



Service Santé et Handicap

LES RENDEZ-VOUS SANTÉ



DES
**JOURNÉES DE
SENSIBILISATION
SANTÉ
HANDICAP**



**PROMOUVOIR
LA SANTÉ**

DE TOUS LES GRANDS CHALONNAIS

**SEPTEMBRE
> DÉCEMBRE
2018**



DES
ATELIERS



DES
CONFÉRENCES

DES
PERMANENCES

**MÉMO
SANTÉ**

Le Grand Chalon s'est doté de compétences santé et handicap depuis 2012. Dans ce cadre, le service Santé et Handicap, basé dans les locaux de l'Espace Santé Prévention décline des programmes de promotion de la santé globale, en direction des Grands Chalonnais. Le service met en œuvre des actions, programmes, définis dans le cadre du Contrat Local de Santé.

La santé, plus que l'absence de maladie ou d'infirmité, est une qualité de vie comportant une dimension sociale, physique, mentale et affective. C'est un bien instable qu'il faut acquérir, défendre et reconstruire tout au long de sa vie.

La politique de santé du Grand Chalon couvre un large champ d'interventions autour des axes suivants :

- > Accès aux soins
- > Démographie médicale
- > Handicap & accessibilité
- > Prévention et promotion de la santé :
 - Nutrition (alimentation et activité physique)
 - Hygiène de vie (bucco-dentaire, sommeil, ...)
 - Souffrance psychique
 - Bien-Être

L'Atelier Santé Ville



Démarche participative et concertée ouverte à tous (professionnels, associations, habitants) permettant de développer des actions collectives de prévention santé en vue de la réduction des inégalités sociales et territoriales de santé dans tous les quartiers définis par la Politique de la Ville.

Des journées de sensibilisation santé handicap

■ Formation PSC1

Prévention secours civique 1^{er} niveau

Acquisition des compétences nécessaires pour réagir en cas d'accident et prendre les mesures nécessaires avant l'arrivée des secours organisés. Dès 11 ans.

Judi 27 septembre à Chalon

Judi 8 novembre à Crissey

Renseignements à l'Espace Santé Prévention.

Tarif : 7€. Inscription obligatoire confirmée par le paiement.

■ Journée Alzheimer

Les Totors entrent en scène, spectacle suivi d'échanges en présence de professionnels.

Vendredi 21 septembre

à St-Rémy à 14h30

Espace Brassens

(entrée libre et gratuite)

■ Semaine du cœur

Apprenez à vous protéger des risques cardiovasculaires.

Venez participer aux différents ateliers proposés.

Du 24 au 30 septembre à Chalon

Espace Santé Prévention

Programme disponible sur demande

(entrée libre et gratuite)

■ Journée des aidants

Représentation théâtrale avec la compagnie « La belle histoire »
Stands d'informations et présentation des ateliers du semestre.

Vendredi 5 octobre à Givry dès 14h30

Salle des fêtes

(entrée libre et gratuite)

■ Octobre rose

Tout un mois pour s'informer sur le dépistage du cancer du sein.

Quelques rendez-vous :

Lancement de l'édition 2018 :

Samedi 6 octobre à Chalon dès 11h30

Place du Port Villiers

Course et marche "La chalonnaise":

Dimanche 14 octobre à Chalon à 10h

C'réa jeunes talents:

Dimanche 21 octobre à Chalon à 16h

Salle Marcel Sembat

(programme complet à disposition sur demande)

■ Soirée conférences Dys

(Par le réseau de santé Pluradys)

Table ronde, échanges avec des professionnels.

- Que sont les Dys ?

Dyslexie, Dysphasie, Dyspraxie,

Dysorthographe ...

- Les démarches, les adaptations

Mercredi 10 octobre à Chalon à 18h30

Espace Jean Zay rue Jules Ferry

(entrée libre et gratuite)

<http://www.pluradys.org> - Tél. 03 80 50 09 48

Des journées de sensibilisation santé handicap

■ Spectacle :

Ma vie est un sketch

« Le second degré comme une béquille de plus, quand j'étais petite, comme métier je voulais faire rire les gens », Le texte de Déborah Arvers, interprété, sous les traits d'un récit autobiographique, nous confronte avec toute sa tendresse à la notion de différence.

