

# FORUM SANTÉ

**SAMEDI  
4 OCTOBRE**  
2025

**RUE AUGUSTE-RENOIR  
ESPACE LEONARD-DE-VINCI**

**10H > 17H**

*Octobre rose*



**ENTRÉE LIBRE | CERTAINS ATELIERS SONT SUR PRÉ-INSCRIPTIONS  
PLUS D'INFOS SUR MONTIGNY95.FR**

**Ville de  
Montigny  
Lès Cormeilles**



Val-d'Oise



# AU PROGRAMME

## DE 10H À 17H

Prévention du cancer du sein : exposition, information sur le dépistage en lien avec le comité Val-d'Oise de la Ligue contre le cancer, la CPAM et le CRCDC (Centre régional de coordination des dépistages des cancers)
Nutrition et vaccin (en présence d'un médecin de la Protection maternelle infantile - Conseil départemental du Val-d'Oise). Pensez à rapporter votre carnet de santé
Gestes de premiers secours par les jeunes sapeurs-pompiers volontaires
Diabète : information et dépistage gratuit par le DiabétoBus
Santé de la femme et de l'enfant : espace de lecture thématique par la médiathèque Georges-Brassens (CA Val Parisis)
Espace ludique et d'information sur la santé des jeunes par le Point Information Jeunesse (PIJ)
Mini-bilan de santé : prise de constantes (tension artérielle, poids, IMC...) et tests par une infirmière
Les règles : informations ludiques et prévention sur la précarité menstruelle animée par Marguerite & Cie
Mutuelle santé : conseils par 2AH
L'espace Écoute Parents : activités et jeux, animés de 10h à 12h, par des professionnels de la parentalité et de 13h30 et 16h30 par Médiation Val d'Oise
L'après-midi de 13h30 à 15h, jeux de la parentalité avec Médiation Val d'Oise
L'espace Globe Croqueurs : atelier nutrition parents/enfants entre 13h30 et 16h30 avec mise en pratique en cuisine
Ateliers PALP'ACTION (initiation à la palpation mammaire) par le comité Val-d'Oise de la ligue contre le cancer entre 14h et 17h

## SUR PRÉ-INSCRIPTIONS

10h00 à 11h30	La Maison géante propose une visite pour les adultes (accompagnés de leurs enfants dès 10 ans)*. Vous pourrez profiter avec vos enfants du spectacle "au pays des dangers" inhérent à cette visite.
11h30 à 13h00	
14h00 à 15h30	
15h30 à 17h00	
10h30 à 11h15	Atelier « Massage bébé » par une sophrologue et animatrice en périnatalité avec l'association Les Femmes du Parisis
11h15 à 11h35	Atelier « Sommeil et lien d'attachement » par une experte dans le sommeil de l'enfant avec l'association Les Femmes du Parisis
11h40 à 12h00	Atelier « Maman, comment préserver sa santé mentale ? » par une thérapeute avec l'association Les Femmes du Parisis
13h30 à 15h00	Deux cafés des parents animés par une psychologue spécialisée en développement de l'enfant avec Médiation Val d'Oise*
15h00 à 17h00	
14h30 à 15h50	Atelier « Cohérence Cardiaque » par une hypnothérapeute avec l'association Les Femmes du Parisis
14h30 à 16h30	Atelier « Gestes qui sauvent » par l'association de Protection Civile
15h15 à 16h15	Atelier « Maman Solo » par une psychopraticienne avec l'association Les Femmes du Parisis

\*Une garderie éphémère accueille les enfants de 3 à 9 ans sur pré-inscriptions.  
Un espace de restauration est organisé toute la journée par Montigny natation  
[www.montigny95.fr](http://www.montigny95.fr)