



# Service Santé et Handicap

## LES RENDEZ-VOUS SANTÉ



DES  
**JOURNÉES DE  
SENSIBILISATION  
SANTÉ  
HANDICAP**



**PROMOUVOIR  
LA SANTÉ**

DE TOUS LES GRANDS CHALONNAIS

**SEPTEMBRE  
> DÉCEMBRE  
2018**



DES  
**ATELIERS**



DES  
**CONFÉRENCES**

DES  
**PERMANENCES**

**MÉMO  
SANTÉ**

**Le Grand Chalon s'est doté de compétences santé et handicap depuis 2012.** 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 dans 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 santé handicap

## ■ Formation PSC1

Prévention secours civique 1<sup>er</sup> 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.

**Judi 27 septembre à Chalon**

**Judi 8 novembre à Crissey**

Renseignements à l'Espace Santé Prévention.

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

## ■ Journée Alzheimer

Les Totors entrent en scène, spectacle suivi d'échanges en présence de professionnels.

**Vendredi 21 septembre**

**à St-Rémy à 14h30**

**Espace Brassens**

(entrée libre et gratuite)

## ■ Semaine du cœur

Apprenez à vous protéger des risques cardiovasculaires.

Venez participer aux différents ateliers proposés.

**Du 24 au 30 septembre à Chalon**

**Espace Santé Prévention**

Programme disponible sur demande

(entrée libre et gratuite)

## ■ Journée des aidants

Représentation théâtrale avec la compagnie « La belle histoire »  
Stands d'informations et présentation des ateliers du semestre.

**Vendredi 5 octobre à Givry dès 14h30**

**Salle des fêtes**

(entrée libre et gratuite)

## ■ Octobre rose

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

Quelques rendez-vous :

Lancement de l'édition 2018 :

**Samedi 6 octobre à Chalon dès 11h30**

**Place du Port Villiers**

Course et marche "La chalonnaise":

**Dimanche 14 octobre à Chalon à 10h**

C'réa jeunes talents:

**Dimanche 21 octobre à Chalon à 16h**

**Salle Marcel Sembat**

(programme complet à disposition sur demande)

## ■ Soirée conférences Dys

(Par le réseau de santé Pluradys)

Table ronde, échanges avec des professionnels.

- Que sont les Dys ?

Dyslexie, Dysphasie, Dyspraxie,

Dysorthographe ...

- Les démarches, les adaptations

**Mercredi 10 octobre à Chalon à 18h30**

**Espace Jean Zay rue Jules Ferry**

(entrée libre et gratuite)

<http://www.pluradys.org> - Tél. 03 80 50 09 48

# Des journées de sensibilisation santé handicap

## ■ Spectacle :

### Ma vie est un sketch

« Le second degré comme une béquille de plus, quand j'étais petite, comme métier je voulais faire rire les gens », Le texte de Déborah Arvers, interprété, sous les traits d'un récit autobiographique, nous confronte avec toute sa tendresse à la notion de différence.

**Vendredi 19 octobre**

à St-Marcel à 20h30

### Le Réservoir

(entrée gratuite, à partir de 12 ans)

En partenariat avec Le Réservoir :

Réservation : 03 85 42 46 27

lereservoir@saintmarcel.com

## ■ Journée diabète

Dépistages, échanges, conseils, ateliers pratiques.

**Mercredi 14 novembre à Chalon**

De 9h à 17h

### Espace Santé Prévention

(entrée libre et gratuite)

## ■ Journée soins palliatifs et droits des patients

Informations, ateliers, échanges avec des professionnels et des associations.

**Jeudi 15 novembre à Chalon**

de 10h à 17h

### Hall du Centre Hospitalier

#### William Morey

(pour tout public, entrée libre et gratuite)

## ■ Festival des soupes

### 10<sup>ème</sup> édition

#### Concours de soupes amateurs :

(inscriptions avant le 2 nov.)

Dégustation de la soupe des Jardins Solidaires, marché de producteurs locaux, animations pour les petits et les grands.

**Samedi 17 novembre à Chalon**  
de 14h à 19h

### Place de l'Hôtel de Ville

(entrée libre et gratuite)

#### « Gratifieria » :

Matériels de cuisine et outils de jardin

Vide grenier gratuit

**Dimanche 18 novembre à Chalon**  
de 9h30 à 11h30

### Place de l'Hôtel de Ville

(entrée libre et gratuite)

## ■ Vaccinations contre la grippe

Proposées par une infirmière, ces séances gratuites sont destinées à tout adulte ayant déjà été vacciné.

