

DU 1^{ER} OCTOBRE AU 15 NOVEMBRE 2019

LE MOIS DE LA SANTE 2019

- www.decines-charpieu.fr -

Le Mois de la Santé est une action co-construite avec l'ensemble des partenaires du territoire dans le cadre de l'Atelier Santé Ville.

© PUBLI CONCEPT - www.publiconceptlyon.fr

LE MOIS DE LA SANTE 2019



EN OCTOBRE

DU MARDI 1^{ER} OCTOBRE AU MARDI 5 NOVEMBRE, 9H30-11H30

« MANGER, BOUGER, SANTÉ PRÉSERVÉE »

6 ateliers d'activités physiques et de nutrition, gratuits à destination des Seniors, animés par l'UFOLEP.

> Au Club Soleil d'Automne

- Inscriptions : 04 72 37 26 35

MERCREDI 9, 14H-16H

BALADE NATURE COMMENTÉE

avec France Nature Environnement, sur le Chemin de Contre Halage jusqu'à l'Aviron Décinois. Public Senior pouvant être accompagné des petits enfants.

> RDV Parking angle rue Francisco Ferrer/Chemin de Contre halage.

- Places limitées, inscription recommandée, Espace Seniors Décinois : 04 78 49 55 92

JEUDI 10, 14H30-18H30

« VILLAGE SANTÉ PLACE ROGER SALENGRO »

Plus de 40 stands pour découvrir les bienfaits d'une alimentation saine, d'une activité physique régulière ou encore les dispositifs d'aide et d'accompagnement individuels, la sensibilisation aux cancers, etc. Pour tout public, du tout petit au senior. Animations et parcours quizz rythmeront ce temps de rencontres.

- Renseignements : CCAS, 04 72 93 30 37

VENDEDI 11, 10H-12H

« PARCOURS MOTRICITÉ GLOBALE ET FINE »

avec l'ACEPP du Rhône, enfants de 0-4 ans accompagnés d'un adulte.

> Quartier du Prainet à l'Espace Michel Marillat ou terrain de pétanque (selon météo)

- Renseignements : Guislaine Tête au Ballad'Ou, 06 64 71 68 40

VENDEDI 11, 14H15-15H30

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Séance de « Taïso », entretien et préparation du corps. Tout public à partir de 16 ans, animé par le Judo Club de Décines.

> Gymnase de l'École primaire La Soie.

- Inscription recommandée : 06 29 56 16 17

MARDI 15, 13H30-17H30

« VILLAGE SANTÉ QUARTIER DU PRAINET »

Stands d'information autour de la prévention de la santé et nombreuses animations : atelier de préparation d'un goûter équilibré, atelier de préparation des produits faits maison, espace Ludothèque parent-enfant, adapter son logement à la perte d'autonomie, etc.

> Placette Marillat.

- Renseignements : 06 25 57 02 54

MARDI 15, 14H-15H

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Séance découverte Silver XIII Equilibre.

Public senior, à partir de 60 ans, animée par le Décines Rugby League.

> Gymnase de l'École Prainet 2

- Inscription recommandée : 06 20 32 24 05

JEUDI 17, 18H30

VERNISSAGE EXPOSITION « VENUS 10 »

sur le thème de la prévention du cancer du sein.

> Médiathèque Espace Expo.

- Exposition du 15 octobre au 9 novembre

VENDEDI 18, 10H-12H

« CULTIVONS NOTRE SANTÉ PAR LA CRÉATIVITÉ ET L'IMAGINAIRE »

avec l'ACEPP du Rhône. Enfants de 0-4 ans accompagnés d'un adulte. Une malle de livres à explorer sur l'art et ses possibles, une malle de tissus et une autre de bazars bizarres à farfouiller. Explorer, jouer, rêver et créer pour vibrer des pieds à la tête !

> Quartier du Prainet à l'Espace Michel Marillat ou terrain de pétanque (selon météo).

- Renseignements : Guislaine Tête au Ballad'ou : 06 64 71 68 40

LUNDI 21, 14H-16H

« CPAM DU RHÔNE »,

Intervention ludique et accessible sur le thème de l'Accès aux droits.

> Salle Polyvalente de l'École de la Soie.

- Renseignements et inscriptions : 04 78 49 50 42 ou 04 72 93 82 37

MARDI 22, 14H-15H

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Parcours santé au Parc Raymond Troussier, animé par le Service des sports de la Ville de Décines. Tout public dès 16 ans.

> RDV devant le Gymnase Zola.

- Inscription recommandée, 06 74 29 51 35

MERCREDI 30, 14H30-15H30

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Initiation à l'escrime, proposée par le CSD Escrime. Tout public à partir de 10 ans.

