



LE MOIS^{DE LA} SANTÉ

PROGRAMME
OCTOBRE 2025

isere.fr

isère
LE DÉPARTEMENT





INAUGURATION/ LANCEMENT

LE MOIS DE LA SANTÉ

Mardi 30 septembre
de 12h à 14h

Locaux de la Maison
du Département, La Tour-du-Pin

à destination des professionnels et bénévoles du mois de la santé

TOUT AU LONG DU MOIS :

Quelques notes de Douceurs

Diffusion de musique d'un artiste local dans les salles, avec questionnaire
à destination des usagers sur le bien-être ressenti

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Virginie Rivart

Exposition de prévention et d'information sur le cancer du sein
dans les locaux de la MJC Graine de liens de La Tour-du-Pin
en partenariat avec le RESEAU PAPILLON.

PROGRAMME



SEMAINE **DU 1^{er} AU 3 OCTOBRE**

ATELIER DE SENSIBILISATION

« Premier Secours en santé mentale »

« Les Premiers secours en santé mentale constituent l'aide qui est apportée à une personne qui subit le début d'un trouble de santé mentale, une détérioration d'un trouble de santé mentale ou qui est dans une phase de crise de santé mentale. Les premiers secours sont donnés jusqu'à ce qu'une aide professionnelle puisse être apportée ou jusqu'à ce que la crise soit résolue. Ils sont l'équivalent en santé mentale, des gestes de premiers secours qui eux, apportent une aide physique à la personne en difficulté. »

Avec l'intervention de Florian Dupin, formateur accrédité

Judi 2 octobre - de 9h à 17h

📍 À la Maison du Département des Vals du Dauphiné
Tout public adulte (professionnels, habitants, bénévoles) sur inscription

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Aurélie Godfernaux





SEMAINE 6 AU 10 OCTOBRE

ATELIER DE SENSIBILISATION

« Les perturbateurs endocriniens »

« Stands de découverte, d'information et de sensibilisation sur les perturbateurs endocriniens dans le quotidien, et atelier de fabrication d'un produit ménager »

Animé par le service action médicosociale du Département
en partenariat avec l'EVS MJC de Les Abrets

Lundi 6 octobre - de 9h à 11h

📍 Salle Marceline, Les Abrets-en-Dauphiné
Tout public, sans réservation

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Sylvie Le Van Dé, Manon Maniglier, Françoise de Langhe Louistisserand, Anne Cécile Hustache, Maud Aoun et Isabelle Multon

ATELIER PILATES

Octobre Rose

« Découverte et pratique du Pilate adapté pour les personnes atteintes de cancer du sein et ou en rémission »

Animé par Séverine Gaudois, professeur de Pilates

Lundi 6 octobre - de 16h à 17h

📍 MJC Graines de Liens à La Tour-du-Pin
Public concerné par la maladie

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Laetitia Mattei

ATELIER

« Alimentation et petits budgets anti Gaspi »

« Atelier de découverte avec confection de recettes adaptées »

Animé par Lea Mollet, cheffe cuisine nomade

Mardi 7 octobre - de 9h à 12h

📍 Quartier des Rhodes à La Tour-du-Pin
Tout public adultes sur orientations des professionnels du secteur

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Lucile Rozand, Heidi Giroud et Élodie Niclin, référentes famille de la MJC

APRÈS-MIDI DÉBAT

« Les écrans et les ados, parlons-en »

« Une après-midi pour aborder toutes les questions sur cette thématique »
Avec l'intervention l'association Pangolin, en présence du service prévention Jeunesse et du service social de la Tour-du-Pin

Mardi 7 octobre - de 14h à 16h

📍 Médiathèque la Traversée de Pont-de-Beauvoisin.

Tout public, dès 13 ans - Réservation conseillée auprès de la médiathèque

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Maud Aoun, Murielle Le Pape

PERMANENCE

Équipe mobile Tremplin

« Présenter les missions de l'équipe mobile et proposer un 1^{er} contact aux personnes qui le souhaitent »

Jeudi 9 octobre - de 10h à 12h30

📍 Restos du cœur à La Tour-du-Pin
Public : bénéficiaires des Restos du cœur

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Natacha Rouag Laudon

ATELIER

« Bien dans son corps, bien dans sa tête »

« Atelier sur l'estime de soi, avec la création d'un arbre de vie »

