

LES RENDEZ-VOUS **SANTÉ**



DES
ATELIERS



DES
PERMANENCES



PROMOUVOIR
LA **SANTÉ**

DE TOUS LES GRANDS CHALONNAIS

SEPTEMBRE
À **DÉCEMBRE**
2020



DES
JOURNÉES DE
SENSIBILISATION



MÉMO
SANTÉ



DES
CONFÉRENCES



En 2012, le Grand Chalon s'est doté de compétences santé et handicap.

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 par 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

● 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.

Dimanche 20 septembre

de 8h à 12h et de 13h à 18h

Nouveaux locaux de la Croix Rouge

Lundi 23 novembre

de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30

ADPC 71

10 rue de la Tremouille

71100 Chalon sur Saône

(renseignements à l'Espace Santé Prévention)

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

● Journée Mondiale

Alzheimer

Les Totors entrent en scène avec leur spectacle « Chemin faisant » suivi d'échanges en présence de professionnels.

Lundi 21 septembre à Chalon à 14h30

Clos Bourguignon,

12 avenue Monnot

(gratuit sur réservation à l'espace

Santé Prévention au 03 85 46 14 57)

● Octobre Rose

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

Pour cette nouvelle édition 2020, un lancement, des rencontres, des conférences, des ateliers...

Lancement : jeudi 1^{er} octobre à 18h

Esplanade du Port Villiers à Chalon

Programme à venir et disponible à l'accueil de l'Espace Santé Prévention et sur le site du Grand Chalon. (entrée libre et gratuite)

● Journée Nationale des Aidants

« Paroles d'aidants » :

représentation théâtrale créée

par Anne Prost Cossio sur la

reconnaissance du statut d'aidant.

Echanges et informations à l'issue de la représentation.

Mardi 6 octobre

à Saint-Désert dès 14h30

Salle des fêtes de Rocheriaux

(gratuit sur réservation à l'espace

Santé Prévention au 03 85 46 14 57)

● Semaine du goût

Une semaine pour éduquer au goût

et mettre en avant la culture des

patrimoines culinaires et le bien

manger. Différentes structures du

territoire proposent des actions

en ce sens (menus, ateliers...).

Du 12 au 18 octobre à Chalon

Des journées de sensibilisation

● Sensibilisation Culture et Handicap

Spectacle tout public à partir de
12 ans sur le thème de la déficience
visuelle « Ecoute, Donc, Voir »

De Raphaël Thierry Cie l'Estaminet Rouge

Samedi 6 novembre à Saint-Marcel

à 20h30

Au Réservoir

(réservation au 03 85 42 46 27

ou lereservoir@saintmarcel.com)

● Journée diabète

Dépistages, échanges, conseils,
ateliers pratiques.

Jeudi 12 novembre de 9h à 17h

Au regard de la crise sanitaire, l'organisation de
cette journée est en cours.

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, 12h ou 14h

Mercredi 7 octobre

Ma détox avec la médecine indienne « L'Ayurveda ».

Mercredi 25 novembre

Tous les conseils naturo pour passer un bon hiver.

Mercredi 9 décembre

Je suis gourmande et en pleine forme.

Espace Santé Prévention

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

● **Ateliers de répit et de soutien pour les proches aidants**

« Prendre soin de soi pour mieux prendre soin de l'autre ».

Reprise des ateliers : mi-septembre

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, isolés, en situation de précarité.

Espace Santé Prévention

Coût : 10.60€ pour l'année.

Lieux : Maison des Sports ou Gymnase Alsace Lorraine à Chalon-sur-saône.
Renseignements et inscriptions auprès de Sylvie Janod Simon au 03 85 41 46 33.

● PASS-sport santé sur prescription

Un programme d'activités physiques adaptées destiné aux personnes atteintes de maladies chroniques et sédentaires sur conseil et prescription d'un médecin.

En partenariat avec le Réseau Sport Santé Bourgogne Franche-Comté (RSS-BFC).

Espace Santé Prévention

Coût : 100€ à l'année avec une prise en charge de 50% la première année 30% la 2^{ème} par le RSSBE-BFC

Lieux : Maison des Sports ou Base Nautique
Renseignements et inscriptions auprès de Sylvie Janod Simon au 03 85 41 46 33.

● Cycle Gym Activ'

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

Dès le lundi 13 janvier
de 12h30 à 13h30

Espace Santé Prévention

Renseignements et inscriptions sur place.

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

● Pass'Sport forme

Programme multisports destiné aux enfants en surpoids de 6 à 10 ans.

En partenariat avec le Réseau de Prévention et de Prise en charge de l'Obésité Pédiatrique Bourgogne Franche-Comté (RéPPOP).

Gymnase Garibaldi

(58 rue Garibaldi à Chalon-sur-Saône)

Coût : 30€ pour l'année.

Renseignements et inscriptions auprès de Sylvie Janod Simon au 03 85 41 46 33.

Des conférences

● Aborder l'automne avec la Médecine Traditionnelle Chinoise

Par Tissame Mohammédi

> Thérapeute

Mardi 6 octobre à 19h

● Conférence/Formation Gestion Emotionnelle

Par Vincent GRESSOT >

Thérapeute Gestion Émotionnelle

Jeudi 29 octobre (1^{ère} partie) à 19h

jeudi 12 novembre (2^{ème} partie) à 19h

Espace Santé Prévention

Gratuit. Jauge réduite.

Renseignements et inscriptions obligatoires au 03 85 46 14 57

Service Hygiène Salubrité

● L'inspectrice 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.

Elle 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 :

Accueil, soutien psychologique et orientation. La psychologue reçoit en individuel, gratuitement et sur rendez-vous. Des ateliers collectifs auront lieu pour celles et ceux qui souhaitent décompresser, s'amuser ou se relaxer. Espace Santé Prévention
Les permanences et les rendez-vous sont actuellement suspendus.
Renseignements à l'Espace Santé Prévention
au 03 85 46 14 57

● Infirmière conseillère de santé

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

● Référente 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

● Éducatrice Sport-Santé

En partenariat avec la Direction des Sports de Chalon-sur-Saône.

Conseils et orientation vers une pratique d'activités physiques Sport-Santé.

Sur rendez-vous :

Contact : Sylvie Janod Simon :
éducatrice sportive référent
Sport-Santé au 03 85 41 46 33.

● Équipe Mobile Psychiatrie Précarité :

Accueil pour faciliter la prévention, le repérage précoce, l'orientation et l'accès au dispositif de soins.

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 Chalons
Espace Santé Prévention
Service Santé Handicap
Service Hygiène Salubrité
1 place Sainte-Marie
71100 Chalons-sur-Saône
Tél. : **03 85 46 14 57**
sante.handicap@legrandchalon.fr
hygiene.salubrite@chalonsursaone.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