

**Mardi 14 octobre**

**ATELIER  
À PETITS PAS...**

de 9h30 à 10h45  
entrée libre  
sur inscription

Maison  
des bébés

de 0 à 3 ans  
10 enfants max.

La Maison des Bébés  
mdb@nouvelleforge.com

A petits pas ! est une invitation à venir partager histoires, chansons, comptines dans un moment joyeux avec vos tout-petits pour le plaisir d'être ensemble



**PORTES OUVERTES  
AU GEM**

de 13h à 16h  
accès libre  
sans inscription

Info idem que pour le 7 octobre.

**ATELIER  
PRENDRE SOIN DE SOI  
EN DÉVELOPPANT SES  
COMPÉTENCES  
PSYCHOSOCIALES (CPS)**

de 18h à 20h  
entrée libre  
sur inscription

Salle du Valois

adultes et enf.  
à partir de 12 ans  
20 pers. max.

03.44.32.00.73

actions.sociale@ville-senlis.fr

Afin de préserver notre santé mentale et physique, il est important de :

- Connaître et comprendre notre propre monde intérieur
- Savoir développer et utiliser des méthodes et outils de régulations de nos émotions de nos comportements et de nos interactions sociales

L'atelier permettra de découvrir un des outils incontournables des CPS : la pleine attention et de comprendre comment mieux vivre avec ses émotions et celles des autres pour développer des relations constructives.

**Mercredi 15 octobre**

**THÉÂTRE-FORUM  
FOULE SENTIMENTALE**

à 14h  
entrée libre  
sur inscription

Salle de l'Obélisque  
4 route de Creil

tout public  
à partir de 15 ans

03.44.32.00.73

actions.sociale@ville-senlis.fr

La Compagnie Entrées de jeu sera présente pour animer un débat théâtral sur la prévention de la santé mentale dans la cellule familiale.

Proposé par le CCAS de Senlis  
en partenariat avec le Conseil  
Départemental de l'Oise



**Jeudi 16 octobre**

**LECTURE**

10h30  
entrée réservée  
au public du CPR

Médiathèque  
de Senlis

de 10 à 15 ans

Séance de lecture avec le Centre de Psychothérapie et de Rééducation de Senlis (CPR).

Des histoires d'entraide, de partage sur le vivre ensemble avec des personnages qui nous ressemblent plus ou moins, des fois plutôt moins que plus !

**PORTES OUVERTES  
AU GEM**

de 13h à 16h  
accès libre  
sans inscription

Info idem que pour le 7 octobre.

**Vendredi 17 octobre**

**ATELIER NUMÉRIQUE  
INITIATION**

de 9h30 à 11h  
& de 11h à 12h30  
entrée libre  
sur inscription

Médiathèque  
de Senlis

tout public  
6 pers. max

06.33.52.79.99

franceservices@ccsso.fr

Initiation aux outils numériques (ordinateur - tablette - téléphone).

deux ateliers au choix de 45 min



**ATELIER  
PRENDRE SOIN DE SOI  
EN DÉVELOPPANT  
SES CPS**

de 16h à 18h  
entrée libre  
sur inscription

Rés. autonomie  
Thomas Couture  
24 rue Thomas Couture

seniors

Info idem que pour le 14 octobre.

**Samedi 18 octobre**

**JEUX DE SOCIÉTÉ**

de 14h30 à 17h30  
entrée libre

Médiathèque  
de Senlis

tout public  
à partir de 6 ans

Animation jeux de société modernes avec l'association Joueurs Nés. Venez découvrir en famille ou entre amis des jeux de toutes sortes, pour petits et grands.



Semaines d'information  
sur la santé mentale



PROGRAMME  
du 6 au 19 octobre





## PROGRAMME du 6 au 19 octobre



À l'occasion des **Semaines d'Information sur la Santé Mentale (SISM)**, la ville de Senlis vous invite à participer à deux semaines d'événements ouverts à tous, **du 6 au 19 octobre 2025**. Expositions, ateliers intergénérationnels, conférences, portes ouvertes, spectacles et débats rythmeront cette édition placée sous le signe du partage et de la solidarité.

**Ensemble, faisons évoluer les regards sur la santé mentale**, favorisons le dialogue, l'entraide et découvrons des ressources pour prendre soin de soi et des autres. Chaque activité est l'occasion de **renforcer le lien social** et de valoriser la diversité des initiatives locales.

### EXPOSITION

#### MOI ET LES AUTRES

du 1<sup>er</sup> au 31 octobre

Médiathèque de Senlis

de 4 à 9 ans

Entrée libre aux horaires de la médiathèque

Apprendre à partager, à rencontrer l'autre nous permettent de vivre ensemble.

