

# 2<sup>E</sup> FORUM SANTÉ



**20 SEPT. 2025**

**9H - 13H**

**SQUARE DE LA LIBERTÉ  
(EN CAS DE PLUIE : SALLE DE L'AIRE)**

**GRATUIT**



Dans un contexte où les enjeux de santé publique et de prévention sont plus que jamais d'actualité, la ville de Frontignan la Peyrade organise, pour la seconde année consécutive, une matinée dédiée au bien-être, à la prévention et à l'information citoyenne. Cette matinée vise à informer, sensibiliser et accompagner les habitants autour de plusieurs thématiques clés : santé, prévention, droits, services de proximité...



La 2<sup>nd</sup>e édition du Forum santé est organisée par la ville de Frontignan la Peyrade, en partenariat avec Les Secrets De La Nature, Handi Action Cap 34, Chœurs du sud, CARUUD, VIVRE- CEGIDD, CPIE/Kimiyo, CPTS/cope, CSAPA Arc en Ciel, EID Méditerranée, ENDOZEN, Étincelles Occitanie, France Alzheimer 34, France dépression Occitanie et troubles bipolaires, France Parkinson Hérault, Info Don 34, MIS Montpellier institut du sein, Patiente experte, SEP34, UFSBD 34, UNAFAM, Armoire aux herbes, Art du tao, Carma Family, En clap'arté, Associatio Reiki, Yogamoon, ADMD, APF France Handicap, ASP 34 Ouest Hérault, DAC 34, CPAM, Maisons de retraite-pôle autonomie/Écouteille, SDIS, Hôpitaux du bassin de Thau/ SST et la Croix rouge Française.

# PROGRAMME DU 2<sup>E</sup> FORUM SANTÉ

## ANIMATIONS

### ● LES SECRETS DE LA NATURE

Conférence sur le thème *L'importance du microbiote intestinal dans notre équilibre quotidien*. Sensibiliser et offrir des clés pratiques pour améliorer le bien-être global, renforcer l'offre de prévention sur le territoire. L'intervention sera suivie d'une dégustation de produits lactofermentés et kéfirs de fruits. De 10h à 12h.

### ● HANDI ACTION CAP 34

Présentation d'un tricycle adapté à assistance électrique. Circuit balisé sur place pour le tester avant achat. Location gratuite auprès de l'association. Objectif : sensibiliser le public aux difficultés que rencontrent les personnes ayant des troubles du neurodéveloppement dans la pratique du vélo.

### ● CHŒURS DU SUD

Chorale (durée : 30 min). À partir de 12h.



## JE PRENDS SOIN DE MOI ET DES AUTRES

### ● CARUD - CONSOMMATION PRODUITS ILLICITES

Informations sur les *Centres d'accueil et d'accompagnement à la réduction des risques pour usagers de drogues* (CAARUD) de la *Croix-Rouge française* : service de réductions et de prévention des risques sanitaires et psychosociaux causés par le mode de consommation des produits illicites, auprès d'usagers de drogues, non demandeurs de soins.

### ● VIVRE-CEGIDD - SANTÉ SEXUELLES

Information/ prévention sur la santé sexuelle et le dépistage IST. Supports documentaires et matériel de prévention.

### ● CPiE/KIMIYO - PERTURBATEURS ENDOCRINIENS (PE)

Information sur les risques, les sources d'exposition et les gestes pour se protéger des PE qui sont reconnus par l'OMS et l'ONU comme une menace mondiale et qui sont considérés comme des enjeux majeurs de santé publique. Animation (durée : 2h) autour de la sensibilisation aux perturbateurs endocriniens.

### ● CPTS - DIABÈTE- ICOPE

Dépistage diabète. Programme de prévention de la dépendance pour les Seniors à partir de 60 ans. Tests de dépistage ICOPE proposés à France Services, 5 rue du Député Lucien Salette.

### ● CSADA ARC EN CIEL - PRÉVENTION DES CONDUITES À RISQUE ET ADDICTIONS

Stand d'information, échanges. Présentation de matériel divers de prévention et de réduction des risques, conduite à risque et addictions.

### ● EID MÉDITERRANÉE - PRÉVENTION MOUSTIQUES

Information sur l'action publique de l'EID et sensibilisation du public aux situations favorables aux moustiques. Observation des moustiques à différents stades de leur vie.

### ● ENDOZEN - ENDOMÉTRIOSE

Information et sensibilisation à l'endométrieose ? Échange et partage autour de cette maladie.

### ● **ETINCELLE OCCITANIE - ACCOMPAGNEMENT AUX PERSONNES ATTEINTES D'UN CANCER**

Information sur cette association qui accompagne gratuitement les personnes touchées par un cancer, via l'activité physique adaptée et des soins.

### ● **FRANCE ALZHEIMER 34**

Stand d'information et d'écoute sur la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées. Présentation des actions pour les aidants et aidés.

### ● **FRANCE DÉPRESSION OCCITANIE ET TROUBLES BIPOLAIRES**

Association qui propose une écoute téléphonique nationale, des ateliers et groupes de paroles dans le département. Information sur la maladie.

### ● **FRANCE PARKINSON HÉRAULT**

Stand d'information, présentation de documents et revues, pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson, leurs aidants et les professionnels santé.

### ● **HANDI ACTIONS CAP34 - TROUBLES DU NEURODÉVELOPPEMENT ET L'AUTISME**

Présentation d'un tricycle à assistance électrique et sensibilisation aux troubles du neurodéveloppement et en particulier l'autisme. Orientation des familles. En présence de 2 de leurs partenaires : Fishing therapy et l'Optique Occitane.

