



Les
Rendez-vous
de la
Santé

Animations

Débats

Alimentation

Prévention

Handicap

Mutuelle

Mercredi 17 avril 2019 - Évry-Courcouronnes

10h à 18h - place des Droits de l'Homme et du Citoyen

Infos sur evrycourcouronnes.fr et udaf91.fr



Union
départementale
des associations familiales



Édito

Préserver le bien-être de chacun, encourager une alimentation équilibrée, inciter à bouger mieux, à prendre soin de soi, à tous les âges de la vie... ces enjeux, si ils semblent relever de la sphère privée, sont aussi quelques unes des prérogatives portées par la Ville d'Évry-Courcouronnes à l'égard de ses habitants. Pour ce faire, les Ateliers Santé Ville proposent depuis plusieurs années les Rendez-vous de la Santé, un moment où chacun peut venir chercher, auprès de spécialistes, les conseils pour vivre mieux et en meilleure forme.

Cette année, le rendez-vous est donné mercredi 17 avril, pour une série de temps forts organisés en partenariat avec l'Union Départementale des Associations Familiales de l'Essonne (UDAF91) et de nombreux autres partenaires, place des Droits de l'Homme et du Citoyen.

Au programme de cette journée, divers ateliers ludiques, l'apprentissage des actions préventives, le rôle des aidants ainsi qu'un temps d'information sur l'accès aux droits et aux soins. Chacun, selon ses attentes et son rythme de vie saura trouver les bons conseils pour conserver ou retrouver la santé.

Nous vous attendons nombreux !

Danielle VALERO

Maire déléguée

Première adjointe au maire
déléguée à la Santé





La santé par l'alimentation

Toute la journée, des professionnels vous proposent des activités ludiques, des mises en situation d'achat pour vous informer sur l'équilibre alimentaire et la conservation des aliments.



Risques liés aux écrans

Télévision, tablette, smartphone... Venez échanger sur votre utilisation des écrans à la maison ! Création de «sacs à bidouille», pour divertir vos enfants, et jeux sont au programme.



La prévention : premier geste santé

Parce qu' « il vaut mieux prévenir que guérir », venez vous informer sur les gestes du quotidien qui favorisent une bonne santé (dépistages gratuits, prévention des IST, hygiène bucco dentaire, diabète, hypertension...)



Vivre avec la maladie, le handicap et en parler

Comment parler de la maladie ou du handicap en famille ? Comment avoir une vie sociale et citoyenne ? Comment accompagner un proche ? Rencontrez les acteurs qui agissent au quotidien pour les malades, les personnes en situation de handicap et leurs proches.



L'accès aux droits de santé et aux soins

Venez vous renseigner sur la mutuelle communale et explorer le site Ameli.fr

De nombreuses animations rythmeront cette journée !

- **Dès 10h30** : donnez-nous votre avis ! Sommes-nous en bonne santé ? Venez afficher votre réponse et échanger vos idées avec d'autres habitants.
- **12h30-13h30** : initiation à la biodanza, activité physique douce en musique pour un grand bol de sérénité et de bien-être.
- **13h30-15h30** : la vaccination est-elle obligatoire ? L'important est d'échanger ensemble pour être plus informé collectivement.
- **15h30-17h30** : peut-on parler d'amour en famille ? Et si on en discutait autour d'un café.

Tout public à partir de 10 ans

Nous remercions tous nos partenaires

- Le Conseil Départemental de l'Essonne
 - L'Agglomération Grand Paris Sud
- La Caisse Primaire de l'Assurance Maladie de l'Essonne (CPAM91)
- Le Centre Régional d'Information et de Prévention du SIDA (CRIPS)
 - Le GIP Stratégie d'Actions Éducatives
- Le Centre Hospitalier Sud Francilien, dont les étudiants infirmiers de l'IFSI
 - L'Établissement Français du Sang
- Les associations : ACTIOM ; AIDES ; Voisin Malin ; EFAPO ; Vivre Ensemble avec nos vieux amis ; Kifékoï ; Solidarité's ; ADAPEI ; Espace Singulier ; France Acouphène ; France Alzheimer ; UNAFAM ; REVESDIAB ; réseau Arc-en-ciel ; Danse de la vie ; Génération 2

Un remerciement tout particulier à l'association Vie Enfance Espoir 91 pour l'initiative de création du pôle « vivre avec la maladie, le handicap et en parler »