

EXPLORE TA SANTÉ



CONFÉRENCES

ESCAPE GAME SANTÉ

DIAGNOSTIC FORME

INITIATIONS AUX GESTES
QUI SAUVENT

ATELIERS LUDIQUES

Gratuit



**Rendez-vous
samedi 12 avril
de 11h à 18h
Hôtel de Ville**

**LYON,
VILLE
SANTÉ**

Avec la participation des partenaires du Contrat Local de Santé,
du secteur associatif et des réseaux d'éducation populaire.

Une journée pour prendre soin de soi et des autres

Venez explorer des sujets variés tels que l'alimentation, le sommeil, la prévention du cancer, la santé mentale, les gestes qui sauvent, la santé des enfants, les bienfaits de l'activité physique, les addictions, la vaccination ou encore la santé sexuelle.

Au programme, de nombreuses activités : quiz et jeux interactifs, escape game, expériences immersives avec des casques de réalité virtuelle, diagnostics forme, tests de force, d'équilibre et de souplesse, création d'une œuvre collective.

Des activités pour tous les âges, des enfants aux seniors, dans une ambiance festive tout au long de la journée.

Stands d'information

En accès libre

11h-18h

Venez vous informer et découvrir des outils concrets pour améliorer votre santé au quotidien. Les partenaires santé de la Ville de Lyon seront présents pour répondre à vos questions et vous orienter.

Ateliers - animations

Sur inscription, lyon.fr

11h - 18h durée 45min

Initiations aux gestes qui sauvent

11h et 12h45 durée 45min

Ateliers pratiques pour une parentalité apaisée

À destination des parents de nourrissons (0-2 ans)

11h15, 13h45 et 16h durée 1h30

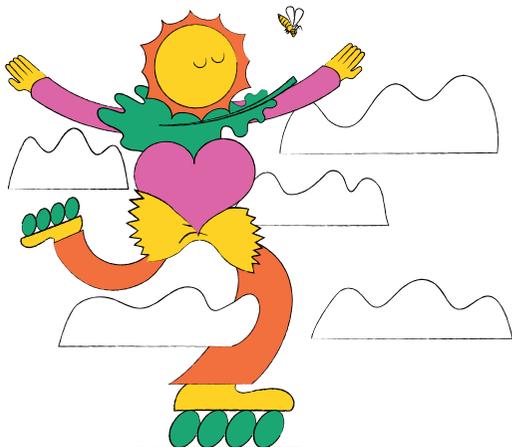
Escape game « Sauve qui PE »

Sur les perturbateurs endocriniens
À partir de 14 ans

14h - 14h30

Atelier sur la cohérence cardiaque, un outil de gestion du stress

Animée par le D^r Sylvie Frolichman, cardiologue, FFC Val de Rhône



Activités physiques *Sur inscription, lyon.fr*

De 11h à 16h

Découverte boucles emform@lyon

Deux parcours, à 11h et 15h *durée 1h*

11h - 12h

Cours de gym

14h - 15h

Cours de pilates

15h *En accès libre*

Cours de gym avec DIM FIT

Grand cours de gym collectif
et flash mob sur la place des Terreaux

15h - 15h30

Initiation au Silver 13 équilibre

Ateliers collectifs pour les plus
de 60 ans autour du ballon ovale,
pour prévenir les chutes

16h - 17h

Cours de stretching

Conférences *Sur inscription, lyon.fr*

11h - 11h50

Viellir en bonne santé grâce à l'activité physique

Mini conférence suivie d'une initiation
au Silver 13 équilibre organisée par
la Ligue AURA Rugby à 13,
l'Université Lyon 1 et UFR STAPS de Lyon

12h - 13h

L'alimentation vecteur de prévention

Organisé par le Centre Léon Bérard

13h - 14h

La gestion du stress : « Apprendre à mieux gérer son stress pour préserver sa santé et son bien-être au quotidien »

Par la CPTS de Lyon 7, suivie d'une initiation
à la sophrologie de 20 min.

14h - 14h30

Endométriose : principaux enjeux du diagnostic et de la prise en charge multidisciplinaire

Organisé par les Hospices Civils de Lyon
D^r Charles-André Philip

15h - 15h30

Les piliers de la prévention santé sommeil, alimentation, activité physique

Organisé par les Hospices Civils de Lyon

16h - 17h

Enfants et écrans :

Comment accompagner nos enfants ? Les bonnes pratiques à adopter

Organisé par l'UDAF69

16h - 16h30

Théâtre forum sur la santé mentale

Organisé par le collectif
Toutes et tous concernés 69

17h - 17h30

Les troubles du neuro développement chez les enfants et adolescents

Organisé par le CHU le Vinatier,
P^r Marie-Maude Geoffroy Cassar

Informations pratiques

Accessibilité

Pour les personnes à mobilité réduite, l'entrée se fera depuis la place de la Comédie.

Sonner à l'interphone.

Pour les personnes non-voyantes ou malvoyantes, l'entrée se fera depuis la place des Terreaux.

Un accompagnement sera disponible sur demande pour orienter les personnes sur les différents stands.

Pour les personnes sourdes ou malentendantes, une traduction en Langue des Signes Française sera mise à disposition sur un créneau de 2h.

Rendez-vous à 15h

« Accessibilité aux soins de santé pour les personnes sourdes »

Conférence animée par le centre de consultations et d'orientation et psychiatrie et surdité et l'Unité d'accueil et de soin pour les patients sourds de l'Hôpital Edouard Herriot.

Sur inscription, lyon.fr

Un immense merci à tous les partenaires qui se sont mobilisés pour ce grand rendez-vous santé à l'Hôtel de Ville de Lyon :

Addictions France, Association Lutte contre le sida, Association Impulse, Association Syndrome de Lynch, Centre de consultations et d'orientation psychiatrie et surdité, Centre hospitalier le Vinatier, Centre International de Recherche sur le Cancer, Centre Léon Bérard, Comité du Rhône de la Ligue contre le cancer, Comité du Rhône et Métropole de Lyon et Ligue de rugby à 13, Communauté d'universités et établissements Université de Lyon, Caisse primaire d'assurance maladie du Rhône, Communautés professionnelles territoriales de santé 7^e, Centre Régional de Coordination des Dépistages des Cancers, Croix-Rouge Française, Dimfit, Établissement Français du Sang, Fédération Française de cardiologie, Filière AVC, GENETICANCER, Hospices Civils de Lyon, Immuniser Lyon, Ligue et comité du Rhône contre le cancer, Lyon sauvetage métropole, Movendo, Nightline, Protection civile du Rhône, Premiers Secours en Santé Mentale, Réseau Environnement Santé, Sapeurs-pompiers de la Métropole de Lyon et du Rhône, Association SERA, SHAPE-Med@Lyon, SOS Suicide Phenix Lyon, Spactions, Toutes et tous concernés 69, UDAF du Rhône, UGSEL, Union nationale des associations de secouristes et sauveteurs, Union régionale des professionnels de santé Chirugiens-Dentistes, Masseurs-Kinésithérapeutes, Sages-femmes, Unité d'accueil et de soins pour les patients sourds (HEH), Unis-Cité Rhône, Union départementale fédérée pour le don du sang bénévole du Rhône, Université Lyon 1.