

**Avril - Mai - Juin 2015**

**SANTÉ PHYSIQUE « Pour se sentir bien dans son corps ! »  
Alimentation, activité physique, hygiène corporelle, cancers, pathologies  
chroniques et génétiques, don d'organes, don de sang, dépistages  
sensoriels, sommeil, prévention des risques solaires.**

**Attention, la Maison de la Prévention Santé sera fermée entre 12h et 14h  
du lundi 13 avril au vendredi 24 avril 2015 inclus.**

**La Maison de la Prévention Santé sera également fermée le vendredi 15 mai et le lundi 25 mai**

## **CONFERENCES**

✓ Jeudi 9 avril - 18h30

### **Conférence « Alimentation : Faut-il avoir peur de sa faim ? »**

Animée par le Docteur ATTALIN, en partenariat avec l'association POIDS D'INTERROGATION

La faim est une sensation qui correspond à un besoin physiologique, manger. Mais est-elle amie ou ennemie ? A quoi correspond-elle de nos jours ? Faut-il en avoir peur et comment peut-on l'appivoiser ?

Le Dr. Vincent Attalin, médecin nutritionniste au CHU Montpellier et à la Clinique Beausoleil répondra à toutes les questions afin que chacun ne puisse plus jamais rester sur sa faim.

✓ Mardi 28 avril - 18h30

### **Conférence débat « Comment favoriser un vieillissement réussi ? »**

Animée par le Professeur BLAIN (Centre de Prévention et de Traitement des Maladies du Vieillissement Antonin Balmes)

Et si vieillir était un art ? De l'alimentation à l'activité physique en passant par la gestion du stress et la prévention des problèmes héréditaires, il existe des moyens pour vivre longtemps et en meilleure santé.

✓ Mardi 26 mai - 18h30

### **Conférence débat « L'obésité : de la prévention à la prise en charge ! »**

A l'occasion de la Journée Européenne de l'obésité

Animée par le Professeur David NOCCA (Chirurgien digestif au CHRU de Montpellier – Président de la Ligue contre l'obésité)

Les causes du surpoids et de l'obésité et les facteurs qui y contribuent sont complexes et nombreux. Il s'agit non seulement de choix individuels (alimentation et activités physiques), mais aussi de déterminants environnementaux et sociaux qui influent sur la capacité des individus de faire des choix plus sains. Que faire pour la prévenir ? Le dépistage est-il efficace ? Comment se déroule la prise en charge médicale ? Quels sont les spécialistes à consulter ?

Autant de questions auxquelles le Professeur NOCCA répondra.

✓ Jeudi 11 juin - 18h30

**Conférence débat « Le diabète : Parlons-en ! »**

Dans le cadre de la semaine nationale de prévention du diabète

Animée par l'association des Diabétiques de l'Hérault et le Dr CARRIER (diabétologue – CHU Béziers)

Causes, symptômes, traitements, facteurs de risques et dépistage seront abordés au cours de la conférence.

✓ Mardi 23 juin - 18h30

**Conférence débat « Après, c'est trop tard ! Le don d'organes, parlons-en ! »**

A l'occasion de la Journée nationale de réflexion sur le don d'organes et la greffe et de reconnaissance aux donateurs.

En partenariat avec l'association France ADOT, en présence du Professeur Georges MOURAD (Service de Néphrologie au CHRU de Montpellier) et Jacques Valente, greffé qui prépare une course transatlantique en solitaire à la voile.

Chaque année en France, on comptabilise 5 000 dons d'organes. C'est peu quand on sait que 17.000 personnes sont, dans le même temps, en attente de greffe.

✓ Jeudi 25 juin - 14h

**Conférence Débat « Vous tremblez ? Et si c'était une maladie neurologique ? »**

Animée par le Docteur Christian GENY (Neurologue, CMMR, HOPITAL GUI DE CHAULIAC – CHRU Montpellier)

En partenariat avec l'association APTES (Association des Personnes concernées par le Tremblement Essentiel)

Le tremblement essentiel touche 1 personne sur 200. Qu'est-ce qu'un tremblement essentiel ?

## CONFERENCES SURDITE

L'association SURDI 34, association de personnes devenues sourdes et malentendantes de l'Hérault, propose des rencontres autour de thèmes liés à la surdité.

