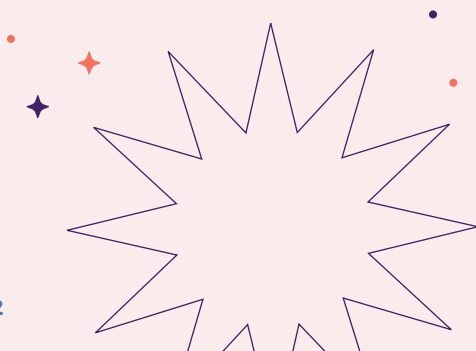
Jeudi 8 octobre

• Ciné débat x SISM x Hip Hop Addiction

De 14h à 17h // Médiathèque de Roubaix,
2 rue Pierre Motte, 59100 Roubaix

Ciné débat autour du documentaire « Toutes nos différences » de Caroline Agullo. Suivi de la présentation de l'exposition et du roman-photo « Une visite surprise : J'peux pas, j'ai piscine » par l'équipe ayant travaillé à sa réalisation (Les Papillons Blancs).

Organisé par la Médiathèque de Roubaix, le CCAS de Roubaix et la Da-MAS Family | Public à partir de 16 ans | Entrée libre | INSCRIPTION : damasproductionfamily@gmail.com



Samedi 10 octobre

• Spectacle, débat, atelier et jeu autour des liens parent-enfant

De 14h à 17h15 // Centre Social Assia Djebbar,
1 rue Dupuy de Lôme, 59100 Roubaix

Après-midi de sensibilisation autour de la parentalité et du rôle des liens intrafamiliaux dans le développement psycho-affectif des enfants.

- **13h30** : Accueil du public
- **14h** : Découverte du spectacle de danse familial «mA» de la Cie Furinkai / Satchie Noro : les deux artistes, mère et fille, convoquent leur relation entre complicité et difficultés à travers un duo dansé tout en sensibilité présenté dans un espace-cocon.
- **14h30** : Rencontre-débat sur les liens intra-familiaux avec l'équipe artistique, Aïrelle Maillard, psychologue-psychothérapeute, Anne Courtois, éducatrice spécialisée (CMP de Roubaix) et Amandine Brackman, référente familles (centre social Assia Djebbar) : comment maintenir, conforter ou restaurer ces liens essentiels au développement de l'attachement, du sentiment de sécurité et à la gestion des émotions ?
- **15h15** : Goûter pour tous les participants
- **15h45** : Atelier parents-enfants avec la Cie Furinkai ou atelier autour du jeu « Corpus ». L'occasion de partager un moment en mouvement, ludique et collectif !
- **Clôture de la journée à 17h15**

Organisé par le Ballet du Nord - Centre Chorégraphique National Roubaix Hauts-de-France | Public familial |
INSCRIPTION : Centre social Assia Djebbar :
03 74 09 63 87

Vendredi 16 octobre

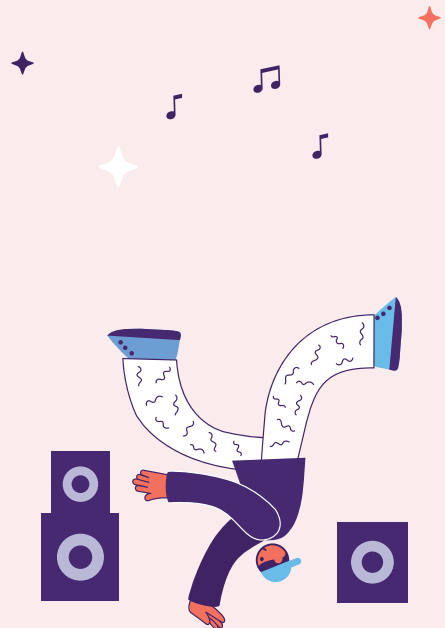
• Représentation théâtrale autour de la santé mentale

De 16h30 à 19h30 // OMEP - 32 rue Jean Castel,
59150 Wattrelos

Cette représentation théâtrale propose des saynètes abordant différentes thématiques liées à la santé mentale. Jouées par des jeunes et encadrées par des professionnels, elles visent à susciter la réflexion, libérer la parole et favoriser les échanges avec le public.

À l'issue de la représentation, un débat sera animé avec le soutien des équipes d'Horizon9, de professionnels du CREHPSY et d'une psychologue, qui apporteront leur expertise et des ressources pour enrichir les discussions.

