

ATELIERS/ ÉVÈNEMENTS

Rapprochez-vous des stands
pour participer aux ateliers!

- 9h30** Ouverture de la journée - **M. le Maire et Mme l'Élue aux affaires sanitaires et sociales de Fontvieille, Collectif Santé Vous Bien**
- 10h** Atelier d'expression : « Croisons nos regards sur la santé » (30 min) - **Apport Santé et les élèves du BTS ESF Lycée P. de Girard**
Atelier « Bien vieillir, les gestes qui sauvent » - (30 min) **MSA Services**
- 10h30** Atelier sophrologie « Voyage au pays des odeurs » (45 min) - **Sophrologue**
Atelier d'activité physique adaptée (15 min) - **Mobilgym**
Présentation des haltes musicales (30 min) - **Mutualité Française**
- 11h** Conférence « Les clefs pour rester en forme » (60 min) animée par le Dr Didier SEYLER, **Directeur des centres de prévention AGIRC ARRCO de Marseille et de Nice**
- 11h30** Atelier d'activité physique adaptée (15 min) - **Mobilgym**
Jeu sur la place de l'aidant (15 min) - **Association A3**
- 14h** Démonstration danse et chant (15 min) - **Association La Respélido**
- 14h15** Présentation des haltes musicales (30 min) - **Mutualité Française**
- 14h30** Atelier d'expression : « Croisons nos regards sur la santé » (30 min) - **Apport Santé et les élèves du BTS ESF Lycée P. de Girard**
Atelier « Bien manger pour bien vieillir » (30 min) - **Silver Fourchette**
Atelier « Bien vieillir, les gestes qui sauvent » - (30 min) **MSA Services**
- 15h** Atelier autour du sommeil (45 min) - **SOME0**
Prévention « Gestes qui sauvent » - (30 min) **MSA Services**
- 15h30** Atelier « Bien manger pour bien vieillir » (30 min) - **Silver Fourchette**
Atelier dépistage des troubles cognitifs : « Quand s'inquiéter » - (30 min) **Hôpitaux des Portes de Camargue**
- 16h** Jeu sur la place de l'aidant (15min) - **Association A3**
- 16h30** Atelier sophrologie « Voyage au pays des odeurs » (45 min) - **Sophrologue**

FORUM

Santé vous bien

Agir ensemble pour la santé

21
Septembre
2022

SALLE POLYVALENTE
Yvonne-Étienne Moulin
route d'Arles - FONTVIEILLE

9h30 à 18h

ENTRÉE ET
ACTIVITÉS
GRATUITES

Ouvert à tout
public et aux
professionnels

Aidants, seniors,
bien accompagner,
bien vieillir

- ▶ Je m'informe
- ▶ Je prends soin de moi et des autres
- ▶ Je me préserve
- ▶ J'agis 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 contacter Alp'Agés
Coordination au 04 90 92 60 05



ATELIERS/STANDS EN CONTINU

Restons connectés - La e-santé

Information sur les ateliers du bien-vieillir et numériques - **Prévazur MSA Services**

Découverte de MonEspaceSanté par la **CPAM des Bouches-du-Rhône**

Découverte d'applications numériques et d'innovations - **BTS ESF Lycée P. Girard, Centre d'Innovation et Usages en Santé, start-up Dans les Pas d'Alexandre, Émotivi, Nodeus Solutions**

Information et ateliers autour du sommeil et de la santé, quizz « profil sommeil », expérimentation de micro-siestes - **SOMEO**

Prévenons le cancer

Information sur le dépistage des cancers et exposition photos Dépist'Art - **Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers (CRCDC) Sud PACA**

Ateliers de prévention et démonstration autour des dépistages des cancers (sein et col de l'utérus) - **Professionnels de santé des Maisons de Santé Pôle Ouest Alpilles et la Tarasque**

Appui et expertise en cancérologie - **ONCOPACA-Corse**

Allions bien-être et santé

Présentation des activités de prévention et d'Éducation Thérapeutique du Patient - **Apport Santé**

Médicaments, alcool, tabac,... discutons-en ! - **ARCA Sud**

Présentation des activités de l'association - **La Respelido**

Sport Santé Bien-être en itinérance et initiation à l'Activité Physique Adaptée - **MobilGym**

Présentation des haltes musicales et réalisation de tests auditif, visuel et bucco-dentaire - **Mutualité Française**

Ateliers de démonstration culinaire - **Silver Fourchette**

Ateliers de réappropriation de son corps et de l'image de soi - **Professionnels de la socio-esthétique, perruquerie et reconstruction mammaire**

Initiation à la réflexologie thaï, aux points d'acupression et aux massages liftants - **Praticienne en énergétique traditionnelle chinoise**

Information sur la psychothérapie de soutien, hypnose, art-thérapie - **Psychanalyste, art-thérapeute**

Soyons solidaires et engagés contre l'isolement

Présentation de la cohabitation intergénérationnelle - **La Logitude**

Présentation des **Maisons du Bel Âge** (missions, programme, activités, etc.)

Sensibilisation à la solidarité et à l'engagement auprès des personnes isolées et des aînés - **Petits Frères des Pauvres / Unis-Cité / Service Civique Solidarité Seniors**

Prenons soin les uns des autres

Présentation de l'Équipe Spécialisée Alzheimer - **ADMR13**

Information sur les thèmes du handicap et du soutien aux aidants - **Pair-aidance (MDPH des Bouches-du-Rhône), Inter-Parcours Handicap 13, Association A3**

Présentation des missions et des actions - **MSA Services**

Information sur les séjours temporaires, les résidences autonomie, l'aide aux aidants et l'outil « tester sa mémoire » - **EHPAD Les Baux du Roy, EHPAD et résidence autonomie de Fontvieille**

Présentation de l'accueil de jour - **EHPAD Les Olivades de Châteaurenard**

L'accompagnement des aidants familiaux - **Sophrologue**

Coordonnons les parcours de santé et de vie

Présentation de l'Équipe Mobile Gériatrique Extrahospitalière et de l'Infirmière Gériatrique des Urgences - **Centre Hospitalier Joseph Imbert d'Arles**

Présentation des services et projets **des Hôpitaux des Portes de Camargue de Tarascon**

Présentation du Collectif Santé Vous Bien - **ARCA Sud, Association A3, Ateliers Santé Ville, Alp'Agés Coordination, Apport Santé, CPTS du Pays d'Arles, Inter-Parcours Handicap 13, Maisons de Santé la Tarasque, 02 de Châteaurenard et Pôle Santé Ouest Alpilles de Fontvieille, Pôle Infos Seniors Durance Alpilles**

Et aussi...

Exprimez-vous sur la santé : mur d'expression animé par les élèves de BTS Économie Sociale et Familiale du **Lycée Philippe de Girard**

Exposition de photos-portraits réalisés par Monsieur Gelhay en partenariat avec la **Résidence Autonomie Alphonse Daudet de Fontvieille**