

Rendez-vous

Rapprochez-vous des stands
pour participer aux ateliers!

- 9h30** Ouverture de la journée
M. le Maire et Mme l'Adjointe aux Affaires Sociales, à la Solidarité et à la Petite Enfance, Collectif Santé Vous Bien
- 10h** Démonstration culinaire pour une alimentation plaisir et santé animée par un chef cuisinier et une diététicienne, association Les Insatiables
- 11h** Conférence « Les clefs pour rester en forme » (60 min) animée par Dr Didier SEYLER, directeur des centres de prévention AGIRC ARRCO de Marseille et de Nice
- 13h30** Atelier Concilier sa vie professionnelle et sa vie d'Aidant, APF France handicap
- 14h30** Chorale Nos aînés chantent (40 min) association La Régalide
- 15h30** Conférence « cerveau, émotions, corps : le trio gagnant » (30 min) animée par Dr Stéphanie BOURGEON, consultante et conférencière en neurosciences émotionnelles
- 16h** Atelier de relaxation (60 min), ESA des Alpilles, ADMR 13

Ateliers en continu

- Sport sur ordonnance, tests d'activité physique adaptée et parcours pédestre • Association La Palestre
- N'ayez pas peur d'agir : démonstrations des gestes de premier secours • Unité locale Châteaurenard les Alpilles de la Croix Rouge Française
- Comprendre une ordonnance • Dr Johanna AUDIBERT-BLUA, Pharmacie des Alpilles
- Résonance Cutanée (RESC) Mini-séances de découverte • Dr Cécile BOURRIER, pharmacienne
- Réappropriation de son corps et de l'image de soi • Les fées minines, professionnels de la socio-esthétique
- Bien-être, évasion, réalité virtuelle • Maison du Bel Âge
- Appréhender concrètement les incidences du vieillissement : découverte du simulateur • Service Civique Solidarité Santé
- Si le cœur vous en dit : exprimez-vous sur la santé ! • Atelier animé par les élèves de BTS Économie Sociale et Familiale du lycée Philippe de Girard, Avignon

FORUM
3^e ÉDITION

Santé vous bien

Agir ensemble pour la santé

3
Octobre
2023
9h30 à 17h

SALLE DE L'ÉTOILE
10 avenue Léo Lagrange
CHÂTEAURENARD

ENTRÉE ET
ACTIVITÉS
GRATUITES

Ouvert à tout
public et aux
professionnels

À cœur vaillant
rien d'impossible

- ▶ M'informer
- ▶ Prendre soin de moi et des autres
- ▶ Me préserver
- ▶ Agir pour ma santé
- ▶ Ma santé à l'ère du numérique

Un collectif d'acteurs engagés sur
les 29 communes du pays d'Arles

Pour plus d'informations
santevousbien13@gmail.com



Stands

Être en forme, prendre soin de son cœur

- Présentation des actions sociales • **AGIRC ARRCO PACA Corse**
- Prendre en charge sa consommation tabagique c'est prendre soin de son cœur • **ARCA Sud**
- Être acteur de sa santé : prendre soin de soi et de son cœur • **Association Brain Up**
- Présentation des missions et des actions de la Fédération Française de Cardiologie • **Club Cœur et Santé, Association de cardiologie de Provence**
- Alimentation/bien vieillir : Présentation des missions de l'association • **Les Insatiables**
- Sport sur ordonnance • **La Palestre, CDOMS, Association en équilibre, COC Handball**
- Vaccination : faites le point • **Maison de Santé 02 de Châteaurenard**
- Présentation des activités de prévention, d'Éducation Thérapeutique du Patient et jeu du photolangage • **Pôle prévention, Provence Santé Coordination**

Mettre le bien-être au cœur de sa santé

- Accompagnement social, accès aux droits de santé pour les agriculteurs • **Association Solidarité Paysans Provence Alpes**
- Accès aux soins • **APS Prévoyance (Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale)**
- Cœur émotionnel et les liens avec le corps • **Docteur en neurosciences**
- Présentation de l'offre départementale • **Harmonie Mutuelle**
- Présentation des missions et des actions • **MSA Services**

En avoir le cœur net rester connecté, la e-santé

- Découverte d'applications numériques en santé • étudiants du **BTS ESF du Lycée Philippe de Girard, Avignon**
- Découverte de Mon Espace Santé et des téléservices du compte Ameli • **Caisse Primaire d'Assurance Maladie des Bouches-du-Rhône**
- Accompagnement aux démarches numériques de santé par les conseillers numériques • **France Services**

Avoir le cœur sur la main : prendre soin les uns des autres

- Présentation du SSIAD et de l'Équipe Spécialisée Alzheimer les Alpilles • **ADMR13**
- Aidants, le cœur sur la main • **Association Aide Aux Aidants A3**
- Présentation des missions • **APF France Handicap**
- Présentation de la pair-aidance • **MDPH des Bouches-du-Rhône**
- Parcours de vie sans rupture • **Parcours Handicap 13**
- Sensibilisation à la solidarité et à l'engagement : apporter le sourire aux seniors isolés • **Petits Frères des Pauvres, Unis-Cité, Service Civique Solidarité Seniors**
- Présentation des services et projets • **Centre Hospitalier Joseph Imbert d'Arles et Hôpitaux des Portes de Camargue de Tarascon**

Connaitre par cœur les lieux d'accueil, d'information ou d'hébergement

- Présentation de la cohabitation intergénérationnelle • **Association La Logitude**
- Accompagner, orienter, écouter : le CCAS peut vous aider • **CCAS de Châteaurenard**
- Présentation des missions des Maisons du Bel Âge • **Conseil Départemental 13**
- Présentation de l'Accueil de jour • **EHPAD Canto Cigalo**
- Information sur les services proposés • **Résidence autonomie Cœur de Provence**
- Pour vivre l'esprit libre • Présentation de la résidence service seniors Domitys
- Présentation du Pôle Infos seniors Durance Alpilles • **Provence Santé Coordination**

Retrouver sur place le Cœur du Collectif Santé Vous Bien,
des acteurs engagés pour la santé