

DÉBATS CONFÉRENCES

« CONTRACEPTION, LES DISPOSITIFS GRATUITS EN DIRECTION DES JEUNES »

PALAIS DES CONGRÈS SALLE ST VALE

Judi 16 octobre de 14h30 à 15h30,
proposée par le Centre Régional d'Information et de
Prévention du SIDA (CRIPS)

« RHUMATISMES, BOUGEONS-NOUS ! »

SALLE DE LA ROTONDE

Vendredi 18 octobre de 14h à 15h

- **Atelier de gymnastique** proposé par Action Contre les Spondylarthrites afin de prévenir les rhumatismes. Prévoir une tenue de Sport.

Inscription auprès d'ACS : Patricia Rouzé
06 74 09 13 16

Attention, nombre de places limitées à 35 personnes.

« APPRENEZ À VOUS RELAXER ! »

PALAIS DES CONGRÈS DE GRASSE SALLE DU PETIT RESTAURANT

- **Séances de relaxation** proposées par l'Association RAAMO

Judi 16 octobre et vendredi 17 octobre

Durée 1h

Séances à 14h, 15h et 16h.

Merci de vous présenter 15 min. à l'avance sur le stand
« Pourquoi l'alcool » (sur le Cours).

Attention, nombre de places limitées à 12 personnes.

AVEC TOUS NOS REMERCIEMENTS
Au personnel du Centre Communal d'Action Sociale
Aux services municipaux de la Ville
Aux partenaires ci-dessous :



- Action Contre les spondylarthrites (ACS)
- Allianz Assurance
- Association des chiens guides d'aveugles de BIOT
- Association des paralysés de France (APF)
- Association du Centre Maternel Infantile (CMI)
- Association Études Populaires et Initiatives (EPI)
- Association Française des Diabétiques des Alpes-Maritimes (AFDAM)
- Association Française pour la Prévention des Allergies (AFPRAL)
- Association Jusqu'à la mort accompagner la vie (JALMALV)
- Association Les Jardins de la Vallée de la Siagne (JVS)
- Association Méditerranée 2000
- Association Nationale de Prévention en Alcoologie et Addictologie
- Association Phare
- Association Interprofessionnelle des Fruits Et Légumes frais (INTERFEL)
- Association pour le Don d'Organes et de Tissus Humains (ADOT 06)
- Association Valentin Haüy (AVH)
- Caisse Primaire d'Assurance Maladie
- Centre Hospitalier de Grasse
- Centre de Soins d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie
- Service Stomatologie
- Service Gérontologie
- Service Ophtalmologie
- Service Psychiatrie
- Service Pneumologie
- Centre Régional d'Information et de Prévention sur le Sida (CRIPS PACA)
- Collectif Inter-Associatif sur la Santé en région Provence-Alpes-Côte d'Azur (CISS PACA)
- Croix Rouge Française
- Culligan
- École Française d'Audiovisuel (EFA Sud)
- EHPAD Palais Belvédère
- Entente Interdépartementale pour la Démoustication du Littoral Méditerranéen (EID)
- Fédération Départementale des Syndicats d'Exploitants Agricoles (FDSEA)
- GT 06
- Institut de Formation aux Soins Infirmiers de Cannes (IFSI)
- INTERBEV Paca Corse
- ISL Aromathérapie
- Le syndicat des Simples
- Les senteurs du Claut
- Lycée Professionnel De Croisset
- Maisons de retraite et leurs résidents (Aquarelles, Petit Paris, Pré du Lac et Sophie, les jardins de Grasse)
- Musée International de la Parfumerie
- Mutualité Française
- Mutuelle Générale de l'Éducation Nationale (MGEN)
- Natractive
- Office municipal des retraités
- Police Nationale
- Protection Civile
- Rectorat - Académie de Nice
- Réseau d'Alcoologie des Alpes Maritimes Ouvert (RAAMO)
- Rhumasport
- Service Départemental d'Incendie et de Secours (SDIS 06)
- Transport Ulysse
- Union Départementale des Associations et des Amicales des Donneurs de Sang Bénévoles des Alpes Maritimes
- Université de Nice Sophia Antipolis
- Aux nombreux bénévoles...

Pour les personnes à mobilité réduite, accessibilité au Palais des Congrès par le parking du Casino.
Toilettes accessibles pour les Personnes à mobilité réduite au Palais des Congrès

GRASSE CAP SANTÉ



RENSEIGNEMENTS : CCAS - ATELIER SANTÉ VILLE
42 Bd Victor Hugo - 06130 GRASSE - Tel : 04 97 05 56 83
elisabeth.bruno@ccas-grasse.fr - www.ville-grasse.fr
Retrouvez nous sur et tapez : Cap Santé Grasse

ENTRÉE
LIBRE

11^{ème}
ÉDITION

GRASSE CAP SANTÉ

PALAIS DES CONGRÈS - Cours Honoré Cresp

16 au 18
OCTOBRE
2014



www.ville-grasse.fr

Grasse. Vivre la Côte d'Azur de l'intérieur.
Renseignements : Centre Communal d'Action Sociale, Service Atelier Santé Ville : 04 97 05 56 83

Cap Santé Grasse



LA VILLE DE GRASSE
présente la 11^{ème} édition de



Édito du Maire

Les questions de santé influent profondément sur notre bien-être au quotidien et celui de notre entourage. Depuis 11 ans maintenant, Cap Santé vise à informer sans tabou, à permettre d'aborder en toute simplicité les sujets de prévention sensibles ; sujets d'actualité qui préoccupent chacun d'entre nous, dans notre intimité et celle de notre famille.