Organisé par HORIZON9 Prévention | Ouvert à tous |
Entrée libre | INFORMATIONS : Abdelaziz Lahouaichri :
06 19 51 75 95



Lundi 5 octobre au samedi 17 octobre

• **Découverte du Groupe d'Entraide Mutuelle GEM La pause**

De 13h30 à 17h30 // 57 Avenue Roger Salengro, 59100 Roubaix

Visite et présentation de la structure. Atelier de gravure le 15 octobre de 14h30 à 16h30.

Organisé par GEM La pause | Tout public | Entrée libre pour la découverte de l'association | Atelier gravure (dès 7 ans) SUR INSCRIPTION : 06 02 01 25 46

Lundi 5 octobre

• **Lecture pour tout-petits au Kamishibai « Les émotions »**

De 10h à 11h // Maison des Parents Métropole Roubaix Tourcoing, 49 rue de Lille, 59200 Tourcoing

Le Kamishibai offre aux familles une découverte artistique qui aide à explorer les émotions à travers l'image et le récit.

Organisé par la Maison des parents Métropole Roubaix-Tourcoing, avec la présence d'une éducatrice de Jeunes enfants | Atelier parents/enfants (0- 3 ans) | INSCRIPTION : Maison des parents : 03 74 49 08 27

Mardi 6 octobre

• **Voyage créatif**

De 18h à 20h // Centre Social des 3 quartiers, Boulevard d'Halluin, 59200 Tourcoing

Espace d'expression artistique qui contribue à un mieux être grâce à une reconnexion à soi et à la libération de ses émotions.

Organisé par Maison des parents Métropole Roubaix-Tourcoing | Atelier créatif pour les parents du centre social | INSCRIPTIONS : Maison des parents : 03 74 49 08 27

Mercredi 7, samedi 10, mercredi 14, samedi 17 octobre

• **Atelier d'éveil musical**

Comptines, découvertes des vibrations sonores du Djembé et du violoncelle, approche du rythme. (45 min par atelier).

2 séances par journée :

1^{re} séance : 12 enfants maxi (2 à 4 ans) +

2 accompagnants (parent et/ou fratrie)

2^e séance : 10 enfants maxi (0 à 2 ans) +

1 accompagnant (parent)

Conservatoire, rue Denis Paulet, 59150 Wattrelos

MERCREDI 7 octobre : à 14h et à 15h

MERCREDI 14 octobre : à 16h15 et à 17h15

SAMEDI 10 et 17 octobre : à 10h et à 11h

Organisé par le Conservatoire de Wattrelos |

INSCRIPTIONS : Relais Petite Enfance : 03 20 65 51 05

Mercredi 7 octobre

• **« T'as capté x Hip Hop Addiction » Quartiers Sud**

De 14h à 18h // Terrain Fontier, 54 Cour Fontier, 59100 Roubaix

• **14h-16h** : stands tenus par des professionnels du soin et de la santé (mentale), et les structures socio-éducatives, activités sportives et culturelles ;

• **17h-18h** : concert (chant, danse...).

Organisé par le Centre social Assia Djebar, CCAS de Roubaix, Association DA-MAS | Tout public à partir de 13 ans | Entrée libre, activité en plein air | INFORMATIONS : Cesar Paulo Massano : damasproductionfamily@gmail.com

• **Jeu photos « D'où qu'chest à ch't'heure ? »**

De 10h à 11h30 // Musée des Arts et Traditions,
96 rue François Mériaux, 59150 Wattrelos

Des photos d'anciens sites wattreloisiers répartis dans le Musée... Serez-vous les reconnaître ?

Organisé par le Musée des Arts et Traditions Populaires de Wattrelos | Réservé aux plus de 12 ans | Nombre de places limité | INSCRIPTION OBLIGATOIRE : Musée des Arts et Traditions : 03 20 81 59 50 // à l'accueil du musée

Mercredi 7
et samedi 10 octobre

• **La vie rurale au XIX^e siècle**

De 14h30 à 16h30 // Musée des Arts et Traditions,
96 rue François Mériaux, 59150 Wattrelos

Visite guidée qui invite à un plongeon dans le monde rural et commerçant des deux derniers siècles. Boisson chaude et douceur sucrée offerte au terme de la visite.

