

Addictions

Alcoolisme

SIDA / VIH / Hépatites

Schizophrénie

Maladie de Huntington

Autisme

Polyarthrite

Insuffisance rénale

Cancer

Diabète

Alzheimer et maladies apparentées

Aphasie

Parkinson

Accident Vasculaire Cérébral

Gougerot Sjögren syndromes secs

Mucoviscidose

Troubles bipolaires

Arthrite rhumatoïde

Sclérose en plaques

Troubles obsessionnels compulsifs



**MAISON RELAIS SANTÉ  
PÔLE SANTÉ DE LA VILLE**

4 rue du Clos Gaillard  
Du lundi au vendredi, de 9 h à 12 h et de 14 h à 17 h.  
04 75 79 22 11  
maison.relais.sante@mairie-valence.fr

©Direction de la communication Ville de Valence - Mars 2019 - Ne pas jeter sur la voie publique - Impression service reprographie de la Ville.

**PÔLE SANTÉ  
DE LA VILLE**

VILLE DE  
**VALENCE**

**MAISON RELAIS SANTÉ**

PROGRAMME AVRIL | JUIN 2019



La Maison Relais Santé vous propose des **activités gratuites** chaque trimestre : **groupes de parole, ateliers, conférences, expositions ...**

Pour toute information, contactez l'infirmière de la Maison Relais Santé : [maison.relais.sante@mairie-valence.fr](mailto:maison.relais.sante@mairie-valence.fr) / 04 75 79 22 11.

Les activités ont lieu à la Maison Relais Santé, Pôle Santé de la Ville, 4 rue du Clos Gaillard.

## AVRIL

⇒ **JEUDI 4 AVRIL**

### Maladies psychiques

#### Moment de convivialité

Un lieu d'accueil, d'écoute, d'échanges informels et de convivialité autour d'un café, proposé par l'Union nationale des amis et familles des malades psychiques (UNAFAM).

→ De 17 h à 19 h

⇒ **JEUDI 18 AVRIL**

### Polyarthrite rhumatoïde

Présentation du livre *La polyarthrite en 100 questions* et discussion. Proposé par l'Association nationale de défense contre l'arthrite rhumatoïde (ANDAR)

→ De 15 h à 16 h 30

⇒ **SAMEDI 27 AVRIL**

### Troubles obsessionnels compulsifs (TOC)

#### Groupe de parole : information sur la maladie, conseils et discussion entre souffrants

Proposé par l'Association française des personnes souffrant de troubles obsessionnels et compulsifs (AFTOC)

→ De 14 h à 17 h

## MAI

⇒ **SAMEDI 4 MAI**

### Maladies psychiques

#### Café rencontre : aide aux aidants

Un lieu d'accueil, d'écoute, d'échanges informels et de convivialité autour d'un café, proposé par l'Union nationale des amis et familles des malades psychiques (UNAFAM)

→ 14 h 30 à 17 h

⇒ **SAMEDI 11 MAI**

### Alcool et autres dépendances

#### Conférence/débat : dédramatisons la reconsumation

Proposée par l'association Entraide addictions l'Oiseau Lyre et avec l'intervention du Docteur Joly, addictologue au Centre hospitalier de Valence.

→ De 10 h à 12 h - Ouvert à tous

Inscription conseillée : [laurencecombat@hotmail.fr](mailto:laurencecombat@hotmail.fr)  
06 46 12 52 47

⇒ **SAMEDI 17 MAI**

### Rencontre santé

#### Aidants, votre santé parlons-en !

**Rencontre Santé**  
**AIDANTS, VOTRE SANTÉ PARLONS-EN !**

Vous accompagnez régulièrement un proche ?  
Et vous, qui prend soin de vous ?

