



OCTOBRE ROSE

Mercredi 09 Octobre 2019

**Rendez-vous à la Maison de Santé
Pluriprofessionnelle de Moirans**

9h30- 10h00: Café-échanges autour du thème du cancer

Animé par différents professionnels et la Ligue Contre Le Cancer
(1^{er} étage, salle de réunion)

10h-10h30: Atelier relaxation

Animé par PAGES Sabine, sophrologue
(RDC, cabinet sage-femme)

10h45-11h15: Atelier « Comment faire une autopalpation »

Animé par Dr HERZBERGER, médecin et Mme COLSON sage-femme
(1^{er} étage, salle de réunion)

11h30-12h00 : Atelier nutrition « Se faire plaisir en mangeant »

Animé par MASSIT Nathalie, nutritionniste
(1^{er} étage, salle de réunion)

14h00-14h30 : Activité physique et cancer

Animé par OUDIN Alice, masseur kinésithérapeute
(1^{er} étage, salle de réunion)

14h30-15h00 : Atelier relaxation

Animé par PAGES Sabine, sophrologue
(RDC, cabinet sage-femme)

15h-15h30 : Atelier « Comment faire une autopalpation »

Animé par Dr HERZBERGER, médecin et Mme COLSON sage-femme
(1^{er} étage, salle de réunion)

15h45-16h15 : Atelier « Comment prendre soin de soi »

Animé par BELLE Charline, podologue et ANDRE Caroline, coiffeuse-perruquière (1^{er} étage, salle de réunion)

16h15-17h00 : Echanges libres autour d'une pause gourmande

Animé par la Ligue Contre Le Cancer et différents professionnels de la MSP
(1^{er} étage, salle de réunion)