Vendredi 19 octobre

à St-Marcel à 20h30

Le Réservoir

(entrée gratuite, à partir de 12 ans)

En partenariat avec Le Réservoir :

Réservation : 03 85 42 46 27

lereservoir@saintmarcel.com

■ Journée diabète

Dépistages, échanges, conseils, ateliers pratiques.

Mercredi 14 novembre à Chalon

De 9h à 17h

Espace Santé Prévention

(entrée libre et gratuite)

■ Journée soins palliatifs et droits des patients

Informations, ateliers, échanges avec des professionnels et des associations.

Jeudi 15 novembre à Chalon

de 10h à 17h

Hall du Centre Hospitalier

William Morey

(pour tout public, entrée libre et gratuite)

■ Festival des soupes

10^{ème} édition

Concours de soupes amateurs :

(inscriptions avant le 2 nov.)

Dégustation de la soupe des Jardins Solidaires, marché de producteurs locaux, animations pour les petits et les grands.

Samedi 17 novembre à Chalon

de 14h à 19h

Place de l'Hôtel de Ville

(entrée libre et gratuite)

« Gratifieria » :

Matériels de cuisine et outils de jardin

Vide grenier gratuit

Dimanche 18 novembre à Chalon

de 9h30 à 11h30

Place de l'Hôtel de Ville

(entrée libre et gratuite)

■ Vaccinations contre la grippe

Proposées par une infirmière, ces séances gratuites sont destinées à tout adulte ayant déjà été vacciné.

Chalon. les mardis (de 16h30 à 18h) :
**23 et 30 octobre, 6 et 20 novembre
et 4 décembre**

Espace Santé Prévention

(Sans rendez-vous)

Des Ateliers

■ **Le Bien-être par la Naturopathie** (réservé aux femmes)
Stress, fatigue, jambes lourdes...
besoin de prendre un temps pour soi ?

Choix entre 3 horaires :
10h ou 12h ou 14h

Mercredi 26 septembre
Le Bien-être tout un programme :
présentation des ateliers de l'année

Mercredi 17 octobre
Rendez-vous nutrition : quand la
naturopathie s'invite à votre table

Mercredi 21 novembre
Les douleurs : comment soulager
son corps grâce à l'automassage :
soin corporel.

Mercredi 12 décembre
Les fêtes ça peut être aussi le
bien-être et le bien manger :
atelier dégustation

Espace Santé Prévention
Tarif : 4,50€ par séance.
Inscription obligatoire confirmée
par le paiement.

■ **Gens qui rient**
Envie de décompresser, de vous
amuser, de vous relaxer...
Atelier collectif animé par une
psychologue.

Tous les 15 jours : de 14h à 15h30

Mardis 4 et 18 septembre
Mardis 2, 16 et 30 octobre
Mardi 13 et 27 novembre
Mardi 11 décembre

Espace Santé Prévention
(gratuit)

■ **Ateliers de répit et de soutien pour les proches aidants**
« Prendre soin de soi pour mieux
prendre soin de l'autre »
Programme complet et détaillé
disponible à l'accueil.

Espace Santé Prévention
(gratuit)

Des programmes

■ Programme Activ' Santé : bien-être et remise en forme

Programme d'activités physiques adaptées, destiné aux personnes sédentaires et encadré par un éducateur sportif formé au sport-santé.

Renseignements et inscription

Mardi 11 septembre à Chalon à 14h

Espace Santé Prévention

Renseignements : Sylvie Janod-Simon

Tél. : 03 85 41 46 33

Mail : sylvie.janod-simon@chalonsursaone.fr

Coût : 10,50€ pour l'année

(séances hebdomadaires et ateliers découvertes)

■ Cycle de Gym Activ

Programme d'activités physiques adaptées destiné aux personnes en post traitement de cancer.

Renseignements et inscription

Lundi 17 septembre de 12h30 à 13h30 à Chalon

Espace Santé Prévention

Renseignements et inscriptions sur place.

