

DES ASSOCIATIONS POUR VOUS ACCOMPAGNER

Contact auprès de la Maison Relais Santé qui assurera le lien avec les associations

Alcool et autres addictions :
Entraid'Addict 26



Arthrite rhumatoïde :
ANDAR



Autisme :
Planète autisme



Cancer :
Ligue contre le cancer
Cerhom (cancer testicules/prostate)
Madysson's hope (cancers pédiatriques)



Dégénérescence maculaire liée à l'âge :
Association DMLA



Diabète :
AFD Diabète 26-07



Endométriose :
EndoFrance



Epilepsie :
Epilepsie France



Fin de vie :
Accompagnement des personnes gravement malades ou en fin de vie et leurs proches



Insuffisance rénale :
France Rein



Kiné prévention :
KRAURA



Maladie d'Alzheimer et maladie apparentées :
France Alzheimer



Maladie de Crohn :
Afa Crohn RCH France Drôme Nord



Maladie de Huntington :
Huntington France



Maladie de Parkinson :
France Parkinson
Comité Drôme



Maladie psychiques :
Groupe d'Entraide Mutuelle
GEM Air Libre
LADAPT
UNAFAM
L'embarcadère



Mucoviscidose :
Vaincre la Mucoviscidose



Sclérose en plaques :
SEP Drôme Ardèche



Troubles alimentaires :
Anorexie boulimie espoir 26/07
Solidarité anorexie boulimie



Réseaux :
PREO
REPSY



©Direction de la communication Ville de Valence - Septembre 2024 - Ne pas jeter sur la voie publique - Impression service écopapier de la Ville.

MAISON RELAIS SANTÉ

VILLE DE
VALENCE

PROGRAMME D'ACTIVITÉS SEPTEMBRE - DÉCEMBRE 2024



DES ASSOCIATIONS POUR VOUS AIDER

MAISON RELAIS SANTÉ : 4, rue du Clos Gaillard

Du lundi au vendredi, de 9 h à 12 h et de 13 h 30 à 17 h

04 75 79 22 11 - maison.relais.sante@mairie-valence.fr

Retrouvez, chaque trimestre, le programme de la Maison relais Santé sur
Valence.fr > Mon quotidien > Santé > Maison Relais Santé



valence.fr

VOUS ÊTES VALENTINOIS ET SOUFFREZ D'UNE MALADIE CHRONIQUE, LA MAISON RELAIS SANTÉ PROPOSE PLUSIEURS ACTIVITÉS EN PETITS GROUPES DANS SES LOCAUX (4, RUE DU CLOS GAILLARD)

CONFÉRENCE « SANTÉ MENTALE » ANIMÉE PAR DES PSYCHIATRES

En partenariat avec l'association « L'Embarcadere »

Une fois par trimestre avec des thèmes différents. Prochaine rencontre le :

→ Samedi 5 octobre 2024 de 10h à 12h

« La prévention en santé mentale »



N'HÉSITEZ PAS À NOUS CONSULTER POUR NOS PROCHAINES DATES :

Activité Physique Adaptée

Cycle de 14 séances d'Activités Physique Adaptée (APA) animé par une Enseignante formée pour améliorer la santé des personnes souffrant d'une maladie chronique.

→ Les lundis de 10h30 à 12h00 - du 30 septembre 2024 au 3 février 2025

Équilibre alimentaire

Ateliers animés par une diététicienne avec divers thèmes abordés tout au long de l'année.

À l'approche de Noël venez confectionner et déguster un goûter de Noël :

→ Le lundi 16 décembre 2024 de 9h30 à 11h30

→ Le mardi 17 décembre 2024 de 14h30 à 16h30

Sophro-relaxation

Un moment de détente et d'apprentissage de techniques qui permettent de retrouver un état de bien-être et d'activer tout son potentiel.

→ 1 cycle de 6 séances animé par une sophrologue

→ Les jeudis de 10h00 à 11h00 - du 17 octobre au 21 novembre 2024

Gestion des émotions

1 cycle de 2 ateliers animés par une Art-thérapeute pour construire un espace d'expression et d'accueil de ses ressentis dans une bulle de créativité.

→ Mardi 5 et mardi 12 novembre 2024 de 10h00 à 12h00

Les rendez-vous individuels infirmiers

Un moment d'échange pour vous informer et vous orienter dans la prise en charge de votre maladie chronique.

→ Les jeudis de 9h00 à 11h00 ou sur rendez-vous.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE PAR MAIL OU TÉLÉPHONE

maison.relais.sante@mairie-valence.fr - 04 75 79 22 11

**Une infirmière coordinatrice vous accueille,
vous conseille et vous oriente**



POUR TOUS, PLUSIEURS ASSOCIATIONS DE PATIENTS OU DE PROCHES PROPOSENT ÉGALEMENT DES ATELIERS, DES CONFÉRENCES, DES DÉPISTAGES... SUR DE NOMBREUSES THÉMATIQUES

→ Tous les 1^{er} jeudis du mois de 14 h à 17 h – DMLA

Temps d'échanges sur diverses thématiques entre personnes malades et leurs proches concernés par la DMLA (dégénérescence maculaire liée à l'âge)



→ SAB 26 Solidarité Anorexie Boulimie

• Samedi 21 septembre 2024 de 11h à 12h30

• Samedi 19 octobre 2024 de 11h à 12h30

• Samedi 30 novembre 2024 de 11h à 12h30



→ Tous les 3^e samedis du mois de 10h à 12h - L'EMBARCADERE (Association des usagers en santé mentale)

Groupe d'échanges.



→ Cafés-rencontre de l'UNAFAM

Groupe d'échanges entre familles et amis de personnes malades psychiques.

• Samedi 7 septembre de 14h30 à 17h

• Jeudi 3 octobre de 17h à 19h

• Samedi 2 novembre de 14h30 à 17h

• Jeudi 5 décembre de 17h à 19h



PERMANENCES

Autisme

Permanence d'accueil de Planète Autisme :

Tous les 2^e jeudis du mois de 17h à 19h



Insuffisance rénale

Permanence de France Rein : tous les 4^e mardis du mois, de 13h30 à 17h (sur rendez-vous).



Cancers pédiatriques

Accueil des familles - Groupe de répit parental, de l'association MADYSSON'S HOPE:

tous les vendredis de 14 h à 17 h / Inscription par mail :

hopemadyssons19@gmail.com ou tél : 07 66 25 97 74



Conduites addictives

Permanence de l'association Entraid'Addict (sans rendez-vous) :

Tous les 2^e et 4^e jeudis du mois de 18h à 20h. Aide et accompagnement des personnes et des familles en prise avec des conduites addictives.

