

ÉVÉNEMENTS • ACTIONS DÉPARTEMENTALES ...

Judi 19 SEPTEMBRE



Journée conviviale et sportive entre jeunes de la Mission Locale de Châtelleraut !

Défis sportifs tous genres.

Animé par coachs sportifs UFOLEP. Venir avec tenue adaptée.

9h30 - 16h30

Lac de la forêt - Châtelleraut
(possible d'être amené depuis la MLNV)



Mercredi 25 SEPTEMBRE



Journée conviviale et sportive entre jeunes Mission Locale ! Défis sportifs tous genres.

Animé par coachs sportifs UFOLEP. Venir avec tenue adaptée.

Repas pris en charge

9h30 - 16h30

Stade Paul Rebeilleau
86000 POITIERS
(possible d'être amené depuis la MLNV)



Vendredi 11 OCTOBRE



Dans le cadre du mois de sensibilisation autour du cancer du sein : Activités sportives et Atelier Pouet-Pouet animé par Jeunes&Rose

9h - 17h

Poitiers
(possible d'être amené depuis la MLNV)



POINT
santé



Mais en fait, c'est quoi le

Écoute • Accès aux droits et soins • Prévention

Un espace d'**information** avec des conseillers et pros de santé
Des permanences, RDV individuels, **gratuits, confidentiels**
Des ateliers collectifs, débats, jeux, animations ...

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

☎ 05 49 20 04 20 📍 209 Gd'Rue de Châteauneuf, CHÂTELLERAULT

Jeunes 16-25 ans
MISSION LOCALE

POINT
santé



L'AGENDA des actions Santé

Septembre • Octobre • Novembre 2024

BIEN-ÊTRE • SPORT

ALIMENTATION

ADDICTIONS

INTIMITÉ • SEXUALITÉ

ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS ...



RÉGION
Nouvelle-
Aquitaine



GRAND
CHÂTELLERAULT
COMMUNAUTÉ
D'AGGLOMÉRATION



PAYS LOUDUNAIS
Communauté de Communes

BIEN-ÊTRE · SPORT

Lun. 30 SEPT.	Lun. 21 OCT.	Lun. 18 NOV.
---------------	--------------	--------------

COCOONING

Apprends à faire tes produits de soin naturels et récolte des conseils beauté. Animé par une socio-esthéticienne.

9h - 12h ou 13h30 - 16h30

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



Ven. 20 SEPT.	Ven. 18 OCT.	Ven. 29 NOV.
---------------	--------------	--------------

RELAXATION

Séance relaxation pour faire une pause, se recentrer sur soi, avoir les outils pour gérer les situations stressantes.

10h - 12h ou 14h - 16h

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



Jeu. 12 SEPT.	Ven. 11 OCT.	Jeu. 14 NOV.
---------------	--------------	--------------

CONFIANCE EN SOI

Atelier pour t'aider à mieux te comprendre et à être mieux avec toi-même. Animé par une relaxologue.

9h30 - 12h

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



Jeu. 12 SEPT.	Ven. 11 OCT.	Jeu. 14 NOV.
---------------	--------------	--------------

GESTION DES ÉMOTIONS

Atelier pour t'aider à mieux comprendre et gérer tes émotions au quotidien. Animé par une relaxologue.

14h - 16h

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



Ces deux ateliers se complètent : s'inscrire et suivre les deux de préférence

Ven. 13 SEPT.	Ven. 11 OCT.	Ven. 15 NOV.
Ven. 27 SEPT.	Ven. 25 OCT.	Ven. 29 NOV.

INNOV SPORT

Matinée activités physiques pour découvrir des sports innovants. Venir avec tenue adaptée et bouteille d'eau.

9h30 - 12h




ACCÈS AUX DROITS ET AUX SOINS

Mar. 3 SEPT.	Mar. 1 OCT.	Lun. 4 NOV.
--------------	-------------	-------------

MON BILAN DE SANTÉ

S'informer sur le bilan de santé gratuit de la CPAM et si besoin prendre un RDV (prise en charge transport CES Poitiers)

14h - 15h30

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



x	Jeu. 17 OCT.	Jeu. 14 NOV.
---	--------------	--------------

SÉCU FD
(collectif + indiv)

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

14h - 17h

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



Tous les 15 jours (+ d'infos : Mission Locale)

RDV MÉDECIN

Consultation médicale avec un médecin généraliste. Suivi, examen, soins, écoute, accompagnement ... Gratuit et confidentiel.

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT

Prise de RDV via un.e conseiller.e Mission Locale

NOUVEAU !!!

ALIMENTATION

3 JOURS		
---------	--	--

ALIM' TA SANTÉ

3 jours d'ateliers pour être mieux dans son assiette et dans son corps ! Cuisine · Sport · Relaxation

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT



Lun. 30 SEPT.	Mar. 01 OCT.	Mer. 02 OCT.
---------------	--------------	--------------

9h30 - 12h : Diététique
14h - 16h30 : Préparation repas

9h - 13h30 : Préparation repas + repas partagé

10h - 12h : Sport
14h - 16h : Relaxation

INTIMITÉ · SEXUALITÉ

x	Jeu. 17 OCT.	x
---	--------------	---

RDV SAGE-FEMME

Rdv anonyme et confidentiel avec une sage-femme, pour parler sexualité, IST, contraception, consentement.

Entre 14h et 16h

Mission Locale
Bât. L'atelier - 209 Grand'Rue de Châteauneuf
86100 CHÂTELLERAULT

Prise de RDV via un.e conseiller.e Mission Locale

gratuit et confidentiel