Organisé par le Musée des Arts et Traditions Populaires de Wattrelos | Tout public | Nombre de places limité | INSCRIPTION OBLIGATOIRE : Musée des Arts et Traditions Populaires : 03 20 81 59 50 // à l'accueil du musée

Jeudi 8 octobre

• **Voyage créatif**

De 9h à 11h // Centre social et Culturel Bourgogne
- Petite crèche « L'Envol », 24 avenue Roger
Salengro, 59200 Tourcoing

Espace d'expression artistique qui contribue à un mieux-être car il permet de se reconnecter à soi et à libérer ses émotions.

Organisé par la Maison des Parents Métropole, Roubaix-Tourcoing | Public : groupe ouvert à destination des parents | INSCRIPTION : Maison des Parents : 03 74 49 08 27

• **« Balance ta charge »,
Journée atelier artistique**

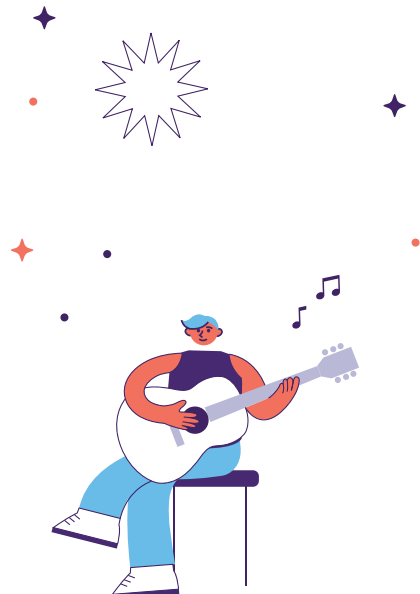
De 10h à 16h // FAL, 20 rue de Lille, 59100 Roubaix

Un temps de création artistique collective autour de la charge mentale des femmes. À travers le collage, la peinture et la photographie, représentons ensemble ce qui pèse au quotidien et impacte nos vies en tant que femmes. Un espace pour rendre visible l'invisible et transformer nos vécus en une fresque commune, engagée et expressive.

Au programme :

Accueil, temps de sensibilisation à l'égalité femmes-hommes, temps de création artistique, repas partagé (chacune apporte un repas froid et ses couverts), reprise de l'atelier créatif l'après-midi, fin à 16h

Organisé par Place des Femmes | Public de de genre féminin à partir de 15 ans | 12 personnes maximum | INSCRIPTION : placedesfemmes59@gmail.com // Fanny Vanlerberghe par SMS : 07 43 63 30 97



• L'Art des mets

De 14h à 16h // **Lycée Lavoisier, 31 rue Lavoisier, 59100 Roubaix**

3 ateliers au programme :

- Atelier 1 : fabrication d'un dessert à base de légumes, encadrés par les élèves et la nutritionniste ;
- Atelier 2 : L'art du dressage
- Atelier 3 : Activité artistique

Organisé par le Lycée Lavoisier | Tout public |
10 places grand public et 10 places CMP |
INSCRIPTION : lycée Lavoisier, M^{me} Berger :
03 20 73 88 05

• Sensibilisation à la santé mentale

De 14h à 16h // **Maison des Parents, 49 rue de Lille, 59200 Tourcoing**

Temps d'informations et d'échanges autour de la santé mentale. Cette sensibilisation est animée par Sophie Danel en charge de parcours social au CREHPSY.

Organisé par la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing | Tout public | INSCRIPTION :
Maison des Parents : 03 74 49 08 27

Samedi 10 octobre

• Dictée à la plume

De 10h à 11h30 // **Musée de Wattrelos, 96 rue François Mériaux, 59150 Wattrelos**

Une dictée comme autrefois. Pour se replonger dans l'ambiance d'une salle de classe de début du 20^e siècle.

Organisé par Musée des Arts et Traditions Populaires | Public : plus de 12 ans | Nombre de places limité |
INSCRIPTION : Musée des Arts et Traditions Populaires // 03 20 81 59 50 // à l'accueil du musée.

• Lecture sensorielle à partir d'un album jeunesse

De 10h30 à 11h30 // **Médiathèque de Roubaix, 2 rue Pierre Motte, 59100 Roubaix**

Nous vous invitons à une lecture immersive qui convoque l'essence pour mieux explorer



les mots et les images de l'album et du récit. Laissez-vous guider dans cette expérience de lecture peu commune menée par les bibliothécaires. En route pour une promenade apaisante.