Exposition conçue comme une invitation aux échanges et à la réflexion à partir de douze illustrations issues de livres emblématiques de l'école des loisirs. Elle a pour objectif d'inviter les enfants à réfléchir sur le sens du « vivre ensemble ».

### SEMAINE DU 6 AU 12 OCTOBRE 2025

#### Mardi 7 octobre

##### LECTURE

10h  
entrée réservée au public du CATTP

Médiathèque de Senlis

de 0 à 5 ans

Séance de lecture avec les enfants du Centre d'Aide Thérapeutique à Temps partiel Senlis-Crépy (CATTP).

Des histoires d'entraide, de partage et du vivre ensemble



À ne pas manquer !



#### PORTES OUVERTES AU GEM

de 13h à 16h  
entrée libre

GEM - Le renouveau  
30 avenue Eugène  
Gazeau - rdg gauche

adulte souhaitant  
créer du lien

06.88.73.80.54

Faire découvrir notre lieu d'activités, présenter nos actions, participer à l'œuvre collective drap brodé : "les chemins de vie".

Le groupement d'entraide mutuelle accueille les adultes majeurs ayant envie de renforcer leur lien social et avec ou sans troubles psychiques.

#### Mercredi 8 octobre

##### ATELIER LES HEURES JOYEUSES

de 14h à 17h30  
entrée libre sur inscription  
avant le 30/09

Au Tiers Lieu  
bât. 10, quartier Ordener

tout public  
à partir de 6 ans  
30 pers. max

inscription-sism@autierslieur.fr

Atelier intergénérationnel

Un après-midi de partages au Tiers Lieu. Des moments de joie et de convivialité entre petits et grands.

3 lectures choisies, ateliers de la roue des émotions, un loto et un savoureux goûter pour terminer.

#### Jeudi 9 octobre

##### CONTES DANSÉS

de 9h30 à 11h  
entrée libre sur inscription

Dojo

de 0 à 3 ans  
10 enfants max

07.85.22.89.45

La Maison des Bébé  
mab@nouvelleforge.com

Dans cet atelier tout en douceur, tous petits de la naissance à 3 ans accompagnés de leurs parents, sont invités à un doux voyage dansé en entrant ensemble dans le monde du conte par le mouvement des corps. Portés par les mots et la musique, petits et grands explorent leurs émotions, découvrent leur corps et tissent des liens avec l'adulte qui les accompagne.

Un moment suspendu où rêverie, mouvements et mots s'entremêlent pour prendre soin de sa santé mentale... parce que ça commence tout petit !

#### PORTES OUVERTES AU GEM

de 13h à 16h  
accès libre sans inscription

Info idem que pour le 7 octobre.



#### CINÉ-DÉBAT EREDITÀ

à 14h  
entrée libre sur inscription

Cinéma  
Jeanne d'Arc  
10 rue du cimetière  
Saint-Rieul

tout public  
prof. de santé  
travailleurs soc.

03.44.32.00.73

action.sociale@ville-senlis.fr

Eredità, c'est l'histoire de deux voisins qui s'accompagnent dans des moments difficiles de leur existences.

Le réalisateur du film Jean-Luc Cesco sera présent au débat



#### Vendredi 10 octobre

##### ATELIER NUMÉRIQUE CYBERSÉCURITÉ

de 10h à 11h30  
entrée libre sur inscription

Salle de réunion B6  
quartier Ordener

tout public  
10 pers. max

06.33.52.79.99

franceservices@ccso.fr

Comment protéger ses ressources numériques.

##### THÉ DANSANT

de 14h à 17h30  
entrée 10 € sur inscription

Salle de l'Obélisque  
4 route de Creil

senior et  
accompagnateur

03.44.32.00.72

Thé dansant animé par Mc Dan's. Variétés françaises et internationales de 1930 à nos jours.

Réservation préalable au service seniors.

#### Samedi 11 octobre

##### ATELIER BÉBÉ SIGNE

de 10h30 à 11h  
entrée libre sur inscription

Médiathèque de Senlis

enfants en âge  
préverbal  
10 enfants max

03.44.32.04.00

Avec Tiffany Simon

L'atelier est un bel outil pour renforcer et/ou réparer le lien dès les premiers mois de vie. En permettant aux tout-petits de s'exprimer avec leurs mains avant de savoir parler, cet outil réduit les frustrations liées à la communication et favorise une relation apaisée. Elle soutient les parents dans leur rôle et crée des moments de complicité précieuse.