Coût : 15€ pour 14 séances hebdomadaires et un atelier diététique

Des conférences

■ De C. Vial et de F.Quincez

Fleurs de Bach : dépression saisonnière

Jeudi 13 septembre à 19h30

■ De C. Bernard

La Médiation Familiale

Jeudi 20 septembre à 19h30

■ De G. Vion

Le shiatsu pour prendre soin de votre cœur

Vendredi 28 septembre à 19h30

■ De C. Guillot

Mieux vivre ses acouphènes

Mercredi 10 octobre à 19h30

■ De C. Saint-Guilain

La Méditation pleine conscience au cœur de la vie

Mercredi 17 octobre à 19h30

■ De N. Moscovitz

La Pensée Positive

Vendredi 12 octobre à 19h30

■ De M-N. Bouissy

Equilibre et posture

Vendredi 9 novembre à 19h

■ De P. Baudry

Maladie de Lyme

Vendredi 16 novembre à 19h

■ De N. Moscovitz

Oser être soi avec le Théâtre thérapie

Vendredi 30 novembre à 19h30

■ De L. Jannot

Dernières découvertes scientifiques liées à l'acupuncture.

Mercredi 5 décembre à 19h

■ De L. Martineau

Relation d'aide par le Toucher

Jeudi 6 décembre à 19h

Espace Santé Prévention

Gratuit. Renseignements au 03 85 46 14 57

Service Hygiène Salubrité

■ L'inspecteur de salubrité

Intervient dans le cadre des pouvoirs de police du Maire et des pouvoirs de police spéciale du Préfet uniquement sur le territoire de la Ville de Chalon-sur-Saône.

Il reçoit vos demandes dans les domaines de :

- > la lutte contre l'habitat indigne
- > les nuisances sonores :
bruits des activités commerciales et artisanales, lieux musicaux
- > l'hygiène alimentaire
- > les eaux d'alimentation et de loisirs (surveillance et qualité)
- > la salubrité publique (dépôts sauvages de déchets, terrains non entretenus, assainissements...)
- > l'air (nuisances olfactives...)
- > lutte anti vectorielle (démoustication, dératisation, conseil en désinfection, lutte antiparasitaire)

Vos demandes sont à adresser à l'Espace Santé Prévention :
par courrier, téléphone
ou directement à l'accueil

(voir coordonnées au dos du document)

ou par mail :

hygiene.salubrite@chalonsursaone.fr

Votre Mémo Santé des permanences

■ Point écoute

Lieu d'accueil, d'écoute, de soutien psychologique et d'orientation. Entretiens individuels, confidentiels, anonymes et gratuits.

La psychologue reçoit :

Sans rendez-vous :

Le mercredi de 14h à 16h

Sur rendez-vous :

Le mardi de 13h30 à 17h30

Le mercredi et jeudi de 9h à 12h

■ Infirmière conseillère de santé

Écoute, conseils et accompagnement pour l'accès aux soins des personnes en difficultés. Sur rendez-vous.

■ Handicap

Accueil, information, orientation pour les personnes en situation de handicap (tout âge, tout handicap) et leurs familles.

Sur rendez-vous :

Les après-midis de 14h à 17h

■ Équipe Mobile Psychiatrie Précarité

Faciliter la prévention, repérer la souffrance psychologique, orienter vers un dispositif de soins adaptés, améliorer la réponse en santé mentale.

Sur rendez-vous :

Le mercredi matin

Contact au 06 34 61 64 46

Un Point Relais documentaire

OUVERT À TOUS

Espace documentaire et mise à disposition gratuite d'affiches, de brochures sur tous les thèmes de prévention santé pour s'informer ou appuyer un projet.

Actualisé en partenariat avec l'IREPS de Bourgogne Franche-Comté - Antenne 71.

Les points relais documentaires sont mis en place par l'IREPS de Bourgogne Franche Comté dans les territoires de santé de la région.

Pour toute demande documentaire particulière, contacter l'antenne 71 de l'IREPS Bourgogne Franche-Comté, 4 Quai des Marans, à Mâcon au 03 85 39 42 75.



Direction des Solidarités et de la Santé du Grand Chalon
Espace Santé Prévention
Service Santé Handicap
Service Hygiène Salubrité
1 place Ste-Marie
71100 Chalon-sur-Saône
Tél. : **03 85 46 14 57**
sante.handicap@legrandchalon.fr



SanteHandicapGrandChalon

Horaires d'ouverture :
Du lundi au jeudi :
8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30
Le vendredi :
8h30 à 12h et de 13h30 à 17h