



GEMBOUX
SOMBREFFE
LA BRUYÈRE
BIEN-ÊTRE
LE SPORT, J'ADORE!
MÉNOPAUSE
MANGER 5
FRUITS
ET LÉGUMES
PAR JOUR

SEXUALITÉ
28.04.2018
SAMEDI // 10-18H30
Je me
bouge
pour ma
santé
Foyer Communal de Gembloux
Place Arthur Lacroix
MANGER MIEUX
BOUGER PLUS

ANIMATIONS
CONFÉRENCES
DÉMONSTRATIONS
DONS D'ORGANES
ZUMBA
ESPRIT SAIN
CORPS SAIN
ESCALADE
ÉPIUSEMENT
AVOIR UNE
SANTÉ DE FER

 Accès aisé

Infos : 081/62.63.34 • www.gembloux.be •  SalonJeMeBougePourMaSanté

ANIMATIONS POUR ENFANTS • BAR ET PETITE RESTAURATION



Conférences



- L'épuisement parental
- La prévention du burn-out

- L'orgasme chez la femme
- Une ménopause sexuellement heureuse



- L'alimentation «eat good, feel good»
- Lire une étiquette alimentaire



Mais aussi

- Les bienfaits de l'activité physique
- Les perturbateurs endocriniens
- Les polluants intérieurs
- Les ondes dans l'habitat
- Le travail du sang

Traduction en langue des signes

081/62.63.34 • www.gembloux.be

 SalonJeMeBougePourMaSanté

Entrée gratuite • Bar et food-trucks
Accès PMR et chaises disponibles sur place

Bouger pour votre santé ?
Découvrir une série de services,
conférences et ateliers pour vous y aider ?

Rendez-vous
le samedi 28 avril 2018
au foyer communal de Gembloux !

Prenez soin
de votre santé!

ENFANTS ET #ADOS

Escalade
Kids 112
103 Ecoute enfant
Psychomotricité
Massages
Grimage
Slam • Graph
Compo musicale

Découvertes et initiations

- Vélo presse-fruits, parcours vélo
- Fitness danse
- Renforcement musculaire
- Yoga du rire
- Zumba
- Qi Gong, danse du Lion,
Taiji Quan, Wushu



- Don de sang
- Initiation à la réanimation
- Don d'organes
- Ligue Alzheimer
- Médecine préventive
- Promotion de la santé
- Maintien à domicile
- Soutien à la parentalité
- Mutuelles et soins de santé
- Prévention des chutes
- Santé et jeunesse
- Planning familial
- Ligue de cardiologie
belge



Mais aussi

- Allergocoaching
- Quizz sexe
- Selfie thématique
- Sécurité routière
- Massages kids
- Je cours pour
ma forme
- Réflexologie plantaire
- Mindfulness
- Découvertes culinaires
- Sensibilisation aux handicaps
- Tabacologie
- Réflexes archaïques

A l'initiative des Plans de Cohésion Sociale de GEMBLoux, LA BRUYERE, SOMBREFFE, en partenariat avec la Province de NAMUR, le CPAS de GEMBLoux, l'ASBL le Ressort, la Maison Croix-Rouge de Gembloux, la Mutualité Chrétienne, les Soroptimist Gembloux-Eghezée, le Planning familial des FPS/Solidaris, la Jeune Chambre Internationale et la Fondation Contre le Cancer.