

SANTÉ

Semaine de la santé : des clés pour mieux vivre

Mis en ligne le **lundi 20 novembre 2017**

Tous les deux ans, la Semaine de la santé à Brest se penche sur nos habitudes de vie, pour mieux informer habitantes et habitants sur les bons réflexes du quotidien. Les thématiques de cette nouvelle édition, qui se déroulera dans toute la ville du 27 novembre au 2 décembre, ont été choisies par les Brestoises et Brestois eux-mêmes.





« Nous avons proposé un questionnaire, diffusé dans les structures de quartier, afin de demander aux habitantes et habitants de nous donner leurs souhaits quant aux thèmes qu'ils avaient envie de voir abordés, mais aussi sur les horaires qui leur semblaient plus adaptés pour se rendre sur les actions, et sur la forme (conférences, ateliers...) », précise Sabine Kerros, au service promotion de la santé de la ville de Brest.

Ateliers, conférences, expositions...

C'est en se basant sur les réponses que [le programme de la semaine de la santé](#) s'est construit, autour de trois thématiques :

- > alimentation et activité physique (nutrition santé) ;
- > sommeil ; santé environnementale
- > polluants du quotidien

Ateliers et rencontres, échanges et expositions vont ainsi se succéder dans tous les quartiers de la ville, pour permettre au plus grand nombre de mieux comprendre l'importance de certains réflexes qui, peuvent permettre de mieux vivre au quotidien.

De la fabrication de tisanes à la pratique du yoga ou d'un sport adapté aux malades chroniques, le programme devrait permettre au plus grand nombre de trouver une porte d'entrée qui lui convient pour s'informer sur ces questions de santé publique.

Les jeunes générations ne seront pas oubliées, puisque plusieurs interventions, notamment sur le sommeil et l'alimentation, sont prévues dans des écoles et collèges de la ville.

Un focus particulier sera également fait, à l'occasion de la journée mondiale de lutte contre le sida, le 1er décembre. Le village associatif du collectif Sida sera présent place de la Liberté le 1er décembre de 10 heures à 17 heures. Mais une soirée dédiée est aussi à noter dès le 28 novembre, avec la diffusion en entrée libre du film primé à Cannes, 120 battements par minutes, suivie d'un débat, ouvert à toutes et tous.

A lire : le dossier de [Sillage n°204 Brest à 360°](#) 

Partager cet article

-  Facebook
-  Twitter
-  E-Mail
-  Viadeo
-  LinkedIn
-  Pinterest



 [≡ RETOUR À LA LISTE](#) 

Brest
MÉTROPOLE & VILLE

HÔTEL DE METROPOLE

24, rue Coat-ar-Guéven - CS 73826
29238 BREST CEDEX 2
Tel. : 02 98 33 50 50
www.brest.fr

Accueil téléphonique :

02 98 33 50 50

Lundi au Vendredi : 8h-18h

Samedi : 8h30-12h30

HOTEL DE VILLE DE BREST

2, rue Frézier - CS 63834

29238 Brest cedex 2

Tel. : 02 98 00 80 80

www.brest.fr

Accueil téléphonique :

02 98 00 80 80

Lundi au Vendredi : 8h-18h

Samedi : 8h30-12h30