- ✓ Lundi 13 avril – 10h : Rencontre avec l'association Arieda, service d'interprétation et de médiation pour sourds
- ✓ Lundi 11 mai – 10h : Surdité et accessibilité : Quelles nouveautés ?
- ✓ Lundi 8 juin – 10h : L'implant cochléaire : avantages et inconvénients

## **ATELIERS** Sur inscription au 04 67 02 21 60 - Entrée gratuite (15 personnes maximum)

✓ **Les rendez-vous du Tao**

Animé par l'école du Tao

Mercredi 29 avril à 10h, 27 mai et 24 juin - 14h30

L'Ecole du Tao propose des ateliers de découverte gratuits afin de ressentir et d'apprécier les bienfaits des arts énergétiques du Tao, du Qi Gong, du Taïchi et de la méditation. Arts de santé millénaire, arts de vie, ces techniques traditionnelles asiatiques visent à faire circuler et harmoniser l'énergie vitale dans tout le corps.

✓ **Atelier d'Initiation CHIN DAÏ**

Animé par l'association « Axe sport art culture »

Mercredi 22 avril 2015

14h : enfants à partir de 8 ans / 15h : adultes et seniors

Un art martial énergétique interne, non violent, alliant le corps et l'esprit s'adressant aux personnes recherchant à cultiver l'équilibre intérieur, l'écoute de la conscience des circulations énergétiques par un travail de respiration, de visualisations de couleurs et des éléments naturels.

✓ **Atelier de gestion du stress « Relax'minute »**

Lundi 4 mai - 14h30

Animé par Florence VERTANESSIAN, sophrologue, spécialiste en gestion du stress

Faire une pause, retrouver sa capacité à se détendre, prendre soin de soi, rester zen... un grand défi de la vie en ces temps agités ! Toutes les techniques et astuces présentées permettront de goûter aux bienfaits d'un relâchement profond du corps, de stopper les pensées tourbillonnantes et de libérer les tensions.

✓ **Formation gratuite pour adultes - J'apprends à sauver !**

Samedi 18 avril, 30 mai et samedi 20 juin - 10h30

*Animé par l'association Secourir 34*

En cas d'accident, le rôle du citoyen en tant que premier maillon de la chaîne des secours est capital. Qui alerter ? Quels sont les gestes élémentaires à pratiquer dans l'attente des secours ?

## CAFES DEBATS

✓ **Café mémoire Alzheimer**

**Alzheimer : Comment faire face aux difficultés liées à la conduite automobile?**

Mercredi 29 avril - 15 h

Animé par l'association France Alzheimer Hérault et le CLIC Maillage Montpellier

Pour aller à la rencontre des familles, favoriser les échanges et des temps de répit, l'association France Alzheimer Hérault propose un Café mémoire itinérant. Lieu de rencontre, ouvert sur la vie sociale, animé par une psychologue, venez partager un moment convivial autour d'un thème déterminé au préalable.

✓ **Café séniors - Séniors et alors ?**

**Les maladies de la vue et les troubles de la vision**

Jeudi 16 avril – 15h

Animé par la Mutualité Française Languedoc Roussillon

Cataracte, glaucome et dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) sont les trois maladies de la vue qui surviennent le plus fréquemment chez les personnes âgées de 60 ans et plus. Quels sont les symptômes, les caractéristiques et comment les prévenir ?

**Alimentation : comment allier équilibre et plaisir de manger ?**

Jeudi 21 mai – 15h

Animé par la Mutualité Française Languedoc Roussillon

Quel est l'intérêt d'une alimentation équilibrée et variée ? Comment assurer quotidiennement l'équilibre alimentaire ? Comment manger sainement tout en se faisant plaisir ?

**Accident Vasculaire Cérébral : Agir Vite C'est important !**

Jeudi 18 juin – 15h

Animé par l'Agence Régionale de Santé Languedoc – Roussillon

On compte en Languedoc-Roussillon 18 AVC par jour entraînant 2 décès par jour : première cause de handicap acquis de l'adulte. C'est sur la base de ce tragique constat que l'ARS déploie une importante campagne de communication sur la reconnaissance des signes d'un AVC. Les objectifs sont de permettre au grand public d'identifier les signes de suspicion d'un AVC, l'amener à composer immédiatement le 15 et le sensibiliser sur la notion d'urgence de la prise en charge.

✓ **Café des parents – Etre parent, aujourd'hui !**

Deuxième cycle de rencontres : Bien manger, bien bouger, bien dormir !

