Les Ateliers Mieux-Être qu'est-ce que c'est ?

1. Ce sont des **moments d'échange** autour de la santé mentale, la santé psychique **ouverts à tous**, et permettant à chacun de découvrir différents thèmes ou encore d'approfondir ses connaissances.

2. Ils permettent d'évoquer la santé mentale avec des membres d'associations, et des professionnels, **autour de témoignages** et ainsi de lutter contre les peurs, les tabous, les non-dits, et les représentations erronées.

3. Ils sont une possibilité pour tous de s'exprimer, de questionner, de **trouver des réponses** et des outils simples pour avancer, **dans une atmosphère de dialogue** où chacun est acteur de sa propre santé ou de celle de ses proches.

4. En ils permettent de trouver **à proximité de chez soi des ressources et des aidants** (professionnels de santé, associations...)

Ils sont animés par un binôme de professionnels de santé et de la prévention (psychiatre, psychologue, psychométricienne, éducatrice...) et d'usager ou représentant d'usager d'une association.

Contact

Sophie SUEUR
03.20.61.75.57
sophie.sueur@ghtpsychy-npdc.fr

Les décroiseurs de l'association intercommunale de santé, santé mentale et citoyenneté (aissmc.org) sensibilisent et accompagnent chacun au mieux-être individuel et collectif. Depuis 1977, ils révolutionnent les modes de prises en charge, améliorent l'inclusion de tous dans la ville et aide les personnes en souffrance psychique et/ou physique et leur famille.

L'aissmc intervient sur le territoire et bénéficie du soutien des villes de **Faches-Thumesnil, Hellemmes, Lesquin, Lezennes, Mons en Barœul et Ronchin**. Les professionnels de l'**EPSM Lille Métropole**, membres à part entière de l'association, élaborent et animent les ateliers mieux-être.

Retrouvez toutes les informations, services et l'actualité de l'association sur le site Internet

aissmc.org

programmation 2^e semestre 2025

Les ateliers mieux-être

de l'association de santé, santé mentale et citoyenneté sont ouverts à tous et gratuits.

Organisés autour de témoignages, les ateliers permettent de trouver des réponses et des outils simples pour avancer.

aissmc.org

Activités physiques et bien-être

mardi 16 septembre 2025_ 17h

Centre de santé l'Espoir
25, Pavé Moulin

📍 59260 Hellemmes

mardi 23 septembre 2025_ 14h15

Tiers Lieu Épine
34 boulevard de l'épine

📍 59260 Hellemmes

vendredi 12 décembre 2025_ 17h

Médiathèque
1, rue Camille Claudel

📍 59810 Lesquin

vendredi 19 décembre 2025_ 9h

Centre Social Imagine
boulevard Pierre-Mendès-France

📍 59370 Mons en Barœul

L'adolescence

mardi 16 septembre 2025_ 18h

Bibliothèque
650, avenue Jean Jaurès

📍 59790 Ronchin

mardi 23 septembre 2025_ 18h

Centre Social des 5 Bonniers
20 avenue de bordeaux

📍 59155 Faches Thumesnil

jeudi 25 septembre 2025_ 14h

Tiers lieu Dombrowski
16 bis, rue des travailleurs

📍 59260 Hellemmes

Le burn-out

jeudi 18 septembre 2025_ 14h

Maison de quartier Caramel
41, rue Vincent de Paul

📍 59370 Mons en Barœul

Le sommeil

vendredi 3 octobre 2025_ 17h

Médiathèque
1, rue Camille Claudel

📍 59810 Lesquin

Genre et transidentité

mardi 7 octobre 2025_ 17h

Centre de santé l'Espoir
25, Pavé Moulin

📍 59260 Hellemmes

mardi 28 octobre 2025_ 14h

Mission Locale
52, rue Carnot

📍 59155 Faches Thumesnil

L'impact des écrans sur la santé

lundi 13 octobre 2025_ 14h30

Centre social La maison du grand cerf
Local Merci, 18, rue du Général de Gaulle

📍 59790 Ronchin

Les adoptés

Stress et anxiété

Le deuil

Affirmation de soi

Parentalité et santé mentale

Le suicide

Les troubles du comportement alimentaire

Déprime et dépression

lundi 13 octobre 2025_ 18h

Salle Rouges Barres
4, rue Chanzy

📍 59260 Lezennes

jeudi 16 octobre 2025_ 14h

Maison de quartier Caramel
41, rue Vincent de Paul

📍 59370 Mons en Barœul

lundi 20 octobre 2025_ 18h

Centre Social des 5 Bonniers
20 avenue de bordeaux

📍 59155 Faches Thumesnil

jeudi 13 novembre 2025_ 14h

Maison de quartier Caramel
41, rue Vincent de Paul

📍 59370 Mons en Barœul

mardi 4 novembre 2025_ 16h

Médiathèque
1, rue Camille Claudel

📍 59810 Lesquin

mardi 4 novembre 2025_ 18h

Centre Social des 5 Bonniers
20 avenue de bordeaux

📍 59155 Faches Thumesnil

mardi 18 novembre 2025_ 17h

Centre de santé l'Espoir
25, Pavé Moulin

📍 59260 Hellemmes

lundi 24 novembre 2025_ 18h

Salle Rouges Barres
4, rue Chanzy

📍 59260 Lezennes

lundi 24 novembre 2025_ 17h30

Centre social La maison du grand cerf
5, rue Vincent Auriol

📍 59790 Ronchin

mardi 9 décembre 2025_ 18h

Maison de quartier Caramel
41, rue Vincent de Paul

📍 59370 Mons en Barœul

mardi 25 novembre 2025_ 18h

Bibliothèque de Ronchin
650 avenue Jean Jaurès

📍 59790 Ronchin