35e ÉDITION

Semaines d'information sur la santé mentale

Sous le haut patronage du Ministère de la Santé et de la Prévention

Sous le haut patronage du Ministère des Sports et Jeux Olympiques et Paralympiques

EN MOUVEMENT POUR NOTRE SANTÉ MENTALE

7 - 20 OCTOBRE 2024

www.semaines-sante-mentale.fr

CC BY NC ND

EPSM DES FLANDRES
Établissement Public de Santé Mentale des Flandres

ALLURE FOLLE

Dunkerque

Dunkerque Grand Littoral
COMMUNAUTÉ URBAINE

B!B

apahm
Aide aux Personnes Agées ou à Handicap Moteur

STUDIO 43
LES ARTS DE LA SCÈNE ET DE L'ÉCRAN

Grande Synthe

Espace Santé du Littoral

UNAFAM
UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES MALADES ET/OU PRÉSENTANT UN HANDICAP PSYCHIQUE

LAAC

CCIV
Côte d'Opale

Dunkerquois
ville et agglomération

CAUDRY

PROGRAMME

Du 19 septembre au 20 octobre

Exposition de l'EPSM des Flandres «BRUT» au LAAC, une selection d'oeuvres d'Art et Psy au musée. Visible dans l'espace Salon du LAAC.

Lieu d'Art et d'Action Contemporaine (LAAC) de Dunkerque
302 avenue des bordées, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- C4 et C4A : arrêt FRAC - LAAC
- C3 : arrêt Fénelon

Vendredi 4 octobre de 9h30 à 11h30

L'Espace Santé du Littoral propose un **petit-déjeuner à destination des professionnels** qui se déclinera en trois parties :
- un premier temps de conférence avec la psychologue de l'Espace Santé du Littoral, Elsa Guiret, qui interrogera à la fois la notion de mouvement physique et psychique, à travers l'étude des interactions entre ces deux pôles et leur résonnance sur la santé mentale
- suivi d'un temps d'échanges avec les professionnels, autour de pratiques permettant de mobiliser ou remobiliser un public éloigné du lien social.
- puis d'une intervention de Romain Hembert, boxe-thérapeute, qui expliquera les enjeux de sa pratique, avec une courte démonstration.

Bourse aux associations
rue du 11 novembre, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- C1, C2, C4 et C6 : arrêt Île Jeanty

Afin de mieux vous accueillir, nous vous remercions de bien vouloir vous inscrire **en cliquant ICI** ou scannant le QR

Le nombre de place étant limité, vous serez informé par mail si votre demande a été validée. Si vous rencontrez des difficultés lors de l'inscription vous pouvez nous contacter sur le mail : kimjoly@esl-asso.fr

Mardi 8 Octobre à 14h

Portes ouvertes du Groupe d'Entraide Mutuelle (GEM) Atout'cœur. Le GEM Atout'cœur est une association auto-gérée qui promeut l'entraide entre les personnes concernées par une problématique de santé mentale et/ou un trouble psychique.

GEM Atout'Coeur
47 Allée des Récollets, 59760 Grande-Synthe
Accessible en bus par les lignes :
- C1 : arrêt Basroch
- C2 arrêt Clémenceau

Renseignements au 03 28 26 46 27

Mardi 8 octobre à 20h

Ciné-débat proposé par le Conseil Local de Santé Mentale de la Ville de Dunkerque autour du film «L'histoire de Souleyman» de Boris Lojkine. La projection est suivie d'un débat avec le Dr Christine Stevenard, psychiatre à l'EPSM des Flandres et Chloé St Martin, Psychologue à l'EPSM des Flandres.

Cinéma Le Studio 43 - Pôle Marine
Les 40 premières places sont gratuites
Réservation au 03 28 66 47 89 ou par mail contact@studio43.fr
Tarif normal 7€, 4,80€ pour les étudiants et demandeurs d'emploi, 4€ pour les moins de 14 ans.
Accessible en bus par les lignes C1, C2, C3, C4, C4A, C6, C6A, n°15, n°16, n°17, n°18, n°19, N1 et N2 : arrêt Dunkerque Gare

Mercredi 9 octobre de 10h à 16h

Journée des DYS
Au programme de cette journée, des conférences, des ateliers, des stands d'information, des témoignages de personnes concernées par les troubles DYS, ainsi que des temps d'échange et de partage pour sensibiliser le plus grand nombre de personne sur ces troubles spécifiques.