**A table, les enfants ! Snacking, fooding, grignotages... Comment les enfants et les ados mangent-ils aujourd'hui ?**

Samedi 18 avril – 10h

L'alimentation et l'activité physique sont à la fois des plaisirs de l'existence mais aussi des clés essentielles pour maintenir un bon état de santé ou le recouvrer. Il est essentiel, dès le plus jeune âge, de construire des comportements alimentaires favorables, d'apprécier les moments d'échange et de convivialité des repas, de découvrir la subtilité et la diversité des goûts, d'éviter les excès de certains aliments... Il est parfois difficile d'aider son enfant dans ses apprentissages alimentaires et de le guider parmi les nombreuses sollicitations qui l'entourent.

**Le sommeil de l'enfant, des ados... et des parents ?**

Samedi 30 mai – 10h

De la naissance à l'adolescence, les enfants sont de gros dormeurs. Mais comment savoir si leurs besoins en sommeil sont satisfaits ? Le café des parents sera l'occasion de revenir sur ces maux qui entraînent bien souvent des difficultés d'attention et de fatigue chez l'enfant et chez ses parents !

**Comment concilier vie quotidienne et rythmes de vie de l'enfant et de l'ado (activités scolaires, sportives, de loisirs, repos, sorties...)**

Samedi 20 juin – 10h

Le quotidien des parents est souvent bien complexe. Que l'on soit seul ou en couple il n'est pas toujours facile d'harmoniser celui-ci avec les rythmes de vie de l'enfant et de la qualité de vie en famille.

**LE COIN DES ENFANTS** Sur inscription au 04 67 02 21 60 (15 personnes maximum)

- ✓ **Formation gratuite pour enfants « J'apprends à sauver ! » (6 à 11 ans)**

Mercredis 15 avril, 20 mai et 17 juin - 14h

Il n'y a pas d'âge pour apprendre à sauver des vies ! En cas d'accident, qui alerter ? Comment alerter ? Quels sont les gestes élémentaires à pratiquer dans l'attente des secours ?

- ✓ **Animation « Bien dans mon assiette, à l'aise dans mes baskets »**

Mercredis 27 mai - 14h

Les enfants et leurs parents sont invités à participer à des activités éducatives autour du thème de la nutrition. Durant 30 minutes, des petits défis seront proposés aux enfants afin de les encourager à pratiquer une activité en fonction de leurs «goûts».

Venir avec son carnet de santé !

- ✓ **Animation « Le soleil : Ami ou ennemi ? »**

Mercredi 24 juin - 14h

Dans le cadre de la semaine de la protection solaire, la Maison de la Prévention Santé propose en partenariat avec Epidaure, Pôle Prévention de l'Institut du Cancer de Montpellier et la ligue contre le Cancer, une animation pour tous les enfants âgés de 6 à 11 ans. Au programme : De nombreux ateliers éducatifs autour des dangers du soleil et un jeu de l'oie géant !

## GROUPES DE PAROLES

- ✓ **Allo parents ? Ecoute, aide et soutien des parents**

Vendredi 3 avril, 29 mai et 19 juin - 14h

Animé par l'association ALLO PARENTS

Sur rendez-vous au 04 67 02 21 60

- ✓ **Acceptation de l'homosexualité par la famille**

Samedi 18 Avril et samedi 6 Juin – 10h

Animé par l'association CONTACT

Groupe de paroles entre les parents, les gays, lesbiennes et bis, leurs familles et amis. Un lieu et un temps pour aider à sortir de l'isolement dans la confidentialité, le respect et le non jugement.

✓ **La sclérose en plaques, parlons-en !**

Samedi 6 juin – 10h

Animé par l'Association Française de Sclérose En Plaques

Groupe de paroles pour les accompagnants de personnes atteintes de sclérose en plaques

## **EXPOSITIONS**

✓ **Planète vaccination » (Institut National de Prévention et Education pour la Santé)**

Une exposition sur le mécanisme de la vaccination, son histoire et les principales maladies contre lesquelles elle protège. Chacun y trouvera les informations tant épidémiologiques que médicales avec les dernières actualités de ce vaste domaine. Au programme : les vaccinations dans la politique générale de santé publique / un vaccin, comment ça marche ? / Les types de vaccins ? / Fabrication, sécurisation et contrôle ? / L'histoire de la vaccination.

