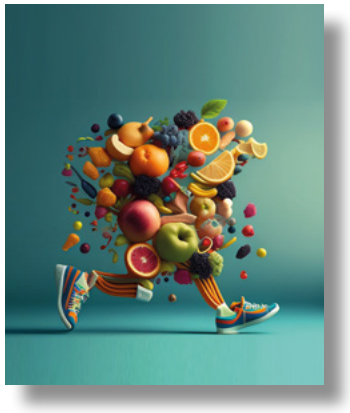
Agglomération
PROVENCE VERTE

LA PROVENCE VERTE L'ÂME DU VAR



Espace restaurant

Restauration proposée par le Rotary club de Brignoles. Les bénéfices permettront de financer le mobilier de la salle Mélanie (salle d'audience pour les enfants victimes de la violences).

Les partenaires

Agglomération
PROVENCE VERTE

SANTÉ-VOUS BIEN *en* PROVENCE VERTE

2ÈME RENDEZ-VOUS

PROGRAMME

Matin uniquement

Petit déjeuner santé : 9h30/10h30

Ateliers ludiques d'activités physiques adaptées pour tous :

- 10h30/12h00 : séances d'initiation au rugby santé (sans contacts)
- 10h30/12h00 : séances d'initiation au foot en marchant

Ateliers bien être pour les séniors :

- 10h15/11h15 : séance de découverte de la sophrologie
- 11h30/12h30 : atelier de découverte de la sonothérapie

Après-midi

Tables rondes thématiques sur la santé (petites conférences suivies d'échanges avec le public) :

- 14h00/15h30 : " Santé et addictions "
- 15h30/17h00 : " Soutenir les personnes touchées par le cancer "

Ateliers ludiques d'activités physiques adaptées pour les jeunes : séance de " foot – golf "

Toute la journée

Échauffement physique en musique pour tous avant les ateliers avec Fabé DIA ancienne athlète de haut niveau

Ateliers ludiques d'activités physiques adaptées pour tous :

- Gym douce et parcours de psychomotricité
- Vélos Smoothie (vélos à fabriquer des jus de fruits bio)
- Mur interactif Kmoove (jeu " transformez l'apprentissage et le sport avec l'Intelligence Interactive ") & initiation au Tchoukball (sport de balle et d'équipe avec un petit trampoline incliné en guise de but)
- Tir à l'arc pour les enfants & Cornhole (jeu d'adresse consistant à lancer des petits sacs dans le trou d'une planche)
- Circuits de Cross training et de CrossFit
- Jeux, parcours et énigmes animés par les partenaires et les associations du Réseau Parentalité de la Provence verte

Promotion de la santé par le shiatsu (thérapie corporelle japonaise) : séances de massage et informations

Ateliers de prévention & stands d'information en santé

Bilans de condition physique et mesure de la capacité pulmonaire

- Décryptage des étiquettes des produits alimentaires industriels
- Expérience immersive sur le handicap " HandXperience "
- Initiation aux gestes de premiers secours
- Animation autour d'un " bar à eaux "
- Information et prévention sur le diabète (avec tests)
- Information et prévention sur l'hypertension (avec prise de tension)
- Sensibilisation sur la santé buccodentaire
- Jeux autour des addictions et de la sexualité
- Présentation de l'offre de soins des Centres Hospitaliers
- Informations sur le handicap et le parcours de soins des personnes en situation de handicap
- Prévention sur les risques solaires " mieux comprendre pour mieux se protéger "
- Présentation de la Mission Accompagnement Santé (MisAS) de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie du Var
- Prévention et information sur les maladies sexuellement transmissibles et sur toutes les questions liées à la sexualité
- Information sur le maintien à domicile des personnes âgées en perte d'autonomie
- Prévention et dépistage des cancers
- Information sur les dispositifs de soutien des personnes atteintes par le cancer

18 JUIN 2025
DE 9H30 À 17H30

GYMNASE DU COMPLEXE SPORTIF JEAN-JACQUES MARCEL À BRIGNOLES