Bâtiment de l'Alliance à Dunkerque au Banc vert
rue Renée Verhecke, 59640 Dunkerque (Petite-Synthe)

Mercredi 9 octobre de 10h à 12h

Rendez-vous aux 4 écluses pour une **animation autour du jeu** pour un public adolescent. Découverte du jeu de l'oie du parcours du musicien et bien d'autres jeux en partenariat avec la Maison de Santé Pluriprofessionnelle du Kruysbellaert.

Inscription obligatoire sur : anne-sophie.lachery@ghtpsy-npdc.fr

Les 4 écluses
Rue de la Cunette, 59140 Dunkerque

Mercredi 9 octobre à 17h30

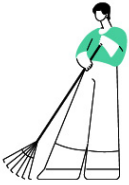
Visite de l'exposition de «Gérard Duchêne» - l'Appel du grand large puis **Biodanza** - sur des danses simples et accessibles à tous, la Biodanza vous fait redécouvrir le plaisir de bouger, de vibrer, de ressentir et d'exprimer ses émotions. Proposé par l'Envol dunkerquois / UNAFAM

Forum du Lieu d'Art et d'Action Contemporaine (LAAC) de Dunkerque
302 avenue des bordées, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- C4 et C4A : arrêt FRAC - LAAC
- C3 : arrêt Fénelon

Inscription par mail à juliette.nardella@ville-dunkerque.fr

Jeudi 10 octobre de 10h à 11h

Visite accompagnée du Jardin de Sculptures du LAAC.



Lieu d'Art et d'Action Contemporaine (LAAC) de Dunkerque
302 avenue des bordées, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- C4 et C4A : arrêt FRAC - LAAC
- C3 : arrêt Fénelon
Inscription par mail à juliette.nardella@ville-dunkerque.fr

Jeudi 10 octobre de 10h à 12h

La Maison de Santé Participative du Kruysbellaert présente une rencontre avec les participant-es du projet artistique CHRONIQUES SANTÉ mené avec l'artiste photographe Marie Manecy. Le projet s'intègre dans le cadre d'un projet régional impliquant 5 maisons de santé et pose la question de l'art comme vecteur de rétablissement et de mise en mouvement. La présentation du projet sera suivie d'un échange libre avec le public, d'une présent ation d'œuvres photographiques, un focus sera fait sur le projet « vivre en mouvement »

Halle aux Sucres
9003 route du Quai Freycinet 3 Môle 1
59140 Dunkerque

Jeudi 10 octobre de 13h30 à 17h

«ANXIÉTÉ» : La comprendre pour mieux la vivre.
Atelier d'échange autour de l'anxiété et partage d'outils concrets pour la réguler, animé par Lucie Bouteille, psychologue clinicienne à l'Espace Santé du Littoral et Marine Roere, animatrice en prévention santé à l'Espace Santé du Littoral.
Suivi d'une initiation à l'activité physique relaxante par un enseignant en activité physique adaptée de l'Espace Santé du Littoral.

Espace Santé du Littoral
2 rue St Gilles, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- Lignes C3, C6, C1 n°16 et n°18 : arrêt Pompiers
Places limitées, sur inscription à espacesantelittoral@esl-asso.fr
ou au 03 28 27 97 34

Jeudi 10 octobre à 15h

Marche nordique. Proposée par l'Envol dunkerquois / UNAFAM

À partir du poste de secours, digue de mer, près le Grand pavois, Malo-les-Bains, 59240 Dunkerque
Rendez vous au 1er parking à proximité)
Accessible en bus par la ligne C5, arrêt Grand Pavois
Renseignements au 06 37 40 78 21

Jeudi 17 octobre de 10h à 14h

Stand d'information sur le bien-être et le sport tenu par l'Aide aux Personnes Agées ou à Handicapée Moteur et le Service d'Accompagnement à la Vie Sociale Samsah.
Le SAVS Samsah de l'APAHM vous présentera des vélos adaptés au handicap moteur avec la possibilité pour vous de les tester. Des personnes en situation de handicap témoigneront en images de leur expérience du sport.
Vous seront également proposés des témoignages d'aidants familiaux sur le bien être et le répit par le sport : trouvez l'activité et le sport qui nous fait du bien , quelle sera la vôtre ? Nous serons là pour vous aider à la trouver !
L'APAHM et son SAVS Samsah vous proposent de venir discuter avec eux de l'alimentation et du rôle d'aidant.

