



Semaines d'information
sur la santé mentale

PROGRAMME DU CLSM
DE L'AGGLOMÉRATION ROUBAISIENNE

36^e
ÉDITION

Pour notre
santé mentale,
réparons
le lien **social**

du 6 au 19 octobre 2025



JEUDI 9 OCTOBRE // 13h30-16h30

Maison des associations de Roubaix, 24 Place de La Liberté à Roubaix

Chasse au trésor : « À la recherche du lien »

Parcours interactif avec QR codes autour de la santé mentale et du lien social (sous forme de chasse au trésor). Associations et structures tiendront un stand de présentation et d'information. Goûter proposé gratuitement au public.

Organisé par GEM « La Pause » – 06 02 01 25 46. Ouvert à tous.

JEUDI 9 OCTOBRE // 18h

Mégarama, 47 Grande rue, Roubaix (métro : Eurotéléport)

« Ouf qui peut » : concert-débat

Un concert débat unique avec musique, impro, scènes jouées et dessins en direct pour échanger et s'exprimer librement autour de la santé mentale.

Organisé par « Horizon 9 ». Ouvert à tous

Renseignements : Sandrine Guerreiro, éducatrice spécialisée : 06 45 11 93 13

VENDREDI 10 OCTOBRE // 20h à 23h ouverture des portes dès 19h

Théâtre Pierre de Roubaix, 78 boulevard de Belfort à Roubaix

Soirée comédie théâtrale avec la compagnie Mandragore

Venez passer un moment de rire avec la Troupe de théâtre Mandragore de Roncq !

Un week-end à la campagne entre amis tourne au vinaigre quand un téléphone mal verrouillé révèle ce que vos « meilleurs amis » pensent vraiment de vous... Rires et règlements de comptes garantis !

Gratuit - Places limitées. Organisé par la CPTS de Roubaix. Ouvert à tous.

Informations : Mickael Troquette : coordinateur@cptsderoubaix.fr

<< Inscriptions *via* le QR code



JEUDI 16 OCTOBRE // 9h à 17h

Association « Ensemble Autrement », 10 rue de Lannoy à Roubaix

Moments partagés : santé mentale et rencontre au cœur du lien social

L'association « Ensemble Autrement », en co-organisation avec le GEM « La Pause » et l'EPSM, vous invite à une journée dédiée à la santé mentale et au lien social. La matinée se déroulera sous forme de forum, avec la présence de stands d'information animés par plusieurs associations partenaires de la MEL.

À midi, un **cylo truck** sera sur place pour une **pause gourmande et conviviale**.

L'après-midi sera rythmée par différents **ateliers participatifs** :

- Réparation de vélos avec L'Autre Cycle (EPSM)
- Ateliers de théâtre et expression (sur inscription) de 13h30 à 15h et de 15h à 16h30.
- Ateliers de socio-esthétique (sur inscription) de 13h30 à 15h et de 15h à 16h30.
- Ateliers modelage des mains (sur inscription) de 14h à 16h.

Venez découvrir, échanger, participer... et faire du lien autrement !

Atelier théâtre, socio esthétique et modelage sur inscription obligatoire !

Organisé par l'association « Ensemble Autrement ». Ouvert à tous.

Inscriptions : Gaëtan Beurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90

LUNDI 6 OCTOBRE

« La pause partagée » : atelier autour des compétences psychosociales

De 14h à 17h // **Siège de l'association « Ensemble Autrement », 105 rue de Lannoy à Roubaix**

La Cité éducative de Roubaix, accompagnée du centre social du Pile, vous invitent à découvrir et expérimenter différents jeux favorisant le développement de vos compétences psychosociales, dans une démarche visant à renforcer votre bien-être mental et vos relations interpersonnelles.

Organisé par l'Association « Ensemble Autrement ». Ouvert à tous (max. 10 personnes).

Inscriptions : Gaëtan Beaurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90

Exposition « la camaraderie » et pot de l'amitié

De 14h à 17h // **GEM « La Pause », 57 Avenue Roger Salengro à Roubaix**

Exposition de photographies et d'écrits réalisés par les adhérents du GEM, suivi d'échanges autour d'un goûter.

GEM « La Pause » : 06.02.01.25.46

MARDI 7 OCTOBRE

Bouger ensemble, se poser autrement : atelier yoga et tisane relaxante

De 14h à 16h // **Centre Social des 4 Quartiers, 135 avenue Roger Salengro à Roubaix**

Ouvert à tous (max. 12 personnes).

Organisé par l'association « Ensemble Autrement ».

Inscriptions : Gaëtan Beaurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90

« Atelier pâtisserie participatif »

De 14h à 17h30 // **GEM « La Pause », 57 Avenue Roger Salengro à Roubaix**

Confection de cookies, muffins et brownies.

