

Journées Internationales d'Action pour la Santé des Femmes

27 + 28 mai 2026

Quartier de l'Épine



Journées Internationales d'Action **pour la Santé** des Femmes

Près d'une adolescente sur deux abandonne la pratique sportive en raison de pressions sociales. Une étude nationale met en évidence comment la méconnaissance du corps féminin sous l'effet de pressions sociales, d'injonctions esthétiques ou d'un rapport au sport trop centré sur la compétition contribuent à ce désengagement. Pourtant, le sport reste un enjeu crucial pour la santé physique et mentale, l'égalité et l'émancipation.

La commune d'Hellemmes et la Maison de la Jeunesse proposent un événement dédié aux adolescentes mais ouvert à toutes et tous, au cours duquel la MGEN et Kantar restitueront l'étude et donneront les éléments clés pour mieux comprendre cette problématique.



Stand Information Jeunesse

14h > 19h - Tiers-Lieu de l'Épine

Retrouvez toutes les informations pratiques concernant les dispositifs favorisant le bien-être, la santé et la pratique sportive.
(11-29 ans)

Planning familial

15h > 19h - Tiers-Lieu de l'Épine

Corps, image de soi, normes esthétiques, représentations, santé et sécurité...

Venez échanger librement avec le Planning familial.

Accès libre

Sportives visibles

15h > 19h - Tiers-Lieu de l'Épine

Clémentine Bonneau vous invite à créer votre propre maillot de sport en vous inspirant de figures féminines de haut niveau et découvrir d'autres manières de faire du sport.

Accès libre

Rencontres et activités sportives

15h > 19h - Tiers-Lieu de l'Épine

Par Lille Métropole Tennis de Table et le Centre d'Insertion des Bois Blancs (Escrime par l'école de Vauban).

Accès libre

Pause gourmande

16h - Tiers-Lieu de l'Épine

Avec le collectif « Tous ensemble ».

Accès libre

Flash mob

Deux temps de lancement :

16h et 17h - Tiers-Lieu de l'Épine

Venez danser avec les jeunes d'AKADO et les partenaires.

Cook and Study

17h > 20h - Tiers-Lieu de l'Épine

Atelier de cuisine collectif.

Sur inscription

Et aussi... de 15h à 18h

Vous ressentez un mal-être ?

Venez découvrir le dispositif Nightline.

Le CAARUD proposera des consultations spécifiques pour les jeunes concernés par des consommations de produits psychotropes.

Accès libre

28 mai
2026

La santé demeure un domaine dans lequel les inégalités entre les femmes et les hommes restent fortement présentes. Ces disparités rappellent la nécessité de renforcer l'accès aux soins, la prévention et l'accompagnement des femmes.

Certaines étapes de la vie — désir d'enfant, grossesse, accouchement, période postnatale — nécessitent une information, une écoute et un accompagnement adaptés. Aussi, à l'occasion de la Journée Internationale d'Action pour la Santé des Femmes, nous avons souhaité l'aborder à travers le prisme de la **maternité** et de l'**accompagnement à la parentalité**.

Initiation aux premiers secours

8h30 > 13h - Salle Coget

Initiation aux premiers secours pour enfants et nourrissons dispensée par La Croix-Rouge. Une expérience enrichissante pour acquérir les premiers réflexes utiles en situation d'urgence.

Sur inscription, places limitées.

Prévention santé

8h > 17h

Devant l'école Rostand

Les professionnels du Département vous informent en matière de prévention santé.

Accès libre

Conférence

9h > 9h30 - Tiers-Lieu de l'Épine

Découvrez l'importance du toucher dans le développement du tout-petit. Conférence captivante menée par Natoudou, un levier précieux pour favoriser le bien-être et le lien parent-enfant !

Accès libre

Atelier massage bébé et lecture

10h > 11h - PMI

Atelier animé par des professionnels de la PMI.