### ● **INFO DON 34**

Information sur le don d'organes et tissus humains

### ● **MONTPELLIER INSTITUT DU SEIN - CANCER DU SEIN**

Présentation de l'association et du programme d'éducation thérapeutique du patient *cancer je sein'plifie*. Sensibilisation au dépistage et gestes d'autopalpation dans la prise en charge du cancer du sein.

### ● **PATIENTE EXPERTE**

Présentation des missions. Partenaire du système de santé, elle accompagne les autres patients, coconstruit des parcours des soins et accompagne la formation des professionnels de santé.

### ● **SEP34 - SCLÉROSE EN PLAQUES**

Aide, conseil, accompagnement des malades, de leurs proches et des aidants, rencontres, sorties et conférences.

### ● **UFSBD 34 - SANTÉ BUCCO-DENTAIRE**

Présentation des actions de l'association qui vise à sensibiliser les grands et les petits à leur santé bucco- dentaire.

### ● **UNAFAM - TROUBLES PSYCHIQUES**

Association reconnue d'utilité publique, elle accompagne l'entourage de personnes vivant avec des troubles psychiques. Accueillir, soutenir, former et se battre pour les droits des personnes concernées et de leurs familles sont les missions auxquelles se consacrent sur tout le territoire, les bénévoles formés, avec l'aide de professionnels. Lutte au quotidien contre les préjugés et la stigmatisation liés aux maladies et aux handicaps psychiques.

### ● **ARMOIRE AUX HERBES - AROMA, PHYTO ET HYDROLATHÉRAPIE**

Présentation d'huiles essentielles, de plantes médicinales, d'hydrolats susceptibles d'agir sur les maux du quotidien. Mesures de précaution, critères de choix. Profitez d'activités interactives : quiz, loto des odeurs, test, etc.

### ● **ART DU TAO - GYMNASTIQUES CHINOISES**

Présentation de 2 disciplines (Tai Chi Chuan et du Qi gong) ainsi que leurs bénéfices pour la santé. Ces deux disciplines ont été pensées et développées pour la préservation de la santé (yangs Heng en chinois) et s'appuient sur une connaissance fine de la biomécanique et du métabolisme du corps-esprit.

## ● CARMA FAMILY - ÉDUCATION/ PARENTALITÉ

Propose aux parents des ateliers collectifs, des accompagnements individuels, de l'écoute, de l'information dès le désir de l'enfant jusqu'aux premiers pas de parents.

## ● EN CLAD'ARTÉ - YOGA/ MÉDITATION

Présentation de l'activité yoga et méditation de pleine conscience qui aide et soutient dans les pathologies, le stress, les tensions du corps et de l'esprit.



## JE M'INFORME SUR MES DROITS

### ● ADMD - L'ASSOCIATION DU DROIT À MOURIR DANS LA DIGNITÉ

Information sur les droits et possibilités des malades et des personnes en fin de vie afin que chacun puisse décider de sa fin de vie et que sa volonté soit respectée.

### ● ADF FRANCE HANDICAP

Information et sensibilisation à l'ensemble du public pour l'égalité des droits, la citoyenneté, la participation sociale et le libre choix du mode de vie des personnes en situation de handicap et de leur famille.

### ● ASP 34 OUEST HÉRAULT - ACCOMPAGNEMENT SOINS PALLIATIFS

Soutien et écoute aux personnes en situation de vulnérabilité en raison d'une maladie grave et /ou évolutive ainsi qu'à leurs proches.

### ● DAC 34

Information sur l'appui à la coordination des situations complexes de tous âges, toutes pathologies.

### ● MAISONS DE RETRAITE-PÔLE AUTONOMIE/ÉCOUTILLE

Présentation des 3 EHPAD de la ville, du pôle maintien à domicile et de la plateforme l'Écouteille.

## ● ASSOCIATION REIKI - MÉDITATION/ RELAXATION

Technique de méditation, de relaxation, de décharge mentale, d'écoute de son corps et de ses besoins.

## ● YOGAMOON

Présentation du yoga thérapeutique et du yoga sur chaise, approches accessibles à tous, adaptées aux besoins spécifiques de chacun, y compris aux personnes à mobilité réduite ; des pratiques douces ; des pratiques douces qui accompagnent les personnes dans la gestion de diverses problématiques de santé (douleurs chroniques, stress, sommeil, etc.). Découverte d'outils simples et accessibles à tous, qui contribuent au mieux-être physique et mental au quotidien.

## ATELIERS PRÉVENTION

### ● CROIX ROUGE FRANÇAISE

Sensibilisation du public à la formation des gestes qui sauvent (PSC, IPSEN, GQS et IPS). Former des citoyens au sauvetage est le moyen le plus efficace pour répondre à une situation de danger. Découverte de la manœuvre de PLS et réanimation cardio-pulmonaire. Stand pour s'exercer, s'informer sur l'urgence, le secourisme, l'action sociale, la formation, la santé et l'action internationale.

### ● SDIS

Information sur les missions et prévention du SDIS, responsable de la gestion des services de secours, de prévention et de lutte contre les incendies en France.

## JE PRÉSERVE MA SANTÉ AU TRAVAIL

### ● HÔPITAUX DU BASSIN DE THAU/ SST

Présentation de toute l'offre de soins de l'hôpital au grand public.



Frontignan la Peyrade