✓ **Plaisir et vitamines !!**

Le plaisir de manger des fruits et légumes, Comment ça pousse ?, Les fruits et légumes, qu'est-ce que c'est ?, Manger, bouger, pour mon plaisir et ma santé, Comment manger équilibré ?, Au moins 5 fruits et légumes, oui, mais pourquoi ?, Les fruits et légumes sous toutes leurs formes, Fruits et légumes de saison : le printemps, Fruits et légumes de saison : l'été, Fruits et légumes de saison : l'automne, Fruits et légumes de saison : l'hiver, Petites histoires de fruits

✓ **Bien dans mes baskets !!**

Bouger pour ma santé, Bouger au quotidien, c'est facile, M'amuser en bougeant, bouger en m'amusant, Bien manger et bouger pour mon équilibre et ma santé, 3 secrets pour être en forme, Le cœur et les poumons, comment ça marche ? Les muscles et les os, comment ça marche ? Différents types d'exercices, Petites histoires de sports, Les valeurs du sport

## **JOURNEES DE SENSIBILISATION**

✓ **Semaine Européenne de la vaccination**

Du 20 au 24 avril 2015

La Semaine Européenne de la Vaccination est l'occasion de faire le point sur le nouveau calendrier vaccinal et d'inciter le public à vérifier s'il est bien à jour de ses vaccinations, en particulier les adolescents et jeunes adultes. Pour que chacun puisse disposer d'informations simples sur la vaccination, ou obtenir des réponses aux interrogations concernant des maladies infectieuses souvent mal connues, le Centre de Vaccination Publique du SCHS de la ville de Montpellier répondra toute la semaine aux questions du public, en partenariat avec le Centre de Vaccinations Internationales de l'Institut Bouisson Bertrand.

INFORMATIONS : Centre de Vaccination Publique - 04 67 02 26 63

✓ **Journée de prévention des troubles de la vue : dépistage gratuit !**

Mardi 21 avril de 10h à 12h et de 14h à 17h

Avec la Mutualité Française Languedoc Roussillon

La Maison de la Prévention Santé en collaboration avec la Mutualité Française Languedoc-Roussillon, organise une journée de dépistage gratuit des troubles de la vue.

Se faire dépister, c'est préserver sa vue pour l'avenir. Le glaucome, la rétinopathie diabétique et la dégénérescence maculaire sont autant de maladies qui peuvent passer inaperçues au début avec une vue conservée. Diagnostiquées à temps, ces maladies peuvent être traitées. En cas de dépistage positif, les professionnels de santé orienteront les patients pour une prise en charge thérapeutique de la pathologie détectée.

✓ **Animation « Au p'tit resto santé » - Mutualité Française Languedoc-Roussillon**

**Dans le cadre de la journée Européenne de l'obésité**

Du lundi 18 mai au vendredi 22 mai de 10h à 17h

La nutrition est aujourd'hui un enjeu de santé publique majeur, particulièrement dans notre Région. C'est dans cette optique que la Mutualité Française Languedoc-Roussillon a créé une animation interactive à l'équilibre alimentaire intitulée « Au p'tit resto santé ».

*Pourquoi « Au p'tit resto santé » ?*

Diabète, surpoids, obésité... trois fléaux qui touchent de plus en plus d'individus dans le monde entier. Les Etats-Unis sont souvent montrés du doigt, mais les jeunes français devraient regarder d'un peu plus près ce qui se trouve dans leur assiette...

*Qu'est-ce que le petit resto santé ?*

« Au p'tit resto santé » est une exposition itinérante, interactive, et ludique reproduisant un self-service grandeur nature, complétée par une exposition sur la nutrition. De façon opérationnelle, l'enfant prend un plateau et compose son menu du jour. Lui sont proposés des entrées, des plats de résistance et des desserts représentant une partie du patrimoine culinaire français. Le plaisir, le partage et la convivialité sont au cœur du dispositif. Lors du passage en caisse, l'équilibre nutritionnel du plateau est calculé et comparé au profil type d'un repas équilibré.

✓ **17ème Journée nationale de dépistage gratuit des cancers de la peau**

Jeudi 28 Mai de 9h à 16h

En partenariat avec le Syndicat des Dermatologues

La 17ème Journée nationale de dépistage anonyme et gratuit des cancers de la peau, organisée par le Syndicat National des Dermatologues et Vénérologues, est placée sous le haut patronage du Ministère des Affaires Sociales, de la Santé et des Droits des femmes.