Animé par les conseillères conjugales
du centre de santé sexuelle Olympe

Jeudi 9 octobre - de 13h30 à 15h30

📍 Locaux Evira à Saint-André-le-Gaz
Public salarié d'Evira

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Cyrielle Thomas



FORUM

Accès aux droits santé

Animé par le service social du Département, la MRSI et France Service

Jeudi 9 octobre - de 10h15 à 12h

📍 Locaux Evira à Saint-André-le-Gaz

Public : salarié insertion d'Evira

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Salomé Neurdin, Virginie Boust et Virginie Rivart

SOIRÉE DÉBAT

« Les écrans et les ados, parlons-en »

« Une soirée pour aborder toutes les questions sur cette thématique »

Avec l'intervention l'association Pangolin, en présence du service prévention Jeunesse de La Tour-du-Pin et du service social de La Tour-du-Pin

Vendredi 10 octobre - à 18h30

📍 Médiathèque de la Passerelle à La Tour-du-Pin

Tout public, dès 13 ans - Réservation conseillée auprès de la médiathèque

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Maud Aoun, Murielle Le Pape

CINÉ DÉBAT DOCUMENTAIRE

« Tout pour être heureux »

Une soirée pour aborder le sujet des addictions, sous l'angle de l'entourage et de la famille, et de l'accompagnement proposé par le CSAPA. Avec l'intervention de l'équipe de SITONI

Vendredi 10 octobre - à partir de 19h

📍 Cinéma équinoxe à La Tour-du-Pin

Public : séance ouverte à tous, au tarif cinéma ou sur invitation

Contacts ambassadeur Mois de la Santé : Anne Hélène Roux

CAFÉ DES PARENTS

« Le développement de l'enfant »

« Un café des parents pour échanger sur le développement de l'enfant, le repérage des atypies et les soutiens possibles »

Avec l'intervention de Marina Bussa, neuro psychologue et des services du Département en charge de la PMI de l'autonomie et de l'accueil des personnes en situation de handicap

Vendredi 10 octobre - de 13h30 à 16h

📍 École Thèvenon à La Tour-du-Pin

Public : Parents d'élèves de l'école

Contacts ambassadeurs Mois de la Santé : Marjorie Delclite, Françoise de langue Louistisserand

SEMAINE DU 13 AU 17 OCTOBRE

STANDS

« Et si on parlait de ma santé Action de prévention sur la santé sexuelle des jeunes »

« Stands de prévention sur la santé sexuelle avec le centre de santé sexuelle de Pont-de-Beauvoisin, les services du Département et Prométhée Alpes »

Lundi 13 octobre - Pause méridienne

📍 Locaux Lycée Val d'Ainan de Pont-de-Beauvoisin

Public lycéen

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Thomas Ramsawmy

ATELIER

« Bien dans son corps, bien dans sa tête »

« Atelier sur l'estime de soi, avec la création d'un arbre de vie »

Animé par les conseillères conjugales du Centre de Santé Sexuelle Olympe

Lundi 13 octobre - de 13h30 à 15h30

📍 Locaux Evira à Saint-André-le-Gaz

Public : salariés d'Evira

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Cyrielle Thomas

ATELIER CORPOREL

Massages et auto-massages

« Un temps pour prendre soin, pour se reconnecter à son corps et ses ressentis »

Avec l'intervention de Agnès Lepoutre, instructrice MISP

Lundi 13 octobre - de 11h à 12h et de 14h à 15h

📍 Restos du Cœur à La Tour-du-Pin

Public des Restos du Cœur

Contacts ambassadeurs Mois de la Santé : Martine Chanas, Isabelle Reynaud et Anne Cécile Hustache

PERMANENCE

Équipe mobile Tremplin

« Présenter les missions de l'équipe mobile et proposer un 1^{er} contact aux personnes qui le souhaitent »

Lundi 13 Octobre - de 9h à 12h

📍 Secours Populaire à La Tour-du-Pin

Public : bénéficiaires du Secours Populaire

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Natacha Rouag Laudon

ATELIER

« La Maison des Addictions »

« Temps de sensibilisation autour des addictions à partir de l'outil 'la maison des addictions' »

Animé par Charlène Barnaud et Murielle Le Pape,
CCAS de la ville de La Tour-du-Pin