Hall du Pôle Marine
19 rue des fusiliers marins, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes C1, C2, C3, C4, C4A, C6, C6A, n°15, n°16, n°17, n°18, n°19, N1 et N2 : arrêt Dunkerque Gare

Jeudi 17 octobre

Évènement autour du Pôle Obésité Littoral (POL) au collège du Septentrion à Bray-Dunes à destination des collégiens ou comment mettre en mouvement et en émotion un public adolescent.

Collége du Septentrion
1 rue du collége, 59123 Bray-Dunes

Jeudi 17 octobre à 15h

Marche nordique. Proposé par l'Envol dunkerquois / UNAFAM

À partir du poste de secours, digue de mer, près le Grand pavois, Malo-les-Bains, 59240 Dunkerque
Rendez vous au 1er parking à proximité
Accessible en bus par la ligne C5, arrêt Grand Pavois
Renseignements au 06 37 40 78 21

Vendredi 18 octobre à partir de 9h30

Petit-déjeuner de la santé mentale ouvert à tous, proposé par le Conseil Local de Santé Mentale de la ville de Dunkerque.
Présentation de deux partenaires du CLSM et de leurs missions en lien avec la santé mentale lors d'un moment convivial.

Lieu d'Art et d'Action Contemporaine (LAAC)
302 avenue des bordées, 59140 Dunkerque
Inscription souhaitée par mail à pierre-henri-vincke@cud.fr

Jeudi 17 et Vendredi 18 octobre de 10h à 11h30 et de 14h à 15h30

Atelier danse animé par Franck Beaubois de la Compagnie Mû.
Un temps d'atelier où des expériences sensibles permettront de rencontrer le musée autrement. Au travers de jeux physiques et perceptifs, nous nous autoriserons à explorer l'espace spécifique du lieu. Nous le découvrons du point de vue des sens: ce qui est tangible, ses textures, l'enveloppe de l'espace, et ce qui l'est moins sa lumière, ses volumes, son acoustique et ses distances.

Lieu d'Art et d'Action Contemporaine (LAAC)
302 avenue des bordées, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- C4 et C4A : arrêt FRAC - LAAC
- C3 : arrêt Fénelon
Réservation obligatoire à art.contemporain@ville-dunkerque.fr ou au 03 28 29 56 00

Vendredi 18 octobre de 14h à 16h

Intervention de Mr Romain Hembert, éducateur sportif formé à la boxe thérapeutique, auprès de 8 patients suivis dans le cadre des permanences d'écoute et de soutien psychologique de l'Espace Santé Jeunes à Dunkerque. L'objectif est de remobiliser des jeunes éloignés du lien social et de renforcer leur estime de soi par la boxe.

Proposé par l'Espace Santé Jeunes

Vendredi 18 octobre de 18h à 21h
Samedi 19 octobre de 10h à 18h

Workshop danse avec Patricia Kuypers de la Compagnie Mû.
Autour du contact improvisation, dans le cadre du festival Allure Folle (réservé aux professionnels danseurs)

Lieu d'Art et d'Action Contemporaine (LAAC)
302 avenue des bordées, 59140 Dunkerque
Accessible en bus par les lignes :
- C4 et C4A : arrêt FRAC - LAAC
- C3 : arrêt Fénelon
Réservation obligatoire à art.contemporain@ville-dunkerque.fr ou au 03 28 29 56 00

Samedi 19 octobre à 15h

Lecture publique de la pièce de théâtre «Passionnément à la folie» par la Compagnie Annaël de Juliette Andréa Thierrée et échanges. Suivie d'un goûter par Marie Galette. Proposé par l'Envol dunkerquois / UNAFAM

Auditorium de la B!B (bibliothéque de Dunkerque)
2 rue Benjamin Morel, 59140 Dunkerque
Inscription sur place ou par téléphone au 03 28 28 22 70
Accessible en bus par la ligne n°16, arrêt BiB

EPSM DES FLANDRES
Établissement Public de Santé Mentale des Flandres