Je suis fier de contribuer à la poursuite de cet évènement. Il fait figure de modèle dans le 06 comme à l'extérieur du département des Alpes Maritimes. Il confirme l'engagement politique de notre ville en matière de santé, au-delà de ses strictes compétences communales.

Prendre le Cap Santé, c'est prendre du temps pour soi, c'est prendre du temps pour mettre sa santé en questions.

Je vous attends sur le Cours Honoré Cresp et au Palais des Congrès, avec l'ensemble des partenaires et l'équipe organisatrice du CCAS et des services de la Ville. Je saisis d'ailleurs l'occasion de les remercier chaleureusement de la formidable énergie déployée chaque année pour faire partager les réflexes prévention, aux petits comme aux grands. Puissent les établissements scolaires de Grasse et des alentours profiter pleinement du programme. Quant à nous, retenons la date du samedi 18 octobre pour nous y retrouver en famille autour d'ateliers renouvelés.

Bon Cap Santé à tous,

Jérôme VIAUD
Maire de Grasse

Vice-Président du Conseil Général des Alpes-Maritimes,
Président de la Communauté d'Agglomération du Pays de Grasse

**LES JEUDI 16, VENDREDI 17 OCTOBRE 2014 DE 9H À 17H
LE SAMEDI 18 OCTOBRE 2014 DE 9H30 À 12H30**

Cours Honoré Cresp et Palais des Congrès

Parking gratuit le Samedi

Offert par la Régie Parking Municipal
Notre Dame des Fleurs, La Roque, Martelly.

PROGRAMME DES ANIMATIONS

STANDS Cours Honoré Cresp

CHAPITEAU

**POINT D'ACCUEIL
INFORMATION**

ESPACE VUE

- Les chiens guides d'aveugles
- Malvoyants, vie quotidienne
- Le stand à voir

ESPACE HYGIÈNE AU QUOTIDIEN

- Les bons gestes contre le Moustique Tigre
- La « Santé-Environnement », en s'amusant !

ESPACE SÉCURITÉ ROUTIÈRE

- Test Choc
- Parcours Alcool
- 1, 2, 3 Roulez
- Police Nationale - Commissariat de Grasse

ESPACE ADDICTIONS

- Pourquoi l'Alcool
- C'est quoi une addiction?
- Bus Kéfa

ESPACE SENSIBILISATION HANDICAP

- Tous en fauteuil roulant
- Découverte des transports Ulysse

LA ROUE DE LA SANTÉ

**SENSIBILISATION AU DON DU SANG,
D'ORGANES ET DE MOELLE OSSEUSE**

LES QUATRE ÉTAPES DE LA VIE

LE STRESS, JE M'EN BALANCE !?

TENTES D'EXPOSITION

ESPACE NUTRITION

- À la découverte du potager
- Les plantes médicinales
- Dégustation d'huile d'olive
- À la découverte des plantes agricoles qui nous nourrissent

ESPACE PRÉVENTION SEXUALITÉ

- Santé des jeunes : sexualité et prévention

ESPACE ACTIVITÉS PHYSIQUES

- Avec l'activité physique, mettez le Cap sur la Santé !

RHUMATISMES, BOUGEONS-NOUS !

**SIMULATEUR INCENDIE, JE SAUVE MA
VIE EN 90 SECONDES**

STANDS Palais des Congrès

**POINT D'ACCUEIL
INFORMATION**

ÉTAGE 1

CROQUEZ LA VIE À PLEINES DENTS

ESPACE NUTRITION

- Memory
- Just'équilibre
- Les p'tits toqués en équilibre
- Je cuisine les fruits et légumes

ÉTAGE 2

**PARCOURS SENSORIEL :
VENEZ TESTER VOS 5 SENS**

LE BAR À EAUX

LE ZAPPING DE L'EAU

PRÉVENTION DIABÈTE

**ETIQUETTES ALIMENTAIRES,
TROUVEZ L'INTRUS
ET ÉVITONS LES ALLERGIES**

SALLE JOURNET

**EXPLORATION DES SENS ET ÉCOUTE DE
SOI : À LA DÉCOUVERTE DE LA
DÉMARCHE SNOEZELLEN !**

ÉTAGE 3

**GESTION ET PRÉVENTION DE LA DOULEUR
DOS AU QUOTIDIEN
GESTES D'URGENCE**

TERRASSE

**DROIT DES USAGERS DU SYSTÈME
DE SANTÉ**

QUELLE VIANDE DANS MON ASSIETTE ?!