Organisé par la médiathèque de Roubaix |
À partir de 10 ans | INSCRIPTION en ligne sur le site de la médiathèque de Roubaix, sur place ou au
03 20 66 45 00

• Portes ouvertes du CMP 59G15

De 10h à 16h // **CMP 59G15, 91 rue du Dr Victor Leplat, 59150 Wattrelos**

Au programme :

- Visite de la structure
- Présentation des missions du CMP par les professionnels de santé
- Découverte de l'offre de soins, du parcours de soins et des modalités d'accompagnement

Organisé par l'EPSM de l'agglomération lilloise – Centre Médico-Psychologique (CMP) | À partir de 16 ans |
Entrée libre | Contact ALA Morwan 03 20 89 46 20



• **Madame Bovary, ma mère et moi, lecture musicale**

À 16h à 17h30 // **Médiathèque de Roubaix,**
2 rue Pierre Motte, 59100 Roubaix

Samira El Ayashi, romancière originaire de Lens, accompagnée de ses musiciens, vous invite à une lecture musicale. Au format original ou littérature, musique et danse, dialogues dans une expérience immersive et sensible. Son dernier roman, « Madame Bovary, ma mère et moi », rendent un hommage puissant aux mères arrivées le cadre du regroupement familial. À travers ce récit, l'autrice explore la mémoire familiale, la maternité, les héritages culturels et les trajectoires migratoires qui traversent et façonnent les générations.

Accompagnée de Kamal Lmimouni et Adil Atamanni à la derbouka, elle donne vie à ses textes dans une proposition artistique où les mots se mêlent aux rythmes et aux mouvements. Une traversée littéraire et musicale qui célèbre les imaginaires et les cultures du bassin méditerranéen. La soirée se prolongera avec une CHTAH PARTY (danse).

Organisé par la médiathèque de Roubaix | Tout public
 | Entrée libre

Dimanche 11 octobre

• **Wanderstop, l'art de ralentir**

De 15h30 à 16h30 // **Médiathèque de Roubaix,**
2 rue Pierre Motte, 59100 Roubaix

Découvrez Wanderstop, un jeu vidéo où vous incarnerez une ancienne combattante qui gère une boutique de thé. À travers une expérience calme et chaleureuse, le jeu aborde avec sensibilité des thématiques telles que le burn-out, la pression de la performance...

Organisé par la Médiathèque de Roubaix | À partir de 15 ans | SUR INSCRIPTION en ligne sur le site de la médiathèque, sur place ou par téléphone au 03 20 66 45 00

• **Journaling - Atelier d'écriture**

De 15h à 17h // **Médiathèque de Roubaix,**
2 rue Pierre Motte, 59100 Roubaix

Et si l'écriture avait un pouvoir thérapeutique ? Dans le cadre des Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM), venez découvrir les multiples formes de journaling lors d'un atelier d'écriture. Une invitation à expérimenter différentes approches pour trouver celle qui vous convient le mieux et prendre un temps pour vous.

Organisé par la Médiathèque de Roubaix | À partir de 15 ans | SUR INSCRIPTION en ligne, sur place ou par téléphone au 03 20 66 45 00



Lundi 12 octobre

• **Création - Expression de soi**

De 14h à 16h // **GEM Fraternelle, 355 boulevard Gambetta, 59200 Tourcoing**

Venez explorer vos sens, vos émotions et vos ressources personnelles à travers une démarche créative basée sur des images issues de revues. Cet atelier met en valeur les capacités de chacun et encourage l'expression de soi. Les participants pourront utiliser différentes techniques, telles que le découpage, le collage, ou toute autre forme de création libre.

Organisé par le GEM Fraternelle | Ouvert à tous | 12 participants max. | SUR INSCRIPTION : GEM Fraternelle // contact@fraternative.fr // 03 20 53 34 58

• **La parenthèse du mieux-être**

De 14h à 16h // **Maison des Parents, 49 rue de Lille, 59200 Tourcoing**

La Parenthèse du mieux-être est un espace d'expression et d'écoute destiné à accompagner les familles dans le partage de leurs émotions et à favoriser une meilleure compréhension mutuelle.

