

forum

C'EST MA SANTÉ



Mercredi 4 novembre 2026



Halle des sports
Jacques-Mazzuca

10h > 12h30
14h > 18h

**ENTRÉE
LIBRE**

PROGRAMME

Renseignements // 02 38 80 34 28

Organisé par la ville de Saran,
en partenariat avec des associations, des acteurs,
des établissements publics et privés et des professionnels de santé.

Saran
{ Ensemble, vivons notre ville ! }



www.saran.fr



Des interprètes en langue des signes pourront vous accompagner sur les stands ou lors des animations.



DONNER, C'EST SAUVER

11 - Don d'organes : et vous, qu'en pensez-vous ? - Collectif Greffes+, Adot 45, coordination des prélèvements d'organes et tissus du CHU Orléans

12 - « Sang, plaquettes, plasma : Chaque don compte » - Établissement Français du Sang



PRÉVENIR, C'EST DÉJÀ AGIR

1 - Les gestes qui sauvent une vie - Protection Civile

15 - Violences faites aux femmes : informer, protéger - CIDFF

16 - Santé sexuelle : infos et prévention - Planning Familial

17 - Saran s'engage pour votre santé - Ville de Saran

18 - Faites le point sur vos vaccins ! Apportez votre carnet de santé on regarde ensemble ! - Centre de vaccination : CHU

19 - Novembre sans tabac : Tentez l'aventure - APLEAT

20 - Cœur et tension : mieux comprendre pour mieux vivre - Dr Genée (cardiologue)

30 - Prévention cancer (remise de kits de dépistage du cancer colorectal) - Pharmaciens du territoire - CPTS'O

31 - Rendez-vous mammographie - Centre imagerie Oréliance

32 - Cancers : dépister tôt, agir vite - La ligue contre cancer, Dr Chaslin-Ferbus, CRCDC, Dr Teillet



VIVRE AVEC LA MALADIE

5 - Endométriose : en parler enfin - Edena

6 - Parkinson : comprendre et accompagner - Assopark

7 - Maladies chroniques : un accompagnement au quotidien - Appuie Santé

14 - Santé globale, on commence ensemble - CPTS'O



MA TÊTE AUSSI COMPTE

2 - Notre santé mentale - comment la préserver ? - ALVE

3 - L'un de vos proches souffre de troubles psychiques ? - UNAFAM

4 - Psychiatrie : déconstruire les idées reçues - CMP CHÊNE MAILLARD



MON CORPS, MODE D'EMPLOI

23 - Bien manger, mieux vivre - Audrey Pouget, Diététicienne - CPTS'O

24 - Surpoids et obésité : en parler, agir - Centre Spécialisé Obésité - CHU Orléans

29 - Bouger pour ma santé - Maison Sport Santé - UFOLEP

33 - Diabète et tension : faites le test - IFPM45



NAÎTRE ET GRANDIR EN CONFIANCE

13 - Bronchiolite : reconnaître et réagir - RESEAU-RESPI

21 - Accueillir bébé, accompagner les parents - Maternité Oréliance

22 - Allaitement et perturbateurs endocriniens : ce qu'il faut savoir - Karine Le Tumelin, Infirmière puéricultrice - consultante en lactation certifiée IBCLC

22 - Ostéopathie (périnatalité) - Puéricultrice / Ostéopathe

27 - Petite enfance : toutes vos questions - PMI du Loiret

27 - La lecture au bénéfice de notre santé - Médiathèque de Saran

28 - Enfance et Écrans : trouver l'équilibre - CFA IFPRO Montargis



MA SANTÉ CONNECTÉE

8 - Handicap et numérique : des droits, des solutions - APF

9 - Aide numérique - « Doctolib sans stress : on vous aide » - Res'O

10 - Mon Espace Santé, mode d'emploi - GRADeS



BIEN ENTENDRE, BIEN VIVRE

25 - Troubles auditifs : des solutions existent - T'hand'M - CAIS

26 - Préserver et retrouver son audition - Audition Cornuau



ATELIERS SUR INSCRIPTION

Réservation en ligne sur www.saran.fr (places limitées)



Atelier Parent-Enfant : Petit-déj' en famille : on cuisine ensemble ! 10h30 - 11h30

Charlotte Ricordeau, Diététicienne - CPTS'O

Atelier Parent-Enfant : Un goûter maison, fait avec vos enfants 15h - 16h

Charlotte Ricordeau, Diététicienne - CPTS'O

Table ronde : On parle développement du langage ! 16h15

Maria Guérin, Orthophoniste

Atelier parent/enfant : L'histoire du soir : un outil d'éveil et de développement 11h - 15h30

Médiathèque et PMI

Dépistage des cancers : Pourquoi, comment ? 15h

Dr Sylvain Teillet, CRCDC

Insuffisance cardiaque - Hypertension artérielle 11h30

Dr Olivier Genée, Cardiologue

Un proche est touché par Parkinson : Mon rôle d'aidant comment faire face ? 14h

ASSOPARK

Perturbateurs endocriniens : Ce qu'il faut savoir 17h

Karine Le Tumelin, Infirmière puéricultrice

Les gestes qui sauvent : À la portée de tous 10h - 14h

Protection civile du Loiret

Atelier participatif : Découvrir son dos (anatomie, douleur, activité physique...) 10h15 - 14h30

Kinésithérapeute - CPTS'O

Cohérence cardiaque : un outil pour réduire son stress 14h15 - 14h45

Psychologue clinicienne - CPTS'O

Agir pour son dos (le sommeil, la nutrition, ergonomie, ...) 11h30 - 15h45

Kinésithérapeute - CPTS'O

Santé des femmes - féminité et fertilité 10h

Céline Hernandez, Sage-femme

(Péri)ménopause, on en parle sans tabou ! 16h

Dr Parvine Bardon, Gynécologue

Comment et pourquoi activer mon espace santé ? 10h

GRADeS CVL

Handi-droit et numérique 15h

APF France Handicap



ANIMATIONS PÉDAGOGIQUES ET LUDIQUES :

Découvrir et comprendre le colon et le conduit auditif autrement.

