

PROGRAMME

Stands

Ligue Contre le Cancer
Le Colon Tour

France AVC 33
Prévention AVC

Cékidis
Le Cercle des Kilos Disparus

France Rein
Dépistage de maladie rénale

Maison de la Santé et du Sport
en partenariat avec la Maison du Diabète

Clic Porte du Médoc
CCAS Le «Bien vieillir»

Le Truck de Soliha
Logement adapté

France Alzheimer

Proxisanté
Tests de risque cardiovasculaire - Tabacologue

Aflar - maladies rhumatismales et mal de dos
présence de David Buro Ergothérapeute (12h à 14h)

Protection Civile
Démonstration de défibrillateur - Prise de tension

ABDSB
Information don de sang, plasma, moelle osseuse

L'ASSOCIATION BLANQUEFORTAISE
POUR LE DON DE SANG BÉNÉVOLE
VOUS PROPOSE

VILLAGE PRÉVENTION SANTÉ ET MIEUX ÊTRE

SAMEDI 29 SEPTEMBRE 2018
10H - 17H

PARC CARPINET
BLANQUEFORT
CENTRE VILLE

Stands, conférences, ateliers...

Programme des conférences - animations - stands



Salle Annie Aubert - Les Colonnes

Bien manger et mieux manger : quelle différence ?

Par la Maison du Sport et de la Santé - 10h

Le Burn Out

par Marlène Biotteau, Psychologue - 11h

Les Huiles Essentielles : utilisation et contre indications

par François Petitet, Docteur en Pharmacie, Herboriste - 12h

La douleur : mécanismes, impacts, et traitements

par le Docteur Marc Landry, Professeur en Neurosciences - 14h

L'accompagnement des personnes concernées par la maladie d'Alzheimer

par Mme Freyssignac - 15h

L'Hypnose : pour qui ? - pour quoi ?

suivi d'une séance de relaxation Hypnotique

Par Geneviève Cazade, Médecin Hypnothérapeute - 16h

Point rencontre - ABC

La mémoire : l'entretenir pour se souvenir
10h30

Bien dormir pour bien vieillir
15h

Senior - Bouger, c'est bon pour la santé
16h
par l'Asept



Mieux Être Ateliers Gratuits

Sophrologie

par Patricia Tillet - 14h à 15h

Atelier de Conscience Corporelle

par Julien Loubieres Psychomotricien - 14h30 à 15h

Qi Gong

par Sylvie Termignon - 15h à 16h

Yoga

par Stéphanie Loy - 16h à 17h

Atelier d'Art Thérapie Evolutive

par l'ATEA - 10h à 16h

Pause Bien être :

massage relaxation et ayurvédique, shiatsu, reiki, réflexologie
10h à 16h

Animations Sportives

Randonnée (2h)

proposée par Mille pattes (ESB) - 10h30

Parcours Cyclotourisme (1h30)

proposé par Rustine et Cambouis - Départ à 10h30

Marche (1h)

proposée par l'Amicale Laïque - Départ à 14h

Activité physique adaptée aux personnes en surpoids
16h

Pilates

proposé par la GV (ESB) - 15h



Se présenter sur le Stand de l'ABDSB
15min avant le début des ateliers