

PARCOURS GRATUIT

PréSaFe, Prévention Santé pour les Femmes

Santélys propose un accompagnement personnalisé pour les femmes au travers d'un parcours de **prévention et de sensibilisation à la santé**

Pôle Prévention, Education et Promotion de la Santé de Santélys

MAISONS SPORT SANTÉ EnVie d'Activité

Espace Ressources Cancers

MaisonDuDiabète et des Maladies Chroniques

Santélys

Qu'est-ce que le parcours PréSaFe ?

Le parcours PréSaFe, **Pré**vention **Sa**nté pour les **Fe**mmes, propose un accompagnement complet associant des **actions de prévention et de sensibilisation à la santé** au travers d'ateliers d'alimentation, de bien-être, d'Activité Physique Adaptée, de sensibilisation au dépistage des cancers et d'informations sur la santé sexuelle.

Encadré par des professionnels (infirmiers, diététiciens, professeurs d'Activités Physiques Adaptées, sophrologue), ce parcours a pour objectif de vous accompagner vers une prise en charge de votre santé.

Pour quel public ?

Les femmes de 18 ans et plus

Pour quels objectifs ?

- Pour favoriser votre accès aux soins et à la prévention santé
- Pour améliorer votre qualité de vie
- Pour en apprendre plus sur votre santé
- Pour être reconnue comme « Ambassadrice Santé »

Déroulement du programme

D'une durée de 4 mois, ce parcours comprend :

- Des ateliers collectifs bien-être
- Des conseils et astuces en alimentation
- Des séances d'activité physique en présentiel et en distanciel
- Des ateliers collectifs de sensibilisation au dépistage des cancers
- Des informations sur la santé sexuelle

Le parcours PréSaFe est proposé dans la ville de LIÉVIN :

- Résidence autonomie Maurice Mathieu / Salle Cyclamen, rue Degreaux 62800 LIEVIN
- Tous les vendredis matin de 9h30 à 11h30

Intéressée ? Contactez le Pôle Prévention, Éducation et Promotion de la Santé au **03 62 28 80 00** ou par mail **peps@santelys.fr**

Avec le soutien financier de

Fondation de France

Région Hauts-de-France

ars Agence Régionale de Santé Hauts-de-France

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE Liberté Égalité Fraternité | Délégation régionale académique à la jeunesse, à l'engagement et aux sport

En partenariat avec

Lievin

CALL Communauté d'agglomération Lens-Liévin

adsf Agir pour la santé des femmes

DÉPISTAGE DES CANCERS Centre de coordination Hauts-de-France

EndoFrance Association française de lutte contre l'endométriose Soutenir • Informer • Agir

axomove

médi.pôle professionnels de santé