Mardi 14 octobre

📍 de 10h à 12h : Simplic à Sainte Blandine

📍 de 14h à 16h : Local des Brigades Vertes à La Tour-du-Pin

Publics salariés en insertion de Simplic des brigades vertes

Contacts ambassadeurs Mois de la Santé : Charlène Barnaud, Murielle Le Pape

ATELIER

« Mieux vivre sa ménopause »

« Temps d'échange, d'informations et conseils pour mieux vivre la période de la périménopause »

Animé par Hélène MULAC, sage-femme et les conseillères conjugales du centre de santé sexuelle Olympe

Mardi 14 octobre - de 17h à 19h30

📍 Salle Ninon Vallin à CCAS de la Tour-du-Pin,

Public : Femmes, couples - Sur réservation au 04 74 97 53 44

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Hélène MULAC

PERMANENCE

Équipe mobile Tremplin

« Présenter les missions de l'équipe mobile et proposer un 1^{er} contact aux personnes qui le souhaitent »

Mercredi 15 octobre - de 10h à 12h30

📍 Restos du Cœur à La Tour-du-Pin

Public : bénéficiaires des Restos du Cœur

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Natacha Rouag Laudon

ATELIER

Yoga sur chaises

« Le Yoga sur Chaise est une forme de yoga adaptée qui se pratique assis sur une chaise ou en utilisant une chaise comme support. Il permet de réaliser des postures douces, des exercices de respiration et de relaxation en toute sécurité. Ce type de yoga améliore la souplesse, réduit le stress, soulage les douleurs et favorise l'équilibre et la concentration. Il s'adresse particulièrement aux personnes âgées, aux personnes à mobilité réduite, ou à ceux qui souhaitent une pratique douce et accessible »

Animé par Sophie Cornet, intervenante MJC

Mercredi 15 octobre

📍 de 10h à 12h : Maison du Département des Vals du Dauphiné à La Tour-du-Pin

📍 de 14h à 16h : centre médico-social de Pont-de-Beauvoisin

Tout public Adulte, sans réservation

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Maud Aoun et Isabelle Multon

ATELIER ALIMENTATION ET ÉVEIL ALIMENTAIRE

« Atelier de découverte et éveil sensoriel »

Animé par Léa Mollet, cheffe cuisine nomade

Jedi 16 octobre - à 14h

📍 École Maternelle d'Aoste

Public : enfants scolarisés

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Coralie Eroini, Salomé Neurdin et Corinne Bouvard

ATELIER ALIMENTATION ET ÉVEIL ALIMENTAIRE

« Atelier de découverte et éveil sensoriel »

Animé par Léa Mollet, cheffe cuisine nomade

Vendredi 17 octobre - à 14h

📍 École élémentaire de Dolomieu

Public : enfants scolarisés

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Camille Vilaca, Géraldine Valdivia et Solène Gomez



SEMAINE DU 20 AU 24 OCTOBRE

PERMANENCE

Équipe mobile Tremplin

« Présenter les missions de l'équipe mobile et proposer un 1^{er} contact aux personnes qui le souhaitent »

Mardi 21 octobre - de 9h30 à 11h30

📍 Restos du Cœur, salle des fêtes de La Bâtie-Divisin

Public : bénéficiaires des Restos du Cœur

Contact ambassadeur Mois de la Santé : Natacha Rouag Laudon



SEMAINE DU 27 AU 31 OCTOBRE

ANIMATIONS DE QUARTIER

L'alimentation

« Après-midi festive sur l'alimentation bien être : stands de découverte, animations, jeux... »

Animé par AIH et les services du Département

Vendredi 31 octobre - de 14h à 17h

📍 Quartier du Magnin à Pont-de-Beauvoisin

Tout public

Contact ambassadeurs Mois de la Santé : Marion Pidoux, Aurélie Godfernaux





CLOTÛRE LE 3 NOVEMBRE

LE MOIS DE LA
SANTÉ

Pour toute question, contact :

Accueil de la Maison du Département
des Vals du Dauphiné à La Tour-du-Pin

04 74 97 96 99

CINÉ DÉBAT

« *L'importance du rire dans le parcours de soins* »

Projection du film « sur un fil » et échanges avec l'association Soleil de Clown
sur l'importance du rire dans le parcours de soin

En présence de Soleil de Clown

Lundi 3 novembre - de 14h à 17h

📍 Salle de cinéma Équinoxe à La Tour-du-Pin

Invitations de l'ensemble des acteurs du Mois de la Santé (60 places)

isere.fr