Ouvert à tous.

GEM « La Pause » : 06.02.01.25.46

MERCREDI 8 OCTOBRE

Marche en pleine conscience

De 9h à 12h // **Restaurant Quanta, Parc du Héron, à Villeneuve d'Ascq**

Expérience de marche en pleine conscience au cœur du Parc du Héron. Départ à 9h autour d'un petit déjeuner offert par le restaurant Quanta puis marche pendant 1h30, à un rythme lent, en silence. Certains passages se feront même à reculons pour éveiller d'autres sensations.

Accessible à tous, tenue adaptée à l'activité et des chaussures de marche. Ouvert à tous (max. 30 personnes).

Organisé par l'association « Ensemble Autrement ».

Inscriptions : Gaëtan Beaurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90

Journée portes ouvertes avec ateliers parents/enfants

De 9h30 à 12h / de 14h à 17h30 //

Ville de Wattrelos, relais Petite Enfance, rue Stalingrad, Wattrelos

Ateliers sur l'estime de soi, culpabilisation, postpartum, salle Snoezelen. Enfants de 4 à 10 ans. 10 personnes par atelier.

Inscription gratuite au RPE : 03 20 65 51 05

Atelier de linogravure

De 14h à 17h // **GEM « La Pause », 57 Avenue Roger Salengro à Roubaix**

Animé par Maxime Richard. Limité à 20 personnes.

Inscriptions au 06.02.01.25.46

JEUDI 9 OCTOBRE

« Ne perdez pas le fil »

De 14h à 16h // **Manufacture de Roubaix, 29 avenue Julien Lagache, à Roubaix**

Invitation à découvrir ou redécouvrir le tricot comme une pratique apaisante, ludique et profondément humaine. Une vrai tricot-thérapie !

Organisé par l'association « Ensemble Autrement ».
Ouvert à tous (max. 20 personnes).

Inscriptions : Gaëtan Beaurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90

JEUDI 9 OCTOBRE

Ateliers interactifs et temps d'échanges

De 14h à 17h30 // **Maison des Associations, 2 rue Pierre Brossolette, 59150 Wattrelos**

3 ateliers de 45 min avec des temps de pause de 10 min ; jeux interactifs et ludiques pour déstigmatiser la santé mentale, escape game ; apprendre à se connaître pour mieux interagir avec les autres ; temps d'échanges avec des professionnels.

Stand d'information sur les troubles psychiques et le handicap psychique par le CREHPSY.

Organisés par l'association « Horizon 9 ».

Contact : Bawélé BEDE KPATCHA,
Horizon 9 : 06 01 41 40 79

VENDREDI 10 OCTOBRE

Après-midi « Bien-Être », et informations sur la santé mentale

De 14h à 19h // **Théâtre Pierre de Roubaix, 78 boulevard de Belfort à Roubaix**

Un après-midi pour prendre soin de son corps, apaiser son esprit et équilibrer ses énergies dans la bonne humeur. Différents ateliers seront proposés : massages, respiration, art-thérapie, soin énergétique, etc. Collations disponibles sur place. Entrée libre et gratuite Organisé par la CPTS de Roubaix.
Ouvert à tous.

Informations : Mickael Troquette :
coordinateur@cptsderoubaix.fr

Atelier réparation vélo et lutte contre la stigmatisation

De 14h à 17h // **GEM « La Pause », 57 Avenue Roger Salengro à Roubaix**

En partenariat avec « L'Autre cycle ». Ouvert à tous.

GEM « La Pause » : 06 02 01 25 46

SAMEDI 11 OCTOBRE

Séance de sophrologie

De 10h à 12h // **GEM « La Pause », 57 Avenue Roger Salengro à Roubaix**

Sur inscription / GEM « La Pause » : 06 02 01 25 46

Initiation et découverte du tir à l'arc

De 10h à 11h30 // **Parc du Lion, Maison des jeux et traditions, entrée Jean Castel 59150 Wattrelos**

À partir de 7 ans.

Contactez l'office de tourisme au 03 20 75 85 86

LUNDI 13 OCTOBRE

« Gravons ensemble ! »

De 14h à 17h // **Association « Ensemble Autrement », 105 rue de Lannoy à Roubaix**

Atelier gravure proposé par Maxime Richard, graveur et passeur de gestes. Ouvert à tous (max. 12 personnes). Organisé par l'Association « Ensemble Autrement ».