SPORT SANTÉ SUR INSCRIPTION



10h - Éveil corporel des petits (0 à 3 ans) - UFOLEP

11h15 - Initiation au pilate (adultes) - UFOLEP

14h15 - Multi-sports (4 à 6 ans) - UFOLEP

15h - Initiation pétanque molle et Boccia (tout public) - UFOLEP

16h - Les gestes qui font du bien (adultes) - Vibrenacorps

17h - Découvertes des sports innovants (tout public) - UFOLEP

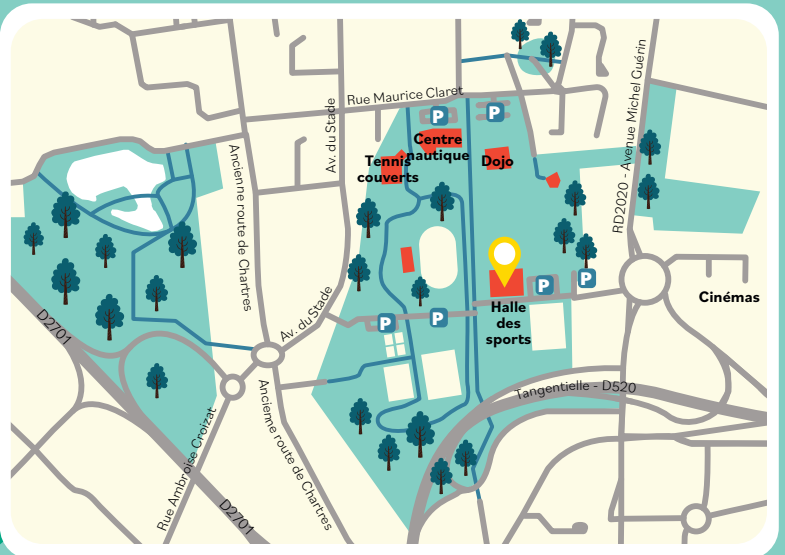
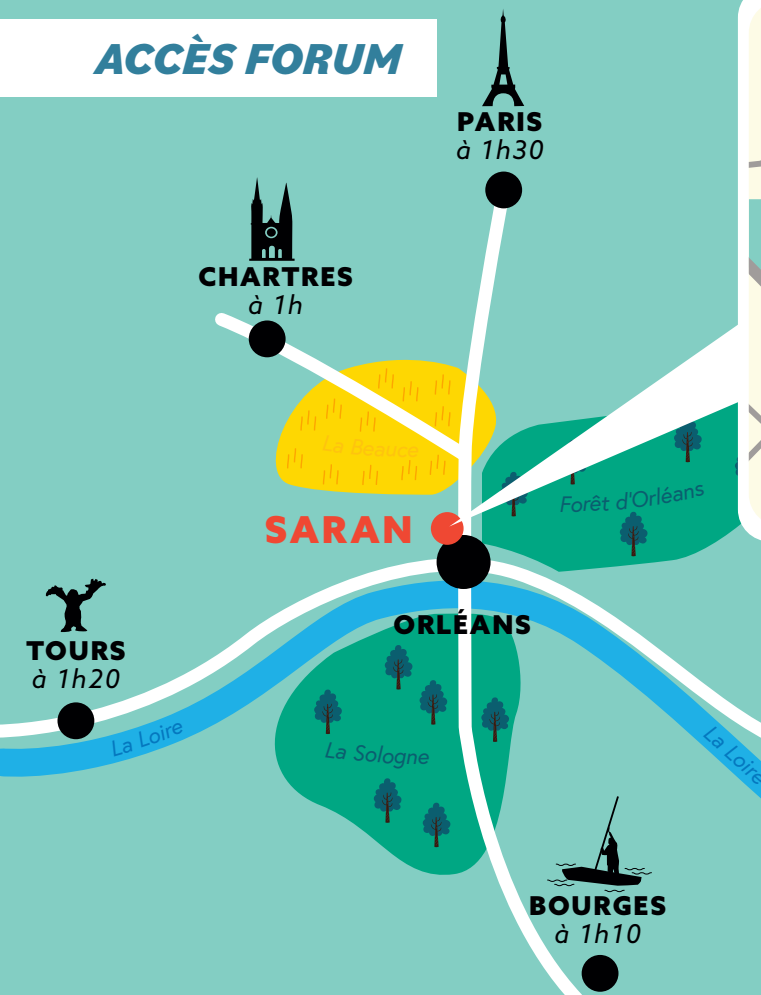
VACCINATION POSSIBLE À PARTIR DE 6 ANS SANS RENDEZ-VOUS

(DT Polio, meningocoque acwy, rougeole, hépatite B, HPV...)

Apporter votre carnet de santé.

Collecte de radiographies en stand 30

ACCÈS FORUM



Halle des sports Jacques-Mazzuca
115 allée Roland Rabartin

Renseignements // 02 38 80 34 28

Réservations en ligne



Nos partenaires



Saran

{ Ensemble, vivons notre ville ! }



www.saran.fr