Organisé par la Maison des Parents | Tout public | INSCRIPTION : Maison des Parents : 03 74 49 08 27

Mardi 13 octobre

• **Voyage créatif**

De 9h à 11h // **Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing, 49 rue de Lille, 59200 Tourcoing**

Le Voyage créatif est un atelier d'expression artistique qui invite les parents à se reconnecter à eux-mêmes à travers la création. Un temps pour explorer ses émotions, favoriser le mieux-être et laisser libre cours à sa créativité dans un cadre bienveillant.

Organisé par la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing | Public : groupe ouvert aux parents | SUR INSCRIPTION : Maison des Parents : 03 74 49 08 27

Mercredi 14 octobre

• **Voyage créatif**

De 9h30 à 11h30 // **Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing, 49 rue de Lille, 59200 Tourcoing**

Le Voyage créatif est un atelier d'expression artistique qui invite les parents à prendre un temps pour eux. À travers différentes activités créatives, chacun est amené à se reconnecter à soi, à exprimer ses émotions et à favoriser son bien-être dans un cadre bienveillant.

Organisé par la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing | Public : groupe ouvert aux parents | SUR INSCRIPTION : Maison des parents : 03 74 49 08 27

• Journée intergénérationnelle SISM

De 9h à 17h30 // **Maison des Associations, 2 rue Pierre Brossolette, 59150 Wattrelos**

Cette journée intergénérationnelle propose un temps de rencontre et de partage autour de la santé mentale à travers plusieurs ateliers et échanges.

Au programme :

Atelier d'art-thérapie, atelier de musicothérapie, atelier théâtre, temps d'échanges animés par des professionnels de la santé mentale et des intervenants artistiques et débat autour de la santé mentale.

Organisé par le Service Animation C.C.A.S. « Nouvel Âge » | Public : 10 personnes à partir de 60 ans et 10 jeunes de 16 à 25 ans | INSCRIPTION OBLIGATOIRE auprès du CCAS de Wattrelos : 03 20 81 65 09 ou Mission locale Wattrelos/Leers : 03 20 89 89 19

• Forum santé mentale et arts

De 14h à 17h // **Hôpital Lucien Bonnafé, 140 rue de Charleroi, 59100 Roubaix**

À l'occasion des Semaines d'information sur la santé mentale, venez rencontrer des professionnels de santé mentale et participer à des ateliers mêlant expression artistique, bien-être et échange.

Au programme :

- Yoga et art
- Atelier de maquillage artistique « Notre corps, notre art, notre équilibre » ;
- Atelier « Matière et émotion » ;
- Atelier « Sens'Art » ;
- Stands d'information autour de la santé mentale.

Organisé par la CPTS (Communauté Professionnelle Territoriale de Santé) de Roubaix et l'EPSM de l'agglomération lilloise | Ouvert à tous | Entrée libre | INSCRIPTION : ghtpsy-npdc.fr

Vendredi 16 octobre

• Théâtre forum santé mentale

De 16h à 19h30 // **Amphithéâtre de l'OMEP, 32 rue Jean Castel, 59150 Wattrelos**

Un théâtre forum sur la santé mentale proposera des saynètes interactives destinées aux jeunes, aux familles et aux professionnels. Inspirées des réalités du territoire, elles favoriseront la prévention, la déstigmatisation et le dialogue. Les échanges seront enrichis par les interventions des éducateurs d'Horizon9, du CREPHSY, afin de mieux identifier les difficultés rencontrées et les ressources disponibles.

Entrée libre | INFORMATIONS : 06 19 51 75 95

• Écrans, alimentation et agitation

De 18h30 à 19h30 // **Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing, 49 rue de Lille, 59200 Tourcoing**

Le saviez-vous ? Une consommation excessive de sucre peut avoir un impact sur la santé mentale en favorisant une instabilité émotionnelle et une augmentation de l'anxiété. Animé par Élodie Jolain, naturopathe, ce temps d'information et d'échange propose aux parents d'explorer de manière ludique et concrète les liens entre les écrans, l'alimentation et le bien-être émotionnel.

Organisé par la Maison des Parents Métropole Roubaix-Tourcoing | Public : parents | SUR INSCRIPTION : maisondesparents.roubaixtourcoing@epdsae.fr // 03 74 49 08 27

• Art et Pilates

De 18h à 19h30 // **Musée La Piscine, 59100 Roubaix**

Découvrez une façon originale d'explorer votre corps grâce au Pilates, au cœur des collections du musée. Guidée par un professionnel, cette séance associe pratique corporelle et découverte d'œuvres d'art, pour une expérience mêlant mouvement, observation et bien-être. Les participants sont invités à venir en tenue de sport et à apporter un tapis (ou à en faire la demande lors de l'inscription).

