



Mer. 23 sept.
de 10 à 18h

Jardin du Grand-Rond

LA
JOURNÉE
DE LA SANTÉ

Les femmes à l'honneur !



Édito



La santé et le suivi médical ne doivent jamais dépendre du quartier où l'on vit ou de nos revenus. C'est pour cela que nous rapprochons les soins des Toulousains. En facilitant l'accès aux soignants, nous faisons de la prévention un véritable réflexe.

Cette année, la Journée de la santé, organisée au Jardin du Grand Rond, en est une belle illustration : gratuite et ouverte à toutes et tous, quel que soit son âge, elle permet de rencontrer des professionnels, de s'informer et d'échanger autour des nombreux enjeux de santé.

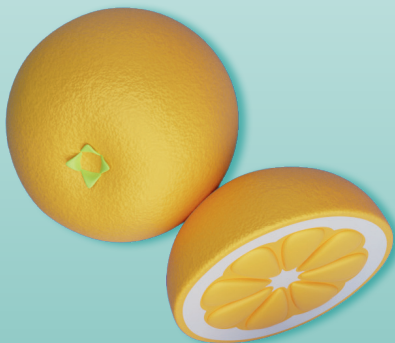
À l'occasion de cette 3^e édition, nous mettons à l'honneur la santé des femmes, un sujet qui nécessite, pour beaucoup, davantage d'information, de prévention et un accompagnement tout au long de la vie.

Dans cette dynamique, nous avons lancé l'appel à projets « Mieux savoir, mieux choisir, mieux agir, pouvoir être actrice de sa santé » Ouvert à toutes les structures, il vise à soutenir des actions en faveur de l'égalité entre les femmes et les hommes dans le domaine de la santé. Les candidatures sont ouvertes jusqu'au 23 septembre 2026.

Jean-Luc Moudenc,

Maire de Toulouse

Président de Toulouse Métropole





Prévention santé

- 3 - CHU (Projet Prévenir)
- 4 - Mutuelle Nationale Territoriale
- 5 - Comité départemental de la retraite sportive (CODERS31)
- 11 - CPAM/Mutualité sociale Agricole/ association Cœur d'Occitanie
- 12 - Association de cardiologie Midi-Pyrénées
- 21 - CPTS la Providence

Jeux et activités physiques

- 1 - Association Fleur'essence
- 2 - Association Julie
- 6 - Les RUBieS
- 7 - Direction des sports/ Mairie de Toulouse
- 8 - USEP 31
- 9 - EfFORMIp
- 10 - Adimep

Kiosque - Départ de la marche Seniors et séances de Qi Gong et Taïso

Santé mentale et bien-être

- 13 - Echiquier Toulousain
- 14 - Mutualité Française Occitanie
- 15 - Centre de Ressources Territorial - CRT Toulousain

16 - ARPADE

17 - CHU Service de neurologie

18 - CPTS Canal Garonne

Prévention, des violences sexistes, sexuelles et conjugales

- 19 - CHU Maison des Femmes
- 28 - Demandez Angela Mairie de Toulouse

Vaccination, santé sexuelle et reproductive

- 20 - Clinavenir
- 22 - CeGIDD/ CHU Centre gratuit d'information, de dépistage et de diagnostic Service de gynécologie-obstétrique du CHU de Toulouse
- 23 - Centre municipal de Vaccination
- 24 - CPTS Rive Gauche
- 25 - CPTS Nougaro XIII-XV
- 26 - Hôpital Joseph Ducuing

La jeunesse en mouvement

- 27 - Direction des jeunesses Mairie de Toulouse / Toulouse Métropole

Exposition

- 2 - Exposition art-thérapie de Cathy Lhosti



Camion Blablapsy (Conseil Local en Santé Mentale de Toulouse)



Foodtruck



Mur d'escalade

Programme de 10h à 18h **Ateliers et activités** **gratuites et ouvertes à** **toutes et tous**

→ **10h** : lancement
de la journée

PRÉVENTION SANTÉ

12 - Les maladies cardiovasculaires,
un enjeu de santé publique
majeur. Découvrir les facteurs
de risque, les gestes de
prévention et mieux connaître
son cœur grâce à des
animations et une conférence.

*Association de Cardiologie
Midi-Pyrénées*

→ Conférence de 14h30 à 15h30

**11 - Sensibilisation et dépistage
de l'insuffisance cardiaque**
Questionnaire de dépistage,
conseils autour de la vaccination
et de l'alimentation

*CPAM – MSA – Association Cœur
d'Occitanie*

**3 - Promouvoir l'activité
physique et une alimentation
équilibrée tout au long
de la vie des femmes**

Animations et échanges.

CHU de Toulouse (Projet prévenir)

21 - Prévention santé de la femme

Information et sensibilisation autour
de la santé cardiovasculaire, des
cancers, de la santé mentale et
de la nutrition.

*Communauté Professionnelle
Territoriale de Santé – La Providence*

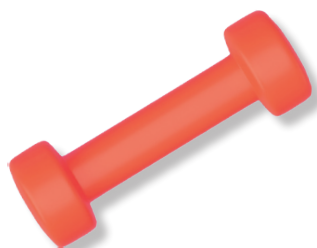
**4 - Sensibiliser les agents de
la fonction publique territoriale**

à la santé des femmes, à la
santé mentale et à la prévention
des cancers à travers des outils
ludiques.

