

journées santé

VEUZAIN-S/LOIRE

VENDREDI 28 NOVEMBRE

10 h 00 - 17 h 30

Salle Charles de Rostaing

Au programme



Des rendez-vous avec des professionnels de la santé sur inscription

Bilan de santé (à partir de 08 h 30), nutrition, diabète, dépistage des cancers, arrêt du tabac, vaccination grippe ...



Ateliers d'activité physique et de bien-être



Des stands d'information en accès libre

Don du sang, droits et démarches CPAM, MSA, prévention des maladies cardiovasculaires ...

Accès libre et gratuit



Informations et inscriptions
02 34 03 20 99



Vendredi 28 novembre de 10 h 00 à 17 h 30



Des rendez-vous avec des professionnels de la santé - Sur inscription

Bilan de santé | 15 min. (À partir de 08 h 30)

Examen de santé à jeun réalisé par une infirmière comprenant une prise de sang et un recueil des urines.

Dépistage des cancers

- Information et accompagnement à l'accès aux dépistages des cancers du sein, du côlon, du col de l'utérus : aide au rendez-vous de mammographie, recherche de sang dans les selles, informations sur le prélèvement cervico-utérin ... | 15 min.
- Remise de kits de dépistage du cancer colorectal | 15 min.
- Réalisation du frottis par une sage-femme dans le cadre du dépistage du col de l'utérus | 30 min.

Diabète

- Réalisation d'un fond d'œil de dépistage de la rétinopathie diabétique pour les personnes diabétiques de moins de 70 ans | 15 min.
- Rendez-vous de prévention du pied avec un podologue | 15 min.

Arrêt du tabac | 20 min.

Écoute, conseils et propositions d'accompagnement autour de l'addiction au tabac.

Nutrition | 20 min.

Conseils personnalisés sur les habitudes alimentaires et l'activité physique.

Autonomie | 15 min.

Réalisation du questionnaire ICOPE pour les personnes de plus de 60 ans, autonomes, vivant à leur domicile. Évaluation visant à repérer la perte de l'autonomie.

Vaccination | 15 min.

Vaccination contre la grippe.



Ateliers d'activité physique - Sur inscription

Activité physique adaptée | 45 min.

Les séances d'activité physique adaptée consistent en des exercices variés (renforcement, mobilité, équilibre, endurance, relaxation) choisis et ajustés selon les capacités, l'état de santé et les objectifs de chaque personne. Groupe de 4 à 8 personnes.

Initiation activités bien-être | 45 min.

Yoga doux - Sophrologie - Qi Gong.



Stands d'information - En accès libre

Accès aux droits

CPAM | MSA | France services

Prévention

Addictions France | Conseil en Architecture Urbanisme et Environnement | Club cœur et santé | Don du sang | Les cellules en bataille | Ligue contre le cancer | Maison Sport Santé | Jardins de Cocagne.

Informations et inscriptions : 02 34 03 20 99