Organisé par le service des Sports et de la Culture - Musée La Piscine | Public : Enfants de plus de 8 ans et adultes (18 places max.) | SUR INSCRIPTION : avervliet@ville-roubaix.fr

Vendredi 16 Octobre

• Mon bingo drag - Blind Test

À partir de 19h30 // Salle des Fêtes Municipale
Alfred Dequesnes, 46 Rue Jean Baptiste Bonte,
59491 Villeneuve-d'Ascq

Performance artistique et sensibilisation
à la santé mentale autour d'un Blind test
animé par des artistes drag.

Organisé par la Ville de Villeneuve d'Ascq
en collaboration avec le GEM Amitié et
Partage, l'UNAFAM, l'Université de Lille, le
Conseil Intercommunal en Santé Mentale
du Val de Marque et la RHJ Béthanie

Ouvert à tous (100 personnes max) | INSCRIPTION
et RENSEIGNEMENT : Conseil Intercommunal en
Santé Mentale du Val de Marque, Quentin FAUVEL,
gfauvvel@villeneuve-d'ascq.fr // 03 28 80 54 92 //
via le QR-Code :



Samedi 17 Octobre

• Noires Mines Samir

À partir de 20h // La Ferme d'en Haut,
268 Rue Jules Guesde, 59650 Villeneuve-d'Ascq

« Noires Mines Samir » est un seul-en-scène
inspiré du témoignage réel d'un homme
rencontré en hôpital psychiatrique. Le
spectacle retrace le parcours de Samir,
sixième enfant d'une famille d'immigrés
algériens, qui découvre son homosexualité
à l'adolescence dans un contexte marqué
par la violence, les addictions et le rejet.
À l'approche de ses 50 ans, il revisite les
souvenirs de sa jeunesse, entre douleur,
humour et résilience.

À travers ce récit intime, la pièce aborde
avec sensibilité des thèmes tels que la
santé mentale, l'identité, l'exclusion et la
transmission, tout en portant un message
d'espoir et de fraternité.

Organisé par la Ville de Villeneuve d'Ascq | Ouvert à
tous | INSCRIPTION sur le site de la Ferme d'en Haut :
<https://billetterie-lafermedenhaut.villeneuve-d'ascq.fr/fr-FR/accueil> | INFORMATIONS : Quentin FAUVEL,
gfauvvel@villeneuve-d'ascq.fr // 03 28 80 54 92

Mercredi 7 et 14 Octobre

• Atelier d'art plastique « La magie du bout des doigts »

De 14h30 à 16h // Session 1 (Mercredi 7 Octobre) :
59152, Chéreng // Session 2 (Mercredi 14 Octobre) :
59510, Forest-sur-Marque

Atelier offrant un espace d'expression créative
et de partage, favorisant le bien-être, la
confiance en soi et les échanges.
À travers différentes pratiques artistiques,
vous découvrirez les bienfaits de la création
sur la santé mentale dans un cadre convivial
et bienveillant.

Organisé par le Conseil Intercommunal en Santé
Mentale du Val de Marque | Ouvert à tous
(15 personnes par atelier) | INSCRIPTION : Quentin
FAUVEL gfauvvel@villeneuve-d'ascq.fr // 03 28 80 54 92

Vendredi 9 Octobre

• Portes ouvertes et chorale inclusive

De 17h30 à 19h // Cric-Crac, 53 Avenue du Bois,
59650 Villeneuve-d'Ascq

Des portes ouvertes accompagnées d'une
chorale inclusive permettant la valorisation
des initiatives locales en faveur du bien-être
et du lien social.

Organisé par l'école de musique Cric-Crac | Ouvert à
tous | SANS INSCRIPTION



Mardi 13 Octobre

• Atelier de chant prénatal

De 15h à 16h // **Cric-Crac, 53 Avenue du Bois, 59650 Villeneuve-d'Ascq**

Ce temps d'échange et de détente vous permettra de découvrir les bienfaits de la voix sur le bien-être, le lien parent-enfant et la gestion des émotions.



