

Santé VOUS BIEN

Place des Écrins

11h30

INAUGURATION DE L'ESPACE SANTÉ ET DU CENTRE DE PLANIFICATION SIMONE VEIL

L'espace santé et le Centre de planification et d'éducation familiale (CPEF) prennent le nom de Simone Veil ! Un hommage rendu à cette ancienne ministre de la santé qui a contribué à l'évolution des droits des femmes avec la loi dépénalisant l'IVG (Interruption volontaire de grossesse).

*Musique et contes tout
au long de la journée !*

Des conteurs de La machine à chuchoter, vous raconteront des histoires à l'oreille accompagnés de musiciens.

Collectif les GRIM(M)

Comment venir

Tram A :

à 10 min à pied depuis l'arrêt *Charles Michels*

Bus Proximo 19 :

à 2 min à pied depuis l'arrêt *Les Écrins*



Fontaine, humaine et citoyenne

INAUGURATION
ESPACE SANTÉ ET
CPEF SIMONE VEIL

10h à 17h

30
MAI
2018



Santé VOUS BIEN

Place des Écrins

Renseignements :
04 76 26 63 46
ville-fontaine.fr

ars

cgét

isère
www.isere.fr

GRENOBLE ALPES
LE DÉPARTEMENT

MACIF
Essentiel pour moi

Ville de
FONTAINE

Cette année, le forum Santé vous bien !
s'intéresse à votre bien-être... Venez vous informer, participez à des ateliers et des jeux thématiques ou profitez d'expositions.

SANTÉ, PLANTES ET DÉTENTE

Massages : massages individuels et initiation avec un kinésithérapeute

Plantes et santé : phytothérapie, huiles essentielles et végétales, quand les utiliser ? avec l'espace santé

Espace jeux : jeux d'ambiance et de coopération avec la ludothèque

Médiabus : atelier lecture, sélection de livres sur le thème du bien-être avec la médiathèque Paul Éluard - 14h à 15h30

Ateliers réparation de vélos et bricolage avec objets de récupération avec l'association La Brico - 15h à 17h

Réalisation de mandalas avec les centres sociaux - 15h à 17h

PRENDRE SOIN DE SOI ET DE SON ENVIRONNEMENT

Santé bucco-dentaire avec un spécialiste bucco-dentaire

Parlons hygiène, fabrication de baumes avec l'espace santé

Prévention des risques solaires avec la Ligue contre le cancer

Sommeil, rythme de vie et écrans avec un spécialiste du sommeil de la Macif

Qualité de l'air intérieur, ambroisie, ondes avec le service hygiène et salubrité - 10h à 12h

ALIMENTATION ET BIEN-ÊTRE

Nutrition : image du corps et alimentation, éveil aux 5 sens, dégustation de tisanes avec une diététicienne

Alimentation, activité et rythme de vie de l'enfant : composition de repas équilibrés avec le Reppop 38

ACTIVITÉS PHYSIQUES ET BIEN-ÊTRE

Le sport n'a pas d'âge : courses d'orientation, mölkky, détanque, street golf avec l'association Big Band Ballers

Sport et santé : films en réalité virtuelle sur le sport et la santé, ateliers activités physiques et ludiques, test de bracelets connectés avec le Conseil départemental de l'Isère

Mesure du souffle avec l'association Ascop

Ateliers Gi Gong avec l'association ASCOP - à 14h30 et à 16h

Ateliers steps et pétanque Avec le Réseau d'échanges réciproques de savoirs à 15h

DES OUTILS POUR SE SENTIR BIEN

Échanges : « dessins sur coussins », conseil en techniques de respiration avec une psychologue

Décoder les images : analyse critique des images/publicités avec la Maison de l'image

Vie amoureuse et sexuelle : accompagnement, lieu ressources avec le CPEF

MAIS AUSSI...

Parler avec un handicap de communication : atelier langue des signes avec l'association ODPHI

Gestes de premiers secours : initiation, ateliers, information avec l'UNASS

Santé, bien-être de l'enfant et des parents : psychomotricité et langage chez le petit, démonstration de portage et de massage bébé avec le Conseil départemental de l'Isère

