



LE CONTRAT LOCAL DE SANTÉ ET LE CITY LAB PROPOSENT DES RENDEZ-VOUS « SANTÉ ET BIEN-ÊTRE » LES 14, 15 ET 16 OCTOBRE

Dans le cadre de leurs actions autour de la santé et du bien-être, le Contrat Local de Santé et le City Lab de Vichy Communauté organisent plusieurs événements cette semaine.

MOBILITÉ ET SANTÉ EN PARTENARIAT AVEC ORBIMOB

Les mobilités sont mises à l'honneur une fois de plus sur notre territoire ! Quel que soit le type de déplacement, la voiture est, au quotidien, le moyen de transport largement privilégié (72% des répondants)¹.

Au-delà de l'impact réel sur l'environnement, les mobilités actives et par définition durables sont des thématiques clés pour promouvoir la santé des habitants, lorsque nous savons que : près de 8 personnes sur 10 (77%) ont été considérées comme « très sédentaires » (>7h/jour) pendant le 1^{er} confinement² et que ce chiffre, bien qu'inférieur hors période de confinement, est malgré tout estimée à 56%.³

Ainsi, dans le cadre du programme Orbimob 2021, trois rendez-vous sont proposés les 14, 15 et 16 octobre autour de l'activité physique et de la mobilité.

- **Jeudi 14 octobre (10H-12H30)**

Conférence : « Pourquoi et comment être plus actif ? Je bouge pour ma santé ! »

Venez découvrir la démarche dynamique et sociétale du City Lab, né de la collaboration de l'Université Clermont Auvergne et de Vichy Communauté au travers de 3 exemples d'actions. Aussi dans le cadre du programme Vichy Japon 2021, découvrez et testez l'échauffement quotidien des japonais.

Masque et pass sanitaires obligatoires.

- **Vendredi 15 octobre (17H-19H) et Samedi 16 octobre (14H-16H)**

Balade inter'active au cœur de la ville thermale.

Au départ du Parc des Sources, cette promenade est un moyen de se replonger dans l'histoire de Vichy, ville de l'eau et du bien-être, tout en pratiquant une activité physique simple comme la marche. **Masque obligatoire.**

SEMAINE MONDIALE DE L'ALLAITEMENT MATERNELLE

La France possède de faibles taux d'allaitement à la naissance et des durées d'allaitement faibles par rapport à d'autres pays. Seuls 68,1 % de tous les bébés nés chaque année sont allaités à la naissance. A six mois, ce taux chute à 22 %.

Alors que se tient en ce moment la Semaine Mondiale de l'Allaitement Maternel, une table ronde est proposée en partenariat avec des professionnels de santé pour informer et échanger autour de l'allaitement.

- **Samedi 16 octobre (10-12h)**

Table ronde organisée à la Maison de la Mutualité à Vichy autour d'Alexandra Caillaud (accompagnatrice et formatrice en parentalité) et Morgane Forissier (accompagnante périnatale et consultante). **Masque et pass sanitaires obligatoires.**

Tous ces événements sont gratuits et sans réservations. pour la conférence du jeudi 14 octobre et la table-ronde du 16 octobre.

(1) Enquête Pratiques, motivations et attentes vis-à-vis de l'Activité Physique, City Lab, 2021

(2) Enquête Bien être, Santé et COVID-19, CLS, 2021

(3) Op. cit. Enquête Pratiques, motivations et attentes vis-à-vis de l'Activité Physique, City Lab, 2021

Le Contrat Local de Santé (CLS) de Vichy Communauté vise à décliner localement, en tenant compte des spécificités du territoire et des besoins locaux, les orientations définies par le Projet Régional de Santé (PRS 2018-2028) et le Plan Régional Santé-Environnement (PRSE3 2017-2021).

Le City Lab est né de la volonté de Vichy Communauté et de l'Université Clermont Auvergne de promouvoir la santé par l'activité physique et la lutte contre la sédentarité partout et pour tous. Ce « laboratoire urbain » se positionne comme un incubateur d'idées et d'expérimentations.

Ces évènements sont proposés dans le cadre d'une collaboration partenariale : Université Clermont Auvergne, Vichy destination, Agence Régionale de Santé, Professionnels de santé de « mo.ment douceur » et « Alexuntempspourêtreparents »



DIRECTION DE LA COMMUNICATION - PRESSE

communication@vichy-communaute.fr

+33 (0)4 70 96 57 71