Accès libre et gratuit

PROGRAMME
Vendredi 6 novembre de 10 h 00 à 17 h 00

Des rendez-vous avec des professionnels de la santé – Sur inscription

Bilan de santé | 15 min. *(Prévoir un second examen sur Blois)*
Examen de santé à jeun réalisé par une infirmière comprenant une prise de sang et un recueil des urines.

Dépistage des cancers

- Information et accompagnement à l'accès aux dépistages des cancers du sein, du côlon, du col de l'utérus : aide au rendez-vous de mammographie, recherche de sang dans les selles, informations sur le prélèvement cervico-utérin ... | 15 min.
- Remise de kits de dépistage du cancer colorectal | 15 min.
- Réalisation du frottis par une sage-femme dans le cadre du dépistage du col de l'utérus | 30 min.

Diabète

- Réalisation d'un fond d'œil de dépistage de la rétinopathie diabétique pour les personnes diabétiques de moins de 70 ans | 15 min.
- Rendez-vous de prévention du pied avec un podologue | 15 min.

Arrêt du tabac | 20 min.
Écoute, conseils et propositions d'accompagnement autour de l'addiction au tabac.

Nutrition | 20 min.
Conseils personnalisés sur les habitudes alimentaires et l'activité physique.

Autonomie | 15 min.
Réalisation du questionnaire ICOPE pour les personnes de plus de 60 ans, autonomes, vivant à leur domicile. Évaluation visant à repérer la perte de l'autonomie.

Risques cardio-vasculaires | 15 min.
Bilan prévention - prévention cardiaques

Animations

Atelier d'activité physique adaptée | 45 min – sur inscription
Les séances d'activité physique adaptée consistent en des exercices variés (renforcement, mobilité, équilibre, endurance, relaxation) choisis et ajustés selon les capacités, l'état de santé et les objectifs de chaque personne. Groupe de 4 à 8 personnes.

Escape game "Ne tournez pas autour du pot" | 20 min – en accès libre
Escape game de l'Assurance Maladie dédié au dépistage du cancer colorectal. En équipe de 2 à 4 personnes, résolvez des énigmes, défis pour découvrir le kit de dépistage de ce cancer et comprendre comment l'utiliser.

Stands d'information – En accès libre

Accès aux droits
CPAM | France services | PFR 41
Udaf | Vivre autonome 41.

Prévention
Comité régional olympique et sportif | Dispositif de maintien autonomie | Don du sang | Institut médicale de Sologne | Ligue contre le cancer |Maison sport santé.