Organisé par l'école de musique Cric-Crac | Ouvert à tous | SUR INSCRIPTION via le QR-Code | INFORMATIONS : Quentin FAUVEL, gfaugel@villeneuve-dascq.fr // 03 28 80 54 92 ou l'association contact@criccrac.fr // 06 33 14 36 25

Samedi 10 Octobre

• Atelier vannerie

De 14h à 16h et de 16h à 18h // **Maison des Genêts, 2 Rue des Genêts, 59650 Villeneuve-d'Ascq**

Un atelier de vannerie permet de favoriser le bien-être, la créativité et les échanges. Cette activité manuelle permet à chacun de découvrir les techniques de base du tressage tout en profitant d'un moment de détente et de concentration.

Organisé par la Ville de Villeneuve d'Ascq | Ouvert à tous (7 personnes par atelier) | INSCRIPTION : Quentin FAUVEL, gfaugel@villeneuve-dascq.fr // 03 28 80 54 92

• Éveil musical parents et bébés de 0 à 3 ans

De 16h15 à 17h15 // **Cric-Crac, Cric-Crac, 53 Avenue du Bois, 59650 Villeneuve-d'Ascq**

Un temps de partage suspendu dans l'auditorium de Cric Crac pour éveiller les plus-petits au monde sonore et musical ; des rituels pour se rassurer : des comptines et jeux de doigts des explorations sonores et musicales des rondes et jeux dansés.



Organisé par l'école de musique Cric-Crac | Ouvert à tous | SUR INSCRIPTION via le QR-Code | INFORMATIONS : Quentin FAUVEL, gfaugel@villeneuve-dascq.fr // 03 28 80 54 92 // l'association contact@criccrac.fr // 06 33 14 36 25



Vendredi 9 octobre

• Journée d'étude Art, psychiatrie et archives

De 8h30 à 17h30 // Salle polyvalente de l'EPSM Lille Métropole, 104 Rue du Général Leclerc, 59280 Armentières

Le réseau Ascodocpsy et l'EPSM Lille-Métropole vous invitent à une journée d'étude consacrée aux pratiques artistiques et culturelles en psychiatrie, autour du thème « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ». Cette journée a pour objectif de favoriser le partage d'expériences et la mise en réseau des professionnels exerçant des missions proches (référénts culturels, équipes de médiation) à l'échelle régionale et nationale, et donner la parole à toutes celles et ceux qui portent des projets artistiques et culturels en santé mentale.

Au programme : conférence et ateliers pratiques

Organisé par le service culture de l'EPSM Lille Métropole et le réseau ASCODOCPsy | Gratuit (150 personnes) | INSCRIPTION et détail du programme : epsm-lille-metropole.fr/index%20php/journee-detude-art-psychiatrie-archives | INFORMATIONS : astrid.lieven@ghtpsy-npdc.fr // 03 20 10 20 66 / 06 74 35 03 92



Du 8 octobre au 7 Novembre

• Exposition « Pour notre santé mentale, ouvrons-nous aux arts ! »

Médiathèque Ducarin, 34 Rue de Quesnoy, 59560 Comines

Vernissage le Jeudi 8 Octobre 2026 à 18h30.

Les usagers et professionnels du pôle de psychiatrie de la vallée de Lys (Pôle 59G18) en partenariat avec l'école d'arts plastiques de Comines, vous invitent à découvrir les créations réalisées dans les différents services de soins ou lors d'actions culturelles sur l'EPSM Lille-Métropole.

Sculptures en bois, peintures, photos, textiles : L'exposition souhaite mettre en lumière ce que l'art et la culture apportent dans le parcours de soin, vecteur de rencontre, de rétablissement, de mieux être et de lien social.

Organisé par le Pôle G18 | Ouvert à tous | Entrée libre

Samedi 10 octobre

• Dans l'estuaire des mots

À 15h // Médiathèque L'Albatros, rue Paul Pouchain, 59280 Armentières

Ces ateliers seront menés par deux artistes, Isabelle Françaix, photographe, et Philippe Cloes, comédien. Cette lecture sera suivie d'un débat - discussion autour de l'intérêt des projets culturels et artistiques pour les patients : comment participer à un projet artistique contribue au processus de rétablissement des usagers ?

