

## ÉVÉNEMENTS · ACTIONS DÉPARTEMENTALES ...

Judi 28 SEPTEMBRE



FORUM SANTÉ  
ET SÉCURITÉ  
AU TRAVAIL

Infos, prévention et ateliers pratiques pour mieux appréhender le lien santé/travail. Organisé par les 3 ML Vienne.

10h - 12h  
13h30 - 16h



CFA du Bâtiment  
3 Rue de Chantejeau 86280 SAINT BENOIT

Vendredi 1<sup>er</sup> DÉCEMBRE



DÉJEUNER  
QUIZZ "ON  
SEX'PRIME"

Autour d'un bon repas (offert), venez discuter, débattre et jouer autour du sujet de la santé sexuelle.

12h - 14h



Restaurant Le Patio  
215 Avenue de Paris, POITIERS



POINT  
santé

# Mais en fait, c'est quoi le ?

*Écoute · Accès aux droits et soins · Prévention*

Un service à destination des jeunes de 16 à 25 ans, pour les aider à **devenir acteurs de leur santé** !

Un espace d'**information** et d'**écoute**, avec des conseillers et professionnels de santé

Des permanences, RDV individuels, **gratuits, confidentiels** (avec médecin, psychologue, etc.)

Des ateliers, débats, jeux, animations ...  
Rencontres **ludiques** et **conviviales** pour parler santé

Des questions ? **Le point santé répond !**

☎ 05 49 30 08 50 📍 30 Rue des Feuillants 86000 POITIERS

Jeunes 16-25 ans  
MISSION LOCALE

# L'AGENDA des actions Santé

## Septembre · Octobre · Novembre 2023

BIEN-ÊTRE · SPORT

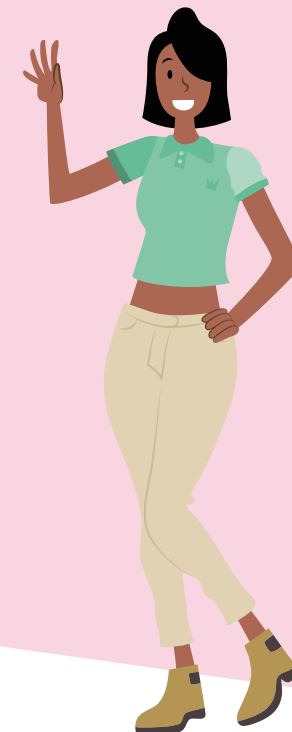
IMAGE DE SOI

ALIMENTATION

ADDICTIONS

INTIMITÉ · SEXUALITÉ

ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS ...



Mission Locale  
d'Insertion du Poitou  
NOUVELLE-AQUITAINE

ars  
Agence Régionale de Santé  
Nouvelle-Aquitaine

RÉGION  
Nouvelle-  
Aquitaine

## BIEN-ÊTRE · SPORT

Jeu. 7 SEPT    Jeu. 5 OCT    Jeu. 9 NOV



**JOURNÉE BIEN-ÊTRE**

Une journée pour prendre soin de soi : infos et conseils, look, relaxation, fabrication de produits de soin naturels.

9h - 16h30 ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

Lun. 25 SEPT    Lun. 16 OCT    Lun. 6 NOV



**ATELIER RELAX' ART**

Se relaxer par l'art, la peinture : initiation au Fluid Art avec Chloé, jeune artiste peintre de Poitiers.

15h - 16h30 ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

Mer. 13 SEPT    Mer. 4 OCT    Mer. 8 NOV



**JOURNÉE SPORT & RELAX**

Journée conviviale, collective.  
Matin : activités physiques  
Après-midi : gestion des émotions et du stress.

10h - 12h ●●  
14h - 16h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

11, 12, 13 SEPT    9, 10, 11 OCT    6, 7, 8 NOV



**RE'SANTÉ-VOUS.COMM**

3 jours pour se (re)découvrir, comprendre ses émotions, ses problématiques, et apprendre à les surmonter.

9h - 12h ●●  
13h30 - 17h ●●



Mission Locale  
30 Rue des Feuillants, POITIERS

## ADDICTIONS

Ven. 22 SEPT    Ven. 20 OCT    Ven. 20 NOV



**ATELIER "ADDICTO KESACO"**

Addictions (alcool, tabac, drogues, alimentation, jeux, etc.) : touchés ou non, on en discute par le jeu et on s'informe !

9h30 - 12h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

## ALIMENTATION

Mer. 13 SEPT    Mer. 11 OCT    Mer. 15 NOV



**BIEN DANS TON ASSIETTE**

Bien manger à petit budget !  
Atelier cuisine en collectif suivi d'une dégustation.  
Smoothie et wrap offerts !


9h30 - 12h30 ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

## IMAGE DE SOI


Jeu. 14 SEPT    Jeu. 12 OCT    Jeu. 16 NOV



**CONSEIL EN IMAGE**

Atelier collectif : posture, communication visuelle, conseils en colorimétrie, valorisation et estime de soi.

9h30 - 12h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

Jeu. 14 SEPT    Jeu. 12 OCT    Jeu. 16 NOV



**VOYAGE HAUT EN COULEURS**

Atelier conseil pour un look qui nous correspond à petit budget, découverte de la seconde main.

13h30 - 17h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

Parles-en à une conseiller.e !

## ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS

Mer. 13 SEPT    Mer. 4 OCT    Mer. 8 NOV



**MON BILAN DE SANTÉ**

Faire le point sur sa santé, s'informer sur le bilan de santé gratuit de la CPAM et si besoin prendre un RDV.

10h - 12h ●●



Centre d'Examen de Santé  
79 Rue de Saint Éloi, POITIERS

Ven. 29 SEPT    Mar. 17 OCT    Mar. 21 NOV



**ATELIER SÉCU FD**

Assurance maladie, mutuelle, carte vitale : es-tu à jour ?  
Accompagnement dans les démarches avec la CPAM.

10h - 12h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

## INTIMITÉ · SEXUALITÉ

Ven. 22 SEPT    Lun. 2 OCT    Ven. 24 NOV



**TOUT SEX' PLIQUE**

Respect et égalité : ça concerne aussi la vie intime et sexuelle ! Atelier infos et repères sur ses droits.

9h - 12h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

Mer. 13 SEPT    Mer. 11 OCT    Mer. 15 NOV



**QUESTIONS DE FILLES**

Atelier entre filles pour faire le point sur les règles, le consentement, l'hygiène intime, la santé sexuelle, etc.

9h - 12h ●●



Espace CEJ - Mission Locale  
18 Boulevard Jeanne d'Arc, POITIERS  
Bâtiment Le Connétable, 2<sup>e</sup> étage

gratuit et confidentiel