



▶ PARCOURS PRÉVENTION

Santé au féminin : épanouie à tout âge !

Rendez-vous les jeudis 12,19 et 26 septembre – 10 h à Saint Léger du Bourg Denis

Participez aux 4 séances de notre parcours de prévention.

Ces séances collectives sont animées par des professionnels spécialisés dans les thématiques abordées. Un entretien individuel facultatif est proposé en fin de parcours.

PROGRAMME

La Camieg vous propose de participer à un parcours de prévention dédié aux femmes, animé par des professionnels de santé. Composé d'une réunion introductive, de temps d'échanges collectifs et individuels, ce parcours prend en compte toutes les dimensions de votre santé.

Ces rencontres sont conçues comme des lieux d'échanges bienveillants entre femmes : partagez vos expériences et vos savoirs pour vous approprier votre santé et ses particularités.



Réunion d'introduction **La santé de la femme**

Jeudi 12 septembre à 10 h

Quels sont les liens entre vie hormonale et santé de la femme ? Quelles sont les spécificités de l'anatomie féminine ?

Animée par une Sage-femme



Temps d'échanges **Bien dans mon corps de femme**

Jeudi 12 septembre à 11 h

Seins, utérus, clitoris... Etes-vous bien sûre de connaître votre anatomie féminine ? Quels sont les bons gestes à adopter au quotidien pour votre santé ?

Animée par une Sage-femme



Temps d'échanges **Bien dans ma sexualité**

Jeudi 19 septembre à 10 h

Reproduction, contraception, consentement, plaisir, tant de sujets qui questionnent. Comment évolue la sexualité avec l'âge ?

AU PROGRAMME (suite)

Quels sont les moyens de protection face aux infections sexuellement transmissibles ?

Animée par une Sage-femme



Temps d'échanges Bien vivre ma ménopause

Jeudi 26 septembre à 10h

Quelles sont les manifestations de la pré-ménopause et de la ménopause ? Quelles conséquences la ménopause peut avoir sur ma santé ? Quelles sont les solutions possibles pour mon bien-être ?

Animée par une Sage-femme



Entretien individuel Optionnel

Inscription en fin de réunion du jeudi 12 septembre

Si vous le souhaitez, un entretien personnalisé pour échanger individuellement sur d'éventuelles problématiques rencontrées et favoriser l'adoption des conseils délivrés durant les temps d'échanges collectifs.

Animée par une Sage-femme

INFOS PRATIQUES

► Modalités et participation

Cmcas Haute Normandie de Saint Léger du Bourg Denis, 15 Impasse des Tilleuls.
Il s'agit d'un parcours de prévention. L'inscription au programme vous engage à participer à l'ensemble des séances.



► Renseignements et inscriptions

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention au 02 77 62 41 15

INSCRIPTIONS POSSIBLES AVANT LE 08/09/2024 :

- Par courriel : camieg-prevention-normandie@camieg.org
- Par téléphone : 02 77 62 41 15 (boîte vocale)

En ligne, en complétant le formulaire d'inscription en flashant le QRCode ci-contre ou sur



Flashez
le QRCode

<https://camieg.evalandgo.com/form/222060/s/?id=JTk3bSU5NWglOTglQUY%3D&a=JTk2ayU5M2glOUMIQtk%3D>

Prise en charge totale des frais d'inscription et de la participation par la Camieg.

► Informations pratiques

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention au 02 77 62 41 15

Rendez-vous les jeudis 12,19 et 26 septembre – 10 h à Saint Léger du Bourg Denis

Antenne Camieg Normandie • 4 rue de Fontenelle – 76000 Rouen

☎ 02 77 62 41 15 (boîte vocale) ✉ camieg-prevention-normandie@camieg.org