**Chalon. les mardis (de 16h30 à 18h) :**  
**23 et 30 octobre, 6 et 20 novembre  
et 4 décembre**

### Espace Santé Prévention

(Sans rendez-vous)

# 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 ou 12h ou 14h

**Mercredi 26 septembre**  
Le Bien-être tout un programme :  
présentation des ateliers de l'année

**Mercredi 17 octobre**  
Rendez-vous nutrition : quand la  
naturopathie s'invite à votre table

**Mercredi 21 novembre**  
Les douleurs : comment soulager  
son corps grâce à l'automassage :  
soin corporel.

**Mercredi 12 décembre**  
Les fêtes ça peut être aussi le  
bien-être et le bien manger :  
atelier dégustation

**Espace Santé Prévention**  
Tarif : 4,50€ par séance.  
Inscription obligatoire confirmée  
par le paiement.

■ **Gens qui rient**  
Envie de décompresser, de vous  
amuser, de vous relaxer...  
Atelier collectif animé par une  
psychologue.

Tous les 15 jours : de 14h à 15h30

**Mardis 4 et 18 septembre**  
**Mardis 2, 16 et 30 octobre**  
**Mardi 13 et 27 novembre**  
**Mardi 11 décembre**

**Espace Santé Prévention**  
(gratuit)

■ **Ateliers de répit et de soutien  
pour les proches aidants**  
« Prendre soin de soi pour mieux  
prendre soin de l'autre »  
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 et encadré par un éducateur sportif formé au sport-santé.

### Renseignements et inscription

**Mardi 11 septembre** à Chalon à 14h

### Espace Santé Prévention

Renseignements : Sylvie Janod-Simon

Tél. : 03 85 41 46 33

Mail : sylvie.janod-simon@chalonsursaone.fr

Coût : 10,50€ pour l'année

(séances hebdomadaires et ateliers découvertes)

## ■ Cycle de Gym Activ

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

### Renseignements et inscription

**Lundi 17 septembre** de 12h30 à 13h30 à Chalon

### Espace Santé Prévention

Renseignements et inscriptions sur place.

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

# Des conférences

## ■ De C. Vial et de F.Quincez

Fleurs de Bach : dépression saisonnière

**Jeudi 13 septembre** à 19h30

## ■ De C. Bernard

La Médiation Familiale

**Jeudi 20 septembre** à 19h30

## ■ De G. Vion

Le shiatsu pour prendre soin de votre cœur

**Vendredi 28 septembre** à 19h30

## ■ De C. Guillot

Mieux vivre ses acouphènes

**Mercredi 10 octobre** à 19h30

## ■ De C. Saint-Guilain

La Méditation pleine conscience au cœur de la vie

**Mercredi 17 octobre** à 19h30

## ■ De N. Moscovitz

La Pensée Positive

**Vendredi 12 octobre** à 19h30

## ■ De M-N. Bouissy

Equilibre et posture

**Vendredi 9 novembre** à 19h

## ■ De P. Baudry

Maladie de Lyme

**Vendredi 16 novembre** à 19h

## ■ De N. Moscovitz

Oser être soi avec le Théâtre thérapie

**Vendredi 30 novembre** à 19h30

## ■ De L. Jannot

Dernières découvertes scientifiques liées à l'acupuncture.

**Mercredi 5 décembre** à 19h

## ■ De L. Martineau

Relation d'aide par le Toucher

**Jeudi 6 décembre** à 19h

## Espace Santé Prévention

Gratuit. Renseignements au 03 85 46 14 57

# Service Hygiène Salubrité

## ■ L'inspecteur 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.

Il 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](mailto:hygiene.salubrite@chalonsursaone.fr)

# Votre Mémo Santé des permanences

## ■ Point écoute

Lieu d'accueil, d'écoute, de soutien psychologique et d'orientation. Entretiens individuels, confidentiels, anonymes et gratuits.

La psychologue reçoit :

Sans rendez-vous :

**Le mercredi de 14h à 16h**

Sur rendez-vous :

**Le mardi de 13h30 à 17h30**

**Le mercredi et jeudi de 9h à 12h**

## ■ Infirmière conseillère de santé

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

## ■ 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**

## ■ Équipe Mobile Psychiatrie Précarité

Faciliter la prévention, repérer la souffrance psychologique, orienter vers un dispositif de soins adaptés, améliorer la réponse en santé mentale.

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 Chalon  
**Espace Santé Prévention**  
Service Santé Handicap  
Service Hygiène Salubrité  
1 place Ste-Marie  
71100 Chalon-sur-Saône  
Tél. : **03 85 46 14 57**  
sante.handicap@legrandchalon.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