Mutuelle Nationale Territoriale

**5 - Promouvoir le sport
pour la santé des Seniors
de + de 50 ans**

*Comité départemental de la
retraite sportive de Haute-Garonne
(CODERS31)*



JEUX ET ACTIVITÉS PHYSIQUES

1 - Qi Gong, Tai-chi-chuan et Hatha Yoga

Découverte de pratiques favorisant le bien-être physique et mental.

Association Fleur'essence

→ Qi Gong : 14h30 à 15h30

→ Information : 10h-18h

2 - Self-défense et Taïso

Initiation à des activités physiques accessibles à toutes.

Association Julie

→ Self-défense : 15h à 16h

→ Taïso : 15h45 à 18h

6 - Santé au féminin - Rugby à 5

Découverte d'une activité physique adaptée, ludique et conviviale

Association Les RUBieS

9 - Mettre du mouvement dans son quotidien

Jeux, quiz et conseils pour intégrer davantage d'activité physique au quotidien

Maison Sport Santé EffORMIp

10 - "Cœur de femme : toutes concernées"

Atelier de sensibilisation à la santé cardiovasculaire féminine

Maison Sport Santé ADIMEP

8 - Booste ta santé

Découverte d'activités sportives accessibles à tous les publics (parcours moteur, jeux coopératifs, jeu de l'oie "Les besoins du cerveau" et sensibilisation au handisport)

USEP 31

7 - Escalade sur mur mobile et tir laser

Animations sportives

Mairie de Toulouse

Boucles Santé

Marche découverte pour promouvoir l'activité physique au quotidien

Mairie de Toulouse

→ Départ : 11h30

Promenade découverte seniors

Balade commentée autour du Grand Rond adaptée aux seniors

Mairie de Toulouse

→ Départ : 10h30

SANTÉ MENTALE ET BIEN-ÊTRE

13 - Initiation au jeu d'échecs

Concentration, mémoire et gestion du stress

Association L'Échiquier Toulousain

16 - Action Suricate

Sensibilisation à la santé mentale par et pour les jeunes

Association ARPADÉ

16 - Pause Lama

Prévention des conduites addictives par et pour les jeunes

Association ARPADÉ

18 - Éco-anxiété, santé environnementale et nutrition

Communauté professionnelle territoriale de santé - Canal Garonne

14 - Les Couleurs du bien-être

Atelier autour de l'estime de soi et du bien-être

Mutualité Française Occitanie

→ 14h à 18h

15 - Préserver sa santé et son autonomie

Information et conseils pour bien vieillir à domicile

Centre de Ressources Territorial CRT Toulousain

17 - Le sommeil de la femme à travers les âges

Conseils et échanges avec des professionnels de santé

CHU de Toulouse

→ 10h à 16h

BlablaPsy

Espace d'échanges pour parler librement de santé mentale
Prévention des conduites suicidaires. Présence de l'équipe du 3114, numéro national de prévention du suicide dans le cadre de Septembre Jaune

Mairie de Toulouse

PRÉVENTION DES VIOLENCES

19 - Sensibilisation aux violences sexistes, sexuelles et conjugales

→ 10h à 17h

CHU de Toulouse :

Maison des Femmes

28 - "Ici, Demandez Angela"

Présentation du dispositif des lieux refuges et des actions de la Ville

Mairie de Toulouse



VACCINATION, SANTÉ SEXUELLE ET REPRODUCTIVE

24 - Santé sexuelle et gynécologique

*Communauté professionnelle
territoriale de santé Rive Gauche*

→ 10h à 17h

22 - Information, dépistage et prévention

CeGIDD CHU de Toulouse

→ 10h à 17h

22 - Tuto'tour de la grossesse

*Service de gynécologie-
obstétrique du CHU de Toulouse*

20 - Parcours Santé de la Femme

Prévention, dépistages et
accompagnement à chaque
étape de la vie

*Cliniques Pasteur, Rive Gauche,
Saint-Exupéry, Médipôle, Pyrénées
et l'équipe transversale de
tabacologie, du réseau Clinavenir*

→ 10h à 18h

26 - Présentation du parcours de soin de la femme, de la mère et du nouveau-né

Hôpital Joseph Ducuing

→ 10h à 17h

25 - Ménopause :

mieux la comprendre
pour mieux la vivre

*Communauté Professionnelle
Territoriale de Santé Nougaro XIII-XV*

23 - Prévention des maladies infectieuses par la vaccination

*Centre municipal de vaccination de
la mairie de Toulouse*

LA JEUNESSE EN MOUVEMENT

27 - Jeunes & Étudiants

Information, orientation et
accompagnement sur les
dispositifs dédiés aux jeunes.

27 - Présentation de l'application JEM :

Être Jeune en Métropole

→ 10h à 12h et 14h à 17h

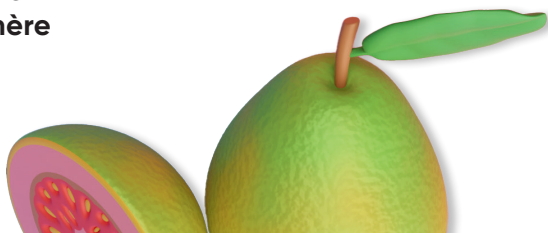
*Direction des jeunesse Mairie
de Toulouse / Toulouse Métropole*

EXPOSITION

2 - Quand l'art se met au service de la santé

*Exposition des œuvres
de Cathy Lhosti*

→ 10h à 13h



AVEC LA PARTICIPATION DE

Les
RUBieS
toulouse