*Permanence de Dermatologues qui réaliseront des dépistages gratuits et anonymes sans rendez-vous.*

✓ **« Le diabète : Parlons-en ! »**

**Dans le cadre de la semaine nationale de prévention du diabète**

Jeudi 11 juin - 14h

Journée d'échanges et d'informations avec l'association des diabétiques de l'Hérault.

## ACTUALITES

### ✓ Résolutions 50 – Une action santé pour les plus de 50 ans !

Samedi 11 avril de 9h à 12h30

A 50 ans, pratiquer plusieurs activités physiques est crucial pour la santé. Mais, laquelle ? Comment ? Où ? Le programme Résolution 50©, conçu par l'équipe du laboratoire universitaire Epsilon (Montpellier I et III) et la Mutualité Française Languedoc-Roussillon propose de réaliser une évaluation des capacités physiques et psychologiques et une orientation vers des offres locales labellisées de pratique d'activité physique pour la santé. Des experts répondront à toutes les questions lors d'une demi-journée ouverte, conviviale et gratuite.

Lieu : Palais Universitaire des Sports de Montpellier  
Avenue du Pic Saint Loup Tram 1 : arrêt Occitanie

### ✓ « Bouge ta ville avec le City Raid ANDROS ! »

Mardi 28 avril 2015

Ce parcours d'orientation en milieu urbain a pour mission de générer chez les jeunes adolescents en compétition le sens du civisme, via l'effort, le jeu et la réflexion, tout en permettant de se bouger !

Le City Raid Andros permet aux jeunes de 10 à 13 ans de (re)découvrir leur ville de façon ludique. Par équipes de six, accompagnés d'un adulte responsable et munis d'un plan et d'un carnet de route, les participants s'élancent pour un parcours d'orientation citoyen en milieu urbain. Sur leur route, les institutions, monuments, équipements, lieux emblématiques et curiosités qui incarnent leur ville s'ouvrent à eux.

La Maison de la Prévention Santé accueillera tout au long de la journée les groupes afin de faire découvrir de manière ludique l'intérêt de prendre soin de sa santé !

Informations : Centre de Loisirs des Jeunes de Montpellier - La Paillade (C.L.J) - 04 67 03 35 05

### ✓ Journée mondiale des donneurs de sang

Vendredi 12 et samedi 13 juin

La Journée mondiale des donneurs de sang célèbre le don de sang bénévole, anonyme et volontaire. L'EFS organise des collectes de sang exceptionnelles en France métropolitaine et dans les DOM toute la semaine du 8 juin.

Cette journée vise à remercier les donneurs et à inciter les non-donneurs à effectuer cet acte solidaire et généreux qu'est le don de sang. De nombreux pays dans le monde se mobilisent autour de ce rendez-vous annuel qui permet aussi d'en rappeler les enjeux. Il n'existe à ce jour aucun produit capable de se substituer au sang humain. Le don de sang est donc indispensable pour sauver des vies, il est donc essentiel de se mobiliser. Aujourd'hui, seule une soixantaine de pays ont un système transfusionnel fondé uniquement sur le don de sang non rémunéré.

Le lieu et les horaires de la collecte seront communiqués ultérieurement  
Plus d'informations sur [Montpellier.fr](http://Montpellier.fr) ou [dondusang.net](http://dondusang.net)



## COLLECTE

Videz vos placards et faites un don à la Ligue Contre le Cancer!

La Ligue Contre le Cancer récupère vos téléphones portables, cartouches d'imprimantes (laser et jet d'encre) et vos radiographies argentiques usagés. Un geste économique qui apporte des ressources en participant au financement de la recherche dans la lutte contre le cancer et l'aide aux malades. Un geste solidaire qui crée des emplois pour des personnes handicapées qui assurent le recyclage. Un geste écologique qui évite le gaspillage et protège l'environnement.

Plus d'informations au 04 67 61 31 31 ou sur [mobilique34@gmail.com](mailto:mobilique34@gmail.com)

## FOCUS SUR...

### Association des Diabétiques de l'Hérault

Aujourd'hui, en France, 3 millions de personnes sont diabétiques dont 500 000 non diagnostiquées. 90% des diabétiques sont de type 2 (DNID) avec une prévalence qui se situe entre 3,4 et 3,8% dans l'Hérault.

L'ADH accompagne, informe et défend les diabétiques et leur entourage. La sensibilisation au diabète (dépistage gratuit), balades culturelles, conférences, débats ainsi que le programme « Dynamisation et qualité de vie » (groupe de rencontres) sont les principales missions de l'association. Depuis septembre 2010, l'ADH propose aux diabétiques et à leur entourage de participer à un groupe de rencontres (écoute, échanges) dans la convivialité, animé par des bénévoles de la structure où s'échangent trucs et astuces du quotidien, partagent leurs expériences et apprennent à vivre avec le diabète.

