

- CARROS -

# FORUM PRÉVENTION SANTÉ

La santé n'est pas une histoire d'âge



En présence de **Franck Sémonin**,  
acteur de la série télévisée *Section de recherches*, parrain de la manifestation.

## STANDS ET ATELIERS DE SENSIBILISATION ET DE PRÉVENTION **TOUT PUBLIC**

- **La ligue contre le cancer**  
Action d'information et de prévention.  
Buste de palpation.
- **Médiathèque**  
Diffusion courts-métrages  
sur l'endométriose.
- **Centre gratuit d'information,  
de dépistage et de diagnostic**  
Santé sexuelle : action d'information  
et de dépistages (VIH, hépatite B et C,  
syphilis).
- **Protection maternelle et infantile**  
Action d'information. Sensibilisation à  
la pratique du portage, de l'allaitement,  
«toucher-masser».

### • Atelier parents-enfants | 14h-17h

« Atelier dégustation et utilisation  
des outils numériques pour mieux  
consommer ».  
*Médiathèque.*

### • Atelier parents-enfants | 15h-16h30

« Les astuces pour bien dormir :  
les bienfaits du sommeil ».  
Inscription auprès du CAJIP, places  
limitées. *Médiathèque.*

### • Association *Un jour, une photo, un ruban* | 18h45-19h45

Projection de photos sur la façade  
de l'hôtel de ville.

À partir de 16h, une collation sera proposée au public présent.

# Un mois d'octobre dédié à la santé et à la prévention

## La semaine bleue

PUBLIC SENIOR

### JEUDI 5 OCTOBRE\*

- de 9h30 à 12h | Matinée « découverte » : ateliers d'équilibre, yoga, renforcement musculaire, tir à l'arc, disque golf et marche nordique par le service des sports et l'association *Seniors sportifs carrois*. *Gymnase du Planet*.
- de 14h30 à 16h30 | Conférence « Être jeune, être vieux, être soi après tout ». Les regards, préjugés et l'image de soi seront abordés. *La Passerelle*.

### VENDREDI 6 OCTOBRE\*

- de 9h30 à 10h30 | Atelier «snoezelen» (pratique de stimulation multisensorielle). Nombre de places limité. *Médiathèque André Verdet*.

\* Inscriptions  
auprès du CCAS  
à compter du  
25 septembre

## Octobre rose

### DU 9 AU 31 OCTOBRE

TOUT PUBLIC

- Les différents services de la municipalité témoigneront leur soutien auprès de l'association *La ligue contre le cancer*, en portant le ruban rose.
- Exposition «Tous mobilisés pour le dépistage contre le cancer du sein» dans le hall de la mairie. Photos réalisées par Jean-Louis Paris, artiste impliqué dans l'association *Un jour, une photo, un ruban*.

### MERCREDI 18 OCTOBRE

De 18h45 à 19h45 | Projection photos en plein air. *Parvis de l'hôtel de ville*.



## Mais aussi...

### MARDI 3 OCTOBRE | 16h30 à 18h

« J'écris ce qui me fait sourire », Écriture de mots positifs à la craie le long de la rue de l'Aspre. Animé par le service jeunesse de *La Passerelle*. Sans inscription.

### SAMEDI 7 OCTOBRE | 14h à 17h

Animation « plaisir de jouer » à *La Passerelle*. Tout public. Sans inscription.

### SAMEDI 21 OCTOBRE | de 10h à 12h et de 14h à 16h

Atelier découverte self-défense à *La Passerelle*. À partir de 12 ans. Inscription à *La Passerelle*.

### MERCREDI 25 OCTOBRE | 10h à 11h

Atelier « snoezelen » parents-enfants à la médiathèque (salle Izzo). Inscription au CCAS.

### JEUDI 26 OCTOBRE | 18h à 19h30

Atelier relaxation « Qui suis-je » à *La Passerelle*. Public adulte. Inscription au CCAS.