

INSCRIPTION AUX ATELIERS

Pour vous inscrire
aux ateliers thématiques

Rien de plus simple

Envoyez par SMS
Le nom de l'atelier

Ou
Appelez au

06-63-43-50-71

*Inscription gratuite
recommandée pour vous
garantir une place*



SOINS PENDANT ET
APRES LE CANCER

Le **Comité Départemental de la Ligue contre le cancer** et la **CPTS Sud Allier** vous propose **une offre de soins** pour prendre soins de vous à chaque étapes de votre parcours contre le cancer.

Sur **ordonnance** de votre médecin, venez bénéficier, **prés de chez vous** de :

- Soins socio-esthétiques (soins du visage, des mains, des ongles et du cuir chevelu, ainsi que des conseils personnalisés).
- Soutien psychologique.
- Conseils diététiques.
- Séances d'activité physique adaptée.
- Remédiation cognitive.
- Accompagnement social et écoute.

Parlez en à votre médecin.



FORUM DE LA SANTE

Evènement **GRATUIT**,
Ouvert à tous
pour *s'informer,*
prévenir et échanger !

Ateliers thématiques
(inscription recommandée)
Stands d'information



SAMEDI
14 NOVEMBRE



GANNAT
Salle socio-culturelle



9h à 12h
14h à 16h

DEROULE DE LA JOURNEE

Pour ne rien louper du forum

Venez dès 9h pour l'accueil convivial

9h30-9h50: Présentation des partenaires et de la CPTS

Sinon venez quand vous le pouvez ;-)

Des Stands pour échanger à tout moment

- Etudiant en santé venez faire vos stages avec nous !
- Sensibilisation aux gestes de premiers secours
- Tri des médicaments et recyclage
- Trouver un professionnel de santé
- Colon tour
- Prévention routière avec Prévention MAIF : casque virtuel

Ateliers thématiques à des horaires précis

- L'hiver avec bébé : les bons réflexes à connaître
- Maintien à domicile : relation aidant / aidé
- Cancer du sein
- Violences
- Grandir à son rythme : comprendre le développement de l'enfant
- Alimentation et santé bucco-dentaire
- Nutrition et dénutrition chez les seniors
- Apprivoiser son stress, dompter son anxiété

Je prends soin de ma santé

- Dépistage du diabète
- Calendrier Vaccinal de l'adulte

LES ATELIERS THEMATIQUES 10H-12H

10h-10h45

L'hiver avec bébé : les bons réflexes à connaître

Venez vous informer et découvrir les gestes simples pour mieux protéger votre bébé pendant l'hiver

Dr A.S. JACQUETIN
Mme A. AMROUCHE, kinésithérapeute

10h-10h45

Maintien à domicile - Relation aidant / aidé

Vous vous occupez d'un proche ! Vous vous posez des questions sur les dispositifs qui peuvent être mis en place pour vous accompagner au quotidien ?

CRT-DAC-Merci Julie-CPTS J. LAKEHAL, infirmière

11h-11h45

Cancer du sein

Apprenez à repérer, prévenir, et mieux vivre les différentes étapes de la maladie. Des conseils concrets et des professionnels pour vous accompagner et vous soulager.

Un témoignage
Dr GIMBERGUE, N. CHIESA
C.KAHN, kinésithérapeute

11h-11h45

Violences

**Repérer, écouter, orienter
chacun peut agir face aux violences**

Dr Laure ROUGE

LES ATELIERS THEMATIQUES 14H-16H

14h00-14h45

Grandir à son rythme : comprendre le développement de l'enfant

À travers une frise, venez découvrir les grandes étapes du développement de l'enfant et repérer les signes qui peuvent questionner.

J.CAYRE, psychologue - O. BOUILLET, ergothérapeute
A. GUILLET, psychomotricienne
C.VIRMONT-DANIEL, orthophoniste

14h00-14h45

Alimentation et santé bucco-dentaire

Bien manger pour bien grandir ... et garder le sourire !

Alimentation, dents et santé, découvrez les conseils essentiels pour vos enfants et adolescents.

Dr N.LELEU, orthodontiste - V.CARDOSO, diététicienne
M.MARTIN, diététicienne

15h-15h45

Nutrition et dénutrition chez les seniors

Parce que le plaisir de manger et de partager n'a pas d'âge...

Découvrez les bons réflexes pour préserver votre force, votre énergie et votre santé.

M.MARTIN, diététicienne - V. CARDOSO, diététicienne
O.BOUILLET, ergothérapeute - C.VIRMONT-DANIEL
orthophoniste

15h-15h45

Apprivoiser son stress, dompter son anxiété!

Stress ou anxiété?

Venez tester vos idées reçues sur la santé mentale et apprendre à apprivoiser votre anxiété, dans un atelier où l'on bouge, on échange et on repart plus léger.

J.Cayre, Psychologue