

# PREAMBULE



La santé est un état de bien-être et d'équilibre physique, mental et social.  
Etre en bonne santé, c'est pouvoir faire face aux difficultés de la vie.  
C'est à la fois un droit fondamental de l'homme et un excellent investissement social.

Le Réseau Référent Santé a pour objet de favoriser l'accès aux soins, la coordination, la continuité des actions sur le plan de l'éducation à la santé, de la prévention, du diagnostic.

Le festival bien-être au Pays Vitryat est une manifestation qui va vous permettre d'obtenir d'une part, beaucoup d'informations sur des sujets vastes et variés: sports, loisirs, santé, droits de la famille etc...  
et d'autre part de découvrir les professionnels du Pays Vitryat :

- ➔ Deux journées d'information, d'échanges et de découverte.
- ➔ Des stands et des animations interactifs à votre disposition.

Venez seul ou en famille rencontrer les professionnels qui seront à votre écoute avec des moments forts le long des deux journées.

Le Réseau Référent Santé du Pays Vitryat

# ANIMATIONS ET STANDS ACCESSIBLES VENDREDI ET SAMEDI TOUTE LA JOURNEE



## PLACE SPORTS ET LOISIRS

- Stand d'informations**  
Venez chercher des informations sur notre stand : clubs, tarifs, inscriptions et aides.
- Démonstrations et initiations aux pratiques sportives**  
Venez à la découverte des pratiques sportives et des activités physiques.
- Test de condition physique**  
Venez tester votre condition physique avec un professionnel.



## PLACE BIEN-ETRE

- Ateliers Coiffure et Esthétique**  
Venez profiter gratuitement de conseils en coiffure et esthétique.
- Ateliers Sophrologie et Relaxation**  
Venez découvrir la sophrologie et ses techniques.
- Atelier bien vieillir**  
Venez vous informer sur les ateliers mémoire et la condition physique.



## PLACE ACCES AUX SOINS

- Animation M/T dents
- Diabète : tests de glycémie
- Parcours d'accès aux soins



## PLACE FAMILLE

- Stand d'informations sur les Droits des Femmes et des Familles**  
Pour mieux connaître vos droits.
- Médiation familiale**  
Instauration du dialogue dans la famille.
- Education à la sexualité** : Venez chercher de l'information pour enrichir l'échange familial sur la sexualité.
- Conduites addictives (alcool, drogues, tabac...)**  
Venez vous informer sur les risques liés à la consommation du tabac, de l'alcool ...



## PLACE DETENTE

- Bar à lait** : échanges sur l'équilibre alimentaire et dégustation.