Inscriptions : Gaëtan Beaurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90





Projection du film : « Le clos et le couvert »

De 14h à 17h30 // GEM « La Pause »,
57 Avenue Roger Salengro à Roubaix

Film produit par Détournement et réalisé par Tribu Documentaires. Co réalisation avec les adhérents du GEM « La Pause ». Synopsis : « Roubaisiens et roubaisiennes de longue date se retrouvent quotidiennement au GEM. Autour d'un café, d'un jeu, ils et elles se racontent leurs rêves, leurs vies, leur ville qui ne cesse de se transformer au fil des années. Dans ces 19 minutes de film, ils et elles vont faire le parallèle entre les édifices roubaisiens et leur propre architecture intérieure, la construction de soi ». Échanges / débat animé par Zacharie Robillon. Goûter proposé gratuitement.

GEM « La Pause » : 06 02 01 25 46

MARDI 14 OCTOBRE

Parlons santé mentale avec Nightline

De 14h à 17h // Association « Ensemble
Autrement », 105 rue de Lannoy à Roubaix

Un atelier d'intelligence collective animé par l'association « Nightline » afin de déconstruire les préjugés autour de la santé mentale.

Via différentes techniques d'animation et une trentaine de cartes. Organisé par l'association « Ensemble Autrement ».

Ouvert à tous (max. 8 personnes).

Inscriptions : Gaëtan Beurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90

MERCREDI 15 OCTOBRE

Journée Portes Ouvertes de l'Association Fraternelle

De 10h à 17h // 355 Boulevard Gambetta
à Tourcoing

Venez découvrir notre association Fraternelle avec toutes ses belles activités ! Ouvert à tous.

Informations : Justine Carette, éducatrice spécialisée : 03 20 53 34 58

VENDREDI 17 OCTOBRE

Échos du lien : écrire la santé mentale

De 10h à 12h // Association « Ensemble
Autrement », 105 rue de Lannoy à Roubaix

Le collectif Détournement vous propose un atelier d'écriture inédit, ouvert à toutes et tous pour la gazette mensuelle du quartier tiré à 400 exemplaires. L'objectif ? Porter l'écho de la voix des participants, les expériences, les échanges et les émotions vécues durant les SISM, à travers un regard sensible et collectif. En réparant les liens entre nous, c'est aussi en nous que quelque chose se répare. Ouvert à tous.

Inscription : Gaëtan Beurain : contact@ensembleautrement.fr / 03 20 73 08 90



SAMEDI 18 OCTOBRE

Atelier pâtisserie

De 14h à 17h30 // GEM « La Pause »,
57 Avenue Roger Salengro à Roubaix

Atelier pâtisserie participatif (chocolat, citron, yaourt, pommes). Ouvert à tous.

GEM « La Pause » : 06 02 01 25 46

Famille, ami-e-s, collègues, voisin-e-s... les violences conjugales expliquées aux proches des victimes

À partir de 14h // 20 rue de Lille à Roubaix

Explication du cycle des violences, de l'emprise, l'impact du psycho-trauma... les aller-retours vers l'agresseur... Organisé par l'Association « Place des Femmes ». Ouvert à tous.

Inscription : placedesfemmes59@gmail.com

Renseignements : Liotard Sylvie :
07 67 07 47 25



MERCREDI 22 OCTOBRE

Théâtre débat sur la santé mentale des jeunes

De 14h à 15h30 // Théâtre l'Aventure,
27 rue des écoles à Hem

Avec la troupe « La belle histoire ». Public jeune 12-18 ans (places limitées).

Organisé par la Mairie de Hem.

Inscriptions : 03 20 66 58 43 ou par mail : contact.polville@ville-hem.fr

Témoignages vidéo

Tout au long des SISM, au siège de l'Association « Ensemble Autrement », 105 rue de Lannoy à Roubaix

Une série de mini interview qui donne la parole aux personnes concernées par la santé mentale et aux professionnels et acteurs de l'inclusion sociale afin de témoigner sur l'importance du lien social pour une santé mentale optimale. L'objectif est de sensibiliser, déconstruire et mettre en lumière des parcours inspirants autour des différents pôles de l'association « Ensemble Autrement ». Ces mini interviews pourront être projetées au terme des SISM. Ouvert à tous

Inscriptions : Gaétan Beaurain :
contact@ensembleautrement.fr
03 20 73 08 90



www.semaines-sante-mentale.fr

Cette programmation est organisée par le Conseil Local de Santé Mentale de l'agglomération roubaisienne, des lieux de concertation et de coordination entre les élus locaux du territoire, les établissements de santé mentale, les usagers et les aidants.

CONTACTS

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

CCAS de Roubaix
03 20 81 57 41

PLUS D'INFORMATIONS SUR :

epsm-al.fr et epsm-lm.fr

TOUT LE PROGRAMME SUR LE SITE :

ghtpsy-npdc.fr