**Forum Santé**  
Le 17 mai 2019 de 12h à 18h

A l'Institut Régional de Formation Sanitaire et Sociale  
76 chemin de la Ronde à Valence

- ✓ Stands : Identifier les acteurs du territoire
- ✓ Spectacle théâtral « Etre aidant aujourd'hui » à 15h
- ✓ Initiations et mini conférences (sur inscription)

**Entrée gratuite**  
Inscription : 04 75 80 80 48 ou [a.plenet@mfara.fr](mailto:a.plenet@mfara.fr)

Sur place, possibilité d'accueil de votre proche (adulte) sur inscription

Les partenaires :

ADAMP, Bule d'Air, Centre de Prévention Agric-Arcco, Collectif Sud, CICAS Agric-Arcco, Drome Solidarité, EPDV, ESAD, Filère gérontologique, France Alzheimer, France Parkinson, Kiné Drome Ardèche Prévention, D'tour des Aïe!Mouk, Ou le vie, Plateforme de repérage et d'accompagnement des aidants, DDT 26 coordination Sécurité Routière, Siel Bleu, UNAFAM, UnicSite

## JUIN

⇒ **MARDI 4 JUIN**

### Autisme

Agora : présentation d'outils/méthodes face aux comportements à problèmes. Animée par Aline Garnier, éducatrice spécialisée.

→ Ouvert à tous (parents et enseignants)

De 19 h à 22 h 30

Sur inscription : [secretaireplaneteautisme@gmail.com](mailto:secretaireplaneteautisme@gmail.com)

⇒ **JEUDI 6 JUIN**

### Maladies psychiques

#### Moment de convivialité

Écoute, échanges informels et convivialité autour d'un café, proposé par l'Union nationale des amis et familles des malades psychiques (UNAFAM)

→ De 17 h à 19 h

### Douleur

#### Conférence : aborder la douleur sous l'angle sensoriel et émotionnel

Avec le Docteur Catherine Delorme, anesthésiste-réanimatrice et coordinatrice du centre d'évaluation et de traitement de la douleur et d'un infirmier de l'équipe de la consultation douleur chronique du Centre hospitalier de Valence.

L'échange s'organisera en deux temps :

- apports théoriques sur les mécanismes de la douleur et ses modalités de prises en charge

- échanges pratiques sur les outils, méthodes non médicamenteuses de prise en charge de la douleur

→ De 19 h à 21 h

Inscription : [maison.relais.sante@mairie-valence.fr](mailto:maison.relais.sante@mairie-valence.fr)

⇒ **JEUDI 13 JUIN**

### Polyarthrite rhumatoïde

Polyarthrite et voyage : des conseils pour partir en voyage tranquille (traitements à emporter, vaccins, carte vitale européenne). Proposé par l'Association nationale de défense contre l'arthrite rhumatoïde (ANDAR)

→ De 15 h à 16 h 30



## PERMANENCES RÉGULIÈRES

### Autisme

Permanence Planète Autisme

► Tous les 2<sup>e</sup> jeudis du mois de 17 h à 19 h

### Alcool et autres dépendances

Permanence de l'association Alcool Assistance

► Tous les 2<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> jeudis du mois de 18 h 15 à 20 h  
Groupe de rencontre (informations, échanges et soutien) de l'association Entraide addictions l'Oiseau Lyre.

► Tous les mardis de 11 h à 13 h 30

### Insuffisance rénale

Permanence France Rein

► Les 4<sup>e</sup> mardis du mois de 13 h 30 à 17 h 30  
(sur rendez-vous)

### Accident vasculaire cérébral

Permanence proposée par l'association France AVC

► Tous les 2<sup>e</sup> jeudis du mois de 16 h 30 à 18 h

### Maladie de Huntington

Permanence proposée par l'association Huntington France

► Les 3<sup>e</sup> mardis du mois de 14 h à 16 h 30  
(sur rendez-vous)

### Maladies psychiques

Permanence proposée par le Groupe d'entraide mutuelle pour personnes concernées par la maladie psychique (GEM Air Libre)

► Les 1<sup>er</sup>s mercredis du mois (sur rendez-vous)

### Maladie de Parkinson

Permanence proposée par l'association France Parkinson  
(sur rendez-vous)

### Sida et Hépatites

Permanence d'informations et de dépistage proposée par l'association Aides

► Tous les 2<sup>e</sup> jeudis du mois de 18 h à 20 h

Pour plus d'informations, contactez l'infirmière :  
04 75 79 22 11