> Gymnase Becquerel.

- Inscription recommandée, 06 51 84 25 37

MERCREDI 30, 18H30-22H

« SOIRÉE JEUX VIDÉOS À LA MÉDIATHÈQUE »

Venez jouer en équipe (jeunes 12-17 ans révolus/parent) et découvrir des consoles de jeu d'hier et d'aujourd'hui ! Animée par la Cyberbase de Bron, la Médiathèque et le Service Jeunesse.

- Places limitées, inscription recommandée : 04 72 93 30 10

JEUDI 31, 14H30-15H30

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Fitness escrime, animé par le CSD Escrime.

Tout public à partir de 16 ans.

> Gymnase Becquerel.

- Inscription recommandée, 06 51 84 25 37

EN NOVEMBRE

LUNDI 4, 13H30-14H30

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Zumba Gold, proposée par le Centre Léo Lagrange. Public senior, à partir de 60 ans.

> Centre Léo Lagrange.

- Inscription recommandée : 04 78 49 02 69

MARDI 5, 20H

FILM « JUSQU'À LA GARDE »

Le couple Besson divorce. Pour protéger son fils d'un père qu'elle accuse de violences, Miriam en demande la garde exclusive. La juge en charge du dossier accorde une garde partagée au père qu'elle considère bafoué. Pris en otage entre ses parents, Julien va tout faire pour empêcher que le pire n'arrive. Séance suivie d'un débat animé par l'Association Violences Intra-Familiales Femmes Informations Libertés (VIFIL).

> Ciné Toboggan

- Tarif unique 5 €. Renseignements : 06 25 57 02 54

JEUDI 7, 18H30-21H

« PARENTS+ENFANTS+ECRANS : PARLONS-EN »

Rencontre-discussion pour parler des écrans et réfléchir à vos pratiques et celles de vos enfants ! Animée par le Docteur Bois et la Cyberbase de Bron.

> Médiathèque de Décines.

- Places limitées, inscription recommandée : 04 37 42 10 20

MARDI 12, DE 15H30 À 16H30

« SPORT ET BIEN ÊTRE »

Gym douce, animée par l'Association Gym Volontaire et le Service des Sports de Décines.

> Salle Polyvalente de l'École des Marais.

- Inscription recommandée : 06 31 81 70 95

MARDI 12, À 20H

CONFÉRENCE INTERACTIVE SUR LE THÈME « ÊTRE PARENTS C'EST : ... »

Présentation d'un court métrage (témoignages de parents et d'enfants) et animation de la soirée par l'association « Ma famille comme unique ». L'échange se poursuivra autour d'un pot convivial.

> Salle des fêtes

- Préinscription recommandée au 04 72 05 61 95

MERCREDI 13, À 19H

FILM « HORS NORMES »

Bruno et Malik vivent depuis 20 ans dans un monde à part, celui des enfants et adolescents autistes. Au sein de leurs deux associations respectives, ils forment des jeunes issus des quartiers difficiles pour encadrer ces cas qualifiés « d'hyper complexes ». Une alliance hors du commun pour des personnalités hors normes. Séance suivie d'un débat animé par Mme Verne Carole, Chef de Service, Maison d'Accueil Spécialisé Michel Chapuis et Mme Blanchard Denise, mère aidante de Caroline, résidente accueillie à la MAS.

> Ciné Toboggan

- Tarif unique 5 €. Renseignements : 06 25 57 02 54

VENDEDI 15, 9H-12H ET 14H -17H

« LES 24 HRS DE LA PRÉVENTION ROUTIÈRE ET DE LA MOBILITÉ »

Nombreux stands et animations autour de la prévention routière et des modes de transports doux : parcours lunettes alcoolémie, test de conduite à risque (automobile, motocyclette), initiation aux gestes qui sauvent, simulateur de conduite, séance de code, parcours ludiques autour des modes de transport doux (gyropodes, trottinettes, vélo...), bus pédagogique. Voir programme détaillé sur le site internet de la mairie.

> Place Roger Salengro

- Renseignements : Espace Jeunes, 04 37 42 10 20 ou Service Cadre de Vie : 04 72 93 30 40

VENDEDI 15, 14H-17H

« INITIATION AUX GESTES QUI SAUVENT »

en lien avec les 24h de la Prévention routière et de la mobilité. A destination des adultes décinois (à partir de 18 ans).

> Salle des fêtes

- Places limitées/ Inscription obligatoire, Espace Jeunes, 04 37 42 10 20

La Maison de l'Emploi et la Mission Locale sont relais du mois de la santé.

- Pour plus de détails sur les actions contactez le 04 72 93 39 06