Organisé par le service culture de l'EPSM Lille-Métropole en partenariat avec la ville d'Armentières | Ouvert à tous (90 personnes max) | Gratuit | INFORMATIONS ET INSCRIPTION : Astrid Lieven, astrid.lieven@ghtpsy-npdc.fr // 06 74 35 03 92

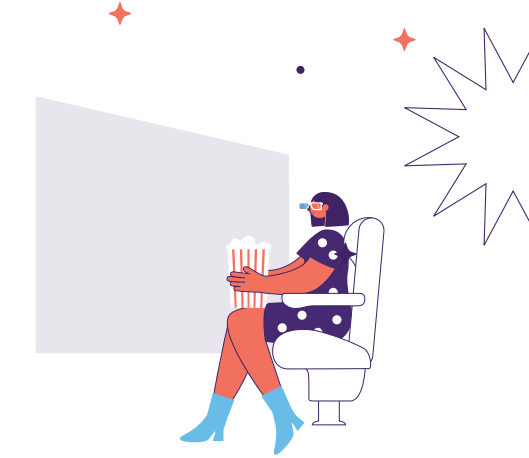
Mardi 13 Octobre

• Ciné débat « Her », l'intelligence artificielle, l'IA, votre meilleur confident ?

À 19h // Cinéma Le Familia, rue Jacquard,
59250 Halluin

À l'occasion des Semaines d'Information sur la Santé Mentale 2026, l'équipe de santé mentale du secteur de la Vallée de la Lys, vous propose la diffusion du film « HER » de Spike Jonze. L'occasion de parler de la place de l'IA dans nos vies par l'intermédiaire d'un ciné-débat : est-elle votre meilleure amie, votre conseillère, votre médecin traitant, votre infirmière, votre travailleur social, votre juriste... ?

Organisé par le Pôle 59G18 | Sur inscription



EPSM Val de Lys-Artois // Béthune

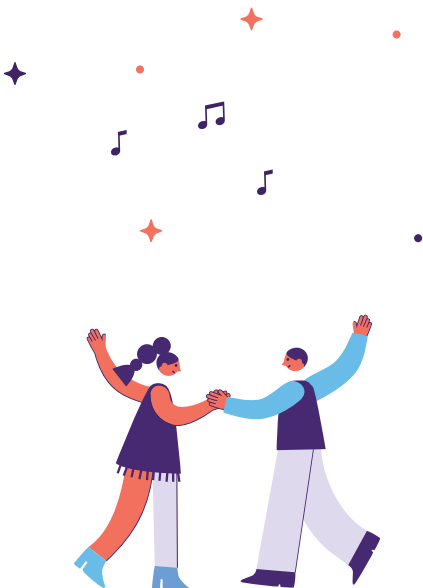
Mercredi 14 octobre

• Marche accompagnée Patient et Aidant

De 13h30 à 17h // CMP de Béthune, 195 Boulevard Basly,
62400 Béthune

La marche accompagnée s'inscrit dans la continuité du programme Profamille (programme d'éducation thérapeutique destiné aux aidants de personnes vivant avec une schizophrénie). Cette marche vise à valoriser la place des aidants et les soutenir, favoriser la rencontre, la solidarité et la déstigmatisation et promouvoir l'activité physique, acteur du bien-être mental. Elle s'accompagnera d'arrêt à des stands pour découvrir les structures d'accompagnement du territoire.

Organisé par l'équipe Profamille | Ouvert à tous :
personnes vivant avec un trouble de santé mentale,
aidants, professionnels, associations et partenaires |
INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS : Madame Boitel Maëva
au 06 82 32 82 42 (du lundi au vendredi de 9h à 17h)



www.semaines-sante-mentale.fr

Cette programmation est organisée par les Conseils Locaux de Santé Mentale, les lieux de concertation et de coordination entre les élus locaux du territoire, les établissements de santé mentale, les usagers et les aidants.

CONTACTS

Conseil Lillois de Santé Mentale (CLSM)

03 20 49 56 14
clsm@mairie-lille.fr

EPSM Lille-Métropole

03 20 10 20 10
epsm-lm.fr

Conseil Local de Santé Mentale de l'agglomération roubaisienne (CLSM)

CCAS de Roubaix
03 20 81 57 41

Conseil Intercommunal de Santé Mentale du Val de Marque (CISM)

03 28 80 54 92

EPSM Val de Lys-Artois

03 21 63 66 00
communication.vla@ghtpsy-npdc.fr

PLUS D'INFORMATIONS SUR :
epsm-al.fr // epsm-lm.fr // epsm-vdla.fr

TOUT LE PROGRAMME SUR LE SITE :
ghtpsy-npdc.fr