**Sur réservation : 06 72 10 32 38
ou pmi-hellemmes@lenord.fr**

Atelier Cibébé

10h > 12h - Tiers-Lieu de l'Épine

Venez participer à un atelier de préparation de petits pots faits maison, à base de produits bio pour offrir à votre enfant une alimentation saine et naturelle !

Une expérience gourmande et éducative animée par le Centre d'Insertion des Bois Blancs, le Secours Populaire et la Mutualité Française.

Sur inscription, places limitées.



Respithérapie

14h > 15h - Salle Coget

Parents, futurs parents ou adultes souhaitant prendre un temps pour leur santé, découvrez une expérience revitalisante avec Sandy Virole, respithérapeute ! Rejoignez-nous pour une séance d'exercices respiratoires, spécialement conçue pour favoriser la détente, la respiration consciente et le bien-être, un moment de détente dans une ambiance conviviale.

Accès libre

Sensibilisation

14h > 16h - Tiers-Lieu de l'Épine

Le Planning familial, Inersol, le Centre de santé Paul Clermont et le CAARUD Oxygène vous invitent à échanger et dialoguer autour de la maternité, de la paternité, du désir d'enfant, de la grossesse, de l'accouchement et du post-partum.

Accès libre

Temps d'échanges

14h > 16h - Tiers-Lieu de l'Épine

Des professionnels de santé de votre CPTS (Communauté Professionnelle Territoriale de Santé) tels que médecins, kinésithérapeutes et sages-femmes, sont à votre écoute pour vous informer sur les particularités de la santé des femmes et les inégalités qui persistent encore aujourd'hui.

Accès libre

Tempo Forme

14h > 17h - Tiers-Lieu de l'Épine

Un programme pour bien vieillir dès 45 ans avec le CHU de Lille. Identifiez vos fragilités et bénéficiez d'un accompagnement personnalisé pour rester en forme et préserver votre vitalité.

Accès libre

Doula Théa Mudès

14h > 17h - Tiers-Lieu de l'Épine

Que vous soyez parent, futur parent ou proche accompagnant, Théa Mudès, doula, propose un temps d'écoute et d'accompagnement autour de la grossesse, de l'accouchement et de la période postnatale, en complément du suivi par les professionnels de santé.

Accès libre

Fabrication de carnet

14h > 17h - Tiers-Lieu de l'Épine

Pour collecter vos souvenirs de grossesse, suivre la première année de bébé, l'Inventaire vous propose de fabriquer un carnet personnalisé pour garder une trace de ces moments.

Accès libre

Atelier cocktails sans alcool

14h > 17h - Tiers-Lieu de l'Épine

Réalisation de cocktails sans alcool avec la PMI.

Accès libre



Hatha yoga

15h45 > 17h15 - Salle Coget

Découvrez la pratique du Hatha yoga avec Frédéric Jeannin, pour prendre soin de votre corps, de votre respiration et de votre équilibre.

Accès libre

Pause gourmande

À 16h - Tiers-Lieu de l'Épine

Une pause gourmande sera proposée par l'association d'habitants « Tous ensemble ».

Accès libre

Théâtre d'intervention

À 17h30 - Salle Coget

La Compagnie La Belle Histoire invite à la réflexion sur le désir d'enfant. Quelles raisons peuvent motiver le désir d'enfant, ou conduire à ne pas souhaiter d'enfant ? Un enfant, quand je veux ? Et bien d'autres questions encore...

Accès libre

Renseignements et inscriptions

au CCAS > 03 20 79 97 40
ou 07 67 85 40 61

Tiers-Lieu

34 boulevard de l'Épine

Salle Coget et École Rostand
rue de la ville de Naumbourg

Protection Maternelle Infantile
3 impasse des rosiers





Mairie d'Hellemmes

155 rue Roger Salengro
59260 Hellemmes
03 20 41 82 50

CCAS

Villa Lisbeth
2 parc Bocquet
176 rue Roger Salengro
59260 Hellemmes
03 20 79 97 40