

VILLAGE

DE LA



Santé

9h/12h - 13h30/17h30
Ouverture tout public

19 & 20
mars 2025

9h/12h - 13h30/16h30

Tu as entre **15 et 25 ans**,
viens découvrir des ateliers
pour prendre soin de toi



Bien
dans ta peau,
Bien
dans ta vie !

► Maison des Associations - Vichy

Avec le soutien financier
de l'ARS Auvergne Rhône-Alpes



Santé mentale

> N°1 1h - 13 personnes

Mer
credi
19

Ma tête et moi - quand ma santé et mon mental ne font qu'un

Être en bonne santé, ce n'est pas juste ne pas être malade. Mais alors qu'est-ce que c'est ? Et comment puis-je y participer par moi-même ? Grâce à cet atelier, viens découvrir les concepts clés de la santé mentale et comment être acteur de la tienne.

par Mission Locale Vichy

> N°2 1h30 - 12 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

Ciné Débat santé mentale

Ciné-débat autour des questions de santé mentale (dépression, suicide, développement personnel, rôle des réseaux...)

par Unis Cité Vichy

Vie affective et sexuelle

> N°3 25 personnes

Jeu
di
20

Réfléchis avant de cliquer ! Ou la question du NUDE & SEXTING (2h)

En s'appuyant sur de nombreux courts métrages, les jeunes développeront des compétences psycho-sociales autour des notions d'intimité, extimité, pudeur, chantage, rumeur etc... Il s'agit d'expliquer les concepts de sexting primaire et secondaire en amenant à la réflexion au travers du cadre légal.

A poil tout le monde ! Ou la question du corps dans les médias (2h)

En s'appuyant sur des médias (pub, série, clips etc ...) il s'agit d'amener les concepts de sexualisation des corps, d'objectivation, d'hypersexualisation du corps et de pornographisation des images. L'objectif est une prise de conscience des conséquences des images sur sa propre représentation et sa construction de l'estime de soi.

Quand le porno arrive sur les portables de nos ados. Ou l'état des lieux des chiffres sur la sexualité des adolescents (1h)

Temps d'échange court autour de chiffres marquants actualisés concernant la pornographie et les adolescents. Ce jeu doit permettre d'échanger autour de l'influence de la pornographie sur la sexualité des adolescents.

par Conseil Départemental de l'Allier

> N°4 10 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

Santé sexuelle sans tabou entre filles (2h)

Échanger sur 3 thèmes à partir de photo langage et de boîtes à questions :

- Connaître les méthodes de contraception
- Comment « se dépister » les IST
- Échanger sur le consentement sexuel

Santé sexuelle sans tabou groupe mixte (1h)

Échanger sur 3 thèmes à partir de photo langage et de boîtes à questions :

- Connaître les méthodes de contraception
- Comment « se dépister » les IST
- Échanger sur le consentement sexuel

par Conseil Départemental de l'Allier - PMI Vichy

> N°5 1h - 10 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

Prévention santé sexuelle

Sensibiliser les jeunes sur les risques IST, dépistage, contraception, consentement, vaccination santé sexuelle, homophobie

par Centre Gratuit d'Information de Dépistage et de Diagnostic

> N°6 1h - 10 personnes

Mer
credi
19

Timeline : représentations de la vie affective, relationnelle et sexuelle à travers les âges

Découvrez l'évolution de l'idée de l'amour (couples et mariages, féminismes, modèles relationnels, injonctions et normes qui encadrent l'amour) à travers un jeu ludique et participatif

par Centre Social de la Montagne Bourbonnaise

> N° 7 1h30 - 10 personnes  
Alcool et soirée

- Risques physiques et psychiques de l'alcool en soirée
- Gestion de ses consommations lors des soirées
- Informations et prévention

par Association Addictions France - CSAPA Vichy

> N° 8 1h - 15 personnes  
Addictions : Déjouez les pièges en jouant !

Escape game autour des conduites à risque en milieu festif

par Avenir Santé

> N° 9 1h - 15 personnes  
Addictions : Fais le bon choix, dès maintenant !

Espace de prévention avec plein de jeux pour comprendre les addictions aux substances et de matériel de prévention

par Avenir Santé

> N° 10 1h - 12 personnes  
Le proto : on en parle ? Oui mais où ça ?

Un quizz pour savoir où vous en êtes, des capsules pour faire le point...et la CJC c'est quoi ?

par Association Addictions France - CJC Montluçon

> N° 11 1h - 12 personnes  
À la Rescousse

Jeu de société sur les addictions : aide DJONY et B'RENDA à sortir de leurs addictions !

par Structure Information Jeunesse de Vichy Communauté (SIJ)

> N° 12 1h - 15 personnes  
Débat : jeune et consommation

Informations générales et débat mouvant
par Association Addictions France - CJC VICHY

> N° 13 1h - 12 personnes 
On est tous fous.

Qu'est ce que la santé mentale ? Comment en prendre soin ?

par Association Addictions France - CSAPA Montluçon

> N° 14 12 personnes  
ESCAPE GAME «Tiago et son addiction» (2h)

Escape game numérique (énigmes, collaboration)

KANCETON des addictions ? (1h)

Jeu de plateau (pions, dés, énigmes, équipes)

par Association Addictions France - Service prévention et CSAPA Montluçon



Violences sexistes et sexuelles

> N°15 2h - 40 personnes

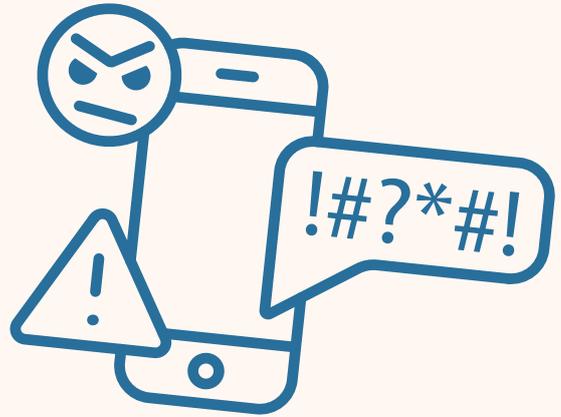
Mercredi 19
Jeu di 20

Lutte contre les Violences sexistes et sexuelles, le harcèlement et le bizutage