Permanence Mensuelle à la Maison de la Prévention Santé : Chaque 4<sup>ème</sup> mardi du mois de 16h à 18h.

Association des Diabétiques de l'Hérault  
11, rue de la Méditerranée - 34070 Montpellier  
04 67 65 51 26 - [assodiab.34@free.fr](mailto:assodiab.34@free.fr) - [www.afd.asso.fr](http://www.afd.asso.fr)

## PERMANENCES D'ASSOCIATIONS

Association Soutien Lait  
Information sur l'allaitement maternel (échanges, orientation)  
Tous les lundis / 14h -16h

Association APTES  
Informations sur le tremblement essentiel (écoutes, orientation)  
Mardi 7 avril – Mardi 5 mai et Mardi 2 juin /14h -17h

Association Souffrance au travail  
Information sur les problématiques de santé au travail  
Vendredi 3 et 17 avril - jeudi 7 mai et vendredi 22 mai - vendredi 5 et 19 juin / 13h -17h

Association François Aupetit  
Information sur la Maladie de Crohn et RCH  
Mardi 14 avril - mardi 12 mai - mardi 9 juin / 11h -12h



Association Française des Malades et Opérés Cardio-vasculaires  
Information sur les maladies cardio-vasculaires (échanges, orientation)  
Mardi 14 et 28 avril - mardi 12 et 26 mai - mardi 9 et 23 juin / 15h -17h

Association Apedys Hérault  
Information sur la dyslexie (échanges, orientation)  
Samedi 18 avril - samedi 30 mai – samedi 20 juin / 10h -12h

Association Contact  
Dialogue entre les parents, les gays, lesbiennes et bis, leurs familles (échanges, orientation)  
Mercredi 15 avril – mercredi 20 mai – mercredi 17 juin / 14h -17h

La santé de la famille  
Information sur les problèmes liés à l'alcool  
Mardi 14 et 28 avril - mardi 12 et 26 mai - mardi 9 et 23 juin / 15h - 17h

Association Parole Bégaïement  
Information sur les troubles de bégaiement (écoutes, orientation)  
mercredi 8 avril – mercredi 13 mai – mercredi 10 juin / 10h -12h

Institut de Victimologie du Languedoc –Roussillon  
Prévention et information sur des troubles liés à des chocs psychologiques (accompagnement individuel)  
Mercredi 8 et 22 avril - mercredi 13 et 27 mai - mercredi 10 et 24 juin / 14h -17h

Association France Acouphènes  
Information sur les acouphènes (échanges, orientation)  
Jeudi 9 avril - jeudi 11 juin / 11h30 - 14h30

Association pour le Droit de Mourir dans la Dignité  
Information sur le droit légal lié à la fin de vie (échanges, orientation)  
Jeudi 9 et 23 avril - jeudi 28 mai - jeudi 11 et 25 juin / 15h -17h

Association Poids d'interrogation  
Information sur les problématiques physiologiques et sociales liées au surpoids et à l'obésité.  
mardi 28 avril - mardi 26 mai - mardi 23 juin / 18h - 20h

Association des Diabétiques de l'Hérault  
Information sur le diabète (échanges, orientation)  
Mardi 28 avril - mardi 26 mai - mardi 23 juin / 16h - 18h

Association la Cordée  
Information sur les problèmes liés à l'alcool (écoutes, orientation)  
Jeudi 9 avril - jeudi 11 juin / 18h - 20h

Association Française du syndrome de Fatigue Chronique  
Informations sur les problèmes de fatigue chronique (échanges, orientation)  
Vendredi 10 avril - vendredi 12 juin / 14h30 - 16h



Association Française des Sclérosés en plaques  
Information sur la sclérose en plaques (échanges, orientation)  
Lundi 20 avril - lundi 18 mai - lundi 15 juin / 14h- 17h

Surdi 34  
Information sur la surdité et les implants cochléaires (écoute, orientation)  
Lundi 13 avril - lundi 11 mai - lundi 8 juin / 10h -12h

Association SOS Amitié  
Information sur l'écoute du mal-être (Echanges, orientation)  
Vendredi 24 avril - vendredi 22 mai - vendredi 26 juin / 10h - 12h