Ateliers santé : des rendez-vous gratuits près de chez vous

Dans le cadre de son Contrat local de santé (CLS), la Communauté d’agglomération Val Parisis déploie, avec les communes et ses partenaires, une série d’ateliers de prévention et de sensibilisation à la santé au plus près des habitants.



Agir concrètement pour la santé des habitants

Le Contrat local de santé constitue un outil de coordination des acteurs du territoire autour d’un objectif commun : réduire les inégalités sociales et territoriales de santé et faciliter l’accès de tous à la prévention et à l’information.

C’est dans cette logique que Val Parisis organise et finance des actions directement dans les communes de l’agglomération. Mairies, CCAS, centres sociaux, PMI, médiathèques ou encore structures spécialisées accueillent ainsi différents ateliers tout au long de l’année.

Cette organisation permet d’aller au-devant des habitants, en proposant des actions de proximité dans des lieux qu’ils fréquentent déjà et en s’appuyant sur les communes pour répondre au mieux aux besoins de leurs publics.

Des actions de prévention au plus près des habitants

Ces rendez-vous s'inscrivent dans le programme d'actions du Contrat local de santé de Val Parisis. En organisant ces ateliers directement dans les communes, l’agglomération souhaite faciliter l’accès à la prévention, transmettre des conseils concrets et permettre aux habitants de devenir acteurs de leur santé.

À travers cette programmation, Val Parisis affirme ainsi l’une des ambitions du Contrat local de santé : faire de la prévention un service de proximité, accessible aux habitants et déployé en lien étroit avec les acteurs locaux.

Quatre thématiques de prévention

La programmation 2026 s'articule autour de plusieurs enjeux de santé et de prévention :

- Les gestes qui sauvent, avec la Protection Civile, pour apprendre les premiers réflexes à adopter face à une situation d’urgence.
- L’alimentation et la diététique, avec des ateliers animés par une diététicienne pour transmettre des conseils pratiques et favoriser une alimentation équilibrée au quotidien.
- La santé environnementale, avec l’Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique (APPA), afin de mieux comprendre l’influence de notre environnement sur notre santé et d’identifier les bons gestes pour limiter certaines expositions.
- Le sport et la santé des femmes, à travers des temps de sensibilisation dédiés à l’activité physique et à ses bénéfices pour la santé féminine.

Une programmation construite avec les communes

Les ateliers sont organisés en partenariat avec les communes et les structures locales afin de toucher différents publics et de s'adapter aux réalités de chaque territoire.

Le programme

Jeudi 1er octobre 2026
Gestes qui sauvent
De 8h30 à 10h30
2 place Charles-de-Gaulle, 95150 Taverny

Animé par la Protection Civile, cet atelier permet de découvrir et de pratiquer les gestes essentiels à connaître pour réagir face à une situation d'urgence.

Mardi 6 octobre 2026
Atelier diététique – Forum des seniors
De 10h à 17h
Salle La Parenthèse – 153 chaussée Jules César, 95250 Beauchamp

Une diététicienne sera présente tout au long du Forum des seniors pour échanger autour de l'alimentation et donner des conseils pratiques pour adopter une alimentation équilibrée au quotidien.

Mardi 6 octobre 2026
Gestes qui sauvent
De 14h à 16h
Maison de quartier Les Espérances – 112 rue du 18 Juin, 95120 Ermont

Un atelier pratique animé par la Protection Civile pour apprendre les premiers réflexes à adopter face à une urgence.

Mercredi 7 octobre 2026
Atelier santé environnementale
De 10h30 à 13h
Médiathèque Saint-Exupéry – 34 rue de la Station, 95130 Franconville-la-Garenne

Animé par l'Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique (APPA), cet atelier propose de mieux comprendre les liens entre notre environnement et notre santé et d'identifier les gestes permettant de limiter certaines expositions au quotidien.

Mercredi 7 octobre 2026
Atelier diététique
De 14h30 à 16h30
Centre de loisirs Les P'tits Loups – 3 ter rue Pierre Brossolette, 95130 Le Plessis-Bouchard

Un temps d'échange avec une diététicienne pour mieux comprendre les principes d'une alimentation équilibrée et repartir avec des conseils faciles à appliquer au quotidien.

Mardi 13 octobre 2026
Gestes qui sauvent
De 10h à 12h
SAVS Lielos 95 – 14 bis résidence de la Gare, 95370 Montigny-lès-Cormeilles

Une initiation aux gestes essentiels permettant de savoir comment réagir face à une situation d'urgence.

Mercredi 14 octobre 2026
Gestes qui sauvent
De 10h à 12h
Salle Paulette-Arragon, La Frette-sur-Seine

La Protection Civile accompagne les participants dans l'apprentissage des premiers gestes à adopter en cas d'urgence.

Jeudi 15 octobre 2026
Atelier santé environnementale
De 10h à 12h30
Centre social George-Sand – 10 rue Jean-Bordenave, Herblay-sur-Seine

Avec l'APPA, découvrez comment notre environnement peut agir sur notre santé et les bons réflexes permettant de réduire certaines expositions dans la vie quotidienne.

Jeudi 22 octobre 2026
Atelier diététique
De 14h à 16h
Espace Nelson-Mandela – 3 avenue Aristide-Maillol, 95370 Montigny-lès-Cormeilles

Un atelier animé par une diététicienne autour de l'équilibre alimentaire et des habitudes simples à adopter au quotidien.

Vendredi 23 octobre 2026
Gestes qui sauvent
De 14h à 17h
PMI – 112 rue du 18 Juin, 95120 Ermont

Un atelier pour découvrir les gestes de premiers secours et apprendre à réagir efficacement face à une situation d'urgence.

Mardi 27 octobre 2026
Gestes qui sauvent
De 14h à 16h
Mairie – Salle du Conseil municipal – 3 avenue Maurice-Berteaux, 95240 Cormeilles-en-Parisis

Une initiation pratique aux gestes qui sauvent animée par la Protection Civile.

Mercredi 4 novembre 2026
Atelier diététique
De 9h30 à 12h30
Épicerie sociale et solidaire – 3 avenue Saint-Lambert, 95600 Eaubonne

Un atelier pour échanger autour de l'alimentation équilibrée et découvrir des conseils pratiques adaptés au quotidien.

Mardi 10 novembre 2026
Sport au féminin
De 14h30 à 15h30
Maison de quartier Les Espérances – 112 rue du 18 Juin, 95120 Ermont

Animé par une sage-femme, cet atelier est consacré à l'activité physique et à la santé des femmes, avec des conseils et des échanges adaptés à leurs besoins.

Mercredi 18 novembre 2026
Gestes qui sauvent
De 11h à 13h
11-13 rue des Loges, 95110 Sannois

Un atelier pratique pour connaître les bons réflexes et apprendre les gestes essentiels permettant d'intervenir en attendant l'arrivée des secours.

Mercredi 18 novembre 2026
Gestes qui sauvent
De 14h à 16h
Centre omnisports – 25 avenue Curnonsky, 95250 Beauchamp

Un atelier animé par la Protection Civile pour s'initier aux premiers gestes à effectuer face à une situation d'urgence.

Vendredi 20 novembre 2026
Sport au féminin
À 14h
Maison des 1 000 premiers jours – 62 rue de Verdun, 95320 Saint-Leu-la-Forêt

Un atelier animé par une sage-femme autour de l’activité physique et de la santé des femmes.

Infos pratiques

Participation gratuite

Les modalités d’inscription et les conditions d’accès peuvent varier selon les ateliers : renseignez-vous auprès de votre commune.