

Balance ton Flow



Le projet "Balance ton Flow" a été lancé en réponse à un appel à projets de l'EPSM de l'Agglomération Lilloise, sous le thème du « pentathlon des muses », explorant le lien entre sport et culture. Nous avons collaboré avec le Flow, Centre euro-régional des cultures urbaines de Lille, qui nous a mis en relation avec deux artistes. Cela nous a permis de proposer aux patients accueillis en CMP une nouvelle approche thérapeutique autour de l'art urbain. Nous avons créé un groupe de krump et un groupe de graff, avec plusieurs ateliers et un temps fort commun.

Adrienne, alias « Adrye-Haine », artiste de krump et illustratrice, a partagé sa passion pour cette danse née dans les quartiers de Los Angeles, symbolisant la vie et l'expression des émotions. Les ateliers de krump se sont adressés à un groupe exclusivement féminin de patientes suivies au CMP, manifestant des troubles dans leur rapport à leur corps, à son image, et à sa conscience. Au cours des ateliers, Adrienne a permis aux participantes de retrouver une certaine aisance corporelle, de se reconnecter à leur corps et de reprendre confiance en soi et en l'autre. Un lien très fort s'est créé, avec un véritable

sentiment de sororité englobant l'artiste, les soignantes et les participantes.

Grégoire, alias Reaph, artiste adepte du mouvement libre et abstrait, a animé différentes sessions au cours desquelles il a partagé les techniques de peinture murale, l'utilisation des bombes aérosol et autres outils, ainsi que le jeu des couleurs et des lumières. Ces ateliers ont réuni des patients souffrant de pathologies chroniques de la structure, avec pour objectif de favoriser le lâcher-prise, de stimuler la créativité, de sortir de l'isolement et de reprendre confiance en soi et en ses compétences. Lors de ces ateliers, deux fresques ont été réalisées sur les murs de l'enceinte du CMP, contribuant à l'embellissement et à la déstigmatisation du lieu de soin.

À la suite des ateliers, un temps fort a été organisé, réunissant l'ensemble des professionnels de la structure, les patients, ainsi que des invités. Lors de cet événement, le groupe de krump a présenté plusieurs chorégraphies, tandis que le groupe de graff a réalisé une immense peinture en live et en musique sur le plus grand mur du CMP. Les deux groupes se sont mêlés, permettant à chacun de laisser sa trace sur le mur. Deux phrases symboliques ont été choisies par les participants et inscrites sur les murs : « Du rêve à la réalité » et « Re-naisSENS », reflétant l'esprit et l'impact du projet.

CMP 59G22 EPSM-AL

📍 Barbier Maes, 9-11 – 59000 Lille (France) ☎ 03.20.87.96.41

✉ marie.de-gombert@ghtpsy-npdc.fr

☺ Aurélie Pintaud /Marie De Gombert – IDE/Psychomotricienne