

Respect
des conditions
sanitaires
en vigueur
Covid-19,
n'oublions
pas les gestes
barrières



Comment venir ?

→ Bus :
C6 : arrêt 8 mai 1945
C7 : arrêt Potié
ligne 12 : arrêt Étienne Grappe
→ Tram :
ligne D : arrêt Étienne Grappe



C'est ici !



10^e
édition

Forum
santé
SMH
on s'y sent
bien !

Entrée
gratuite

mer.
29
sept.
2021
de
10 h 30
à 18 h
Place Étienne
Grappe

19 stands santé
pour prendre soin de soi

Direction de la communication de la ville de Saint-Martin-d'Hères - Août 2021 - IM



dynamique et solidaire
saintmartindheres.fr

Toute la journée, des professionnel(le)s vous accueillent pour échanger, informer, conseiller autour de la santé !

Accueil du Forum

Professionnel(le)s de la direction hygiène-santé.

Bzzz, stop aux moustiques !

Information sur le moustique tigre et moyens de lutte

>> par l'Entente interdépartementale de démoustication (EID)

Prendre soin de soi et de sa santé

• **Thématique sur la prévention en général**

Maladies cardiovasculaires, troubles du sommeil, alimentation, bon usage des médicaments, addictions et mesure de la tension

>> par les professionnel(le)s du centre de santé l'Étoile

• **Une maison de santé pour vous accueillir**

Une structure de soins qui regroupe près de 50 professionnels de santé travaillent ensemble afin améliorer votre prise en charge

>> par le Pôle de santé interprofessionnel (Psip)

Point Info Santé

Pour répondre à vos questions sur la santé, la prévention, l'accès aux soins, la vaccination

>> par une infirmière du service santé de la ville

Atelier yoga du rire myrabellesque et bien-être

Rire grâce au yoga du rire, pour positiver, s'amuser, se déconnecter, s'éclater

>> par Pinceaux douceur

Tout savoir sur les plantes

Connaître, faire connaître et préserver la flore sauvage

>> par Gentiana, et la société botanique Dauphinoise Dominique Villars

Atelier d'expression "avec les mots"

Venez jouer avec les mots, les émotions

Ateliers artistiques et ludiques d'expression et d'écriture

>> par une professionnelle du service santé de la ville

Service des sports - EMS

Activités sportives : Pilates, yoga sur chaise

>> par les professionnel(le)s du service des sports de la ville

Dispositif d'accompagnement vers l'activité physique adaptée

Accompagnement personnalisé vers une reprise d'activité adaptée à la santé, à vos envies et à vos capacités

>> par Prescri'Bouge

L'art-danse-thérapie, un chemin pour s'exprimer et s'accepter

Espace pour se reconnecter à son corps par des mouvements, de la musique ou des arts plastiques afin de vivre ses émotions et pour développer ses potentiels

>> par Art-Vie UP

Espace détente

Initiation à la sophrologie pour aborder la gestion du stress

Ateliers cosmétiques

• Dès 13 h : atelier cosmétiques naturels, venez créer votre savon personnalisé

>> par Les fleurs de Dosha⁺

• Dès 14 h : venez fabriquer votre dentifrice en découvrant les ingrédients naturels. Apprenez à déchiffrer les étiquettes. Comment prendre soin de soi sans prendre de risque pour sa santé et sans polluer la planète

>> par l'Alec⁺

Bar "Au plaisir des infusions"

Venez découvrir et déguster différentes infusions au coin détente

>> par les professionnel(le)s du service hygiène-santé

Accès aux droits

Échange et présentation des différentes questions d'accès aux droits

>> par le CCAS

Dépistage de la vue

Conseils et test avec dépistage de la vue

>> par le centre optique Écouter Voir

Santé sexuelle et vie affective : ça compte aussi !

• **Contraception, relation à l'autre, suivi gynécologique, grossesse, IST...**

• **Ateliers portage bébé à 13 h et 16 h : libérez-vous de la poussette !***

>> par les professionnelles du CCPEF

Dépistages auditifs

Conseils, accompagnements, informations Modalités de prise en charge appareillage

>> par Audika

*Sur inscription à l'accueil du Forum santé

11 h : inauguration de la remorque l'S'Cargo

Improvisation tout au long de la journée sur la thématique des gestes barrières, et spectacle de clôture à 17 h 15

>> par la Compagnie Imp'Acte

Renseignements et informations

Accueil de la direction hygiène-santé

Tél. 04 76 60 74 62

service.hygiene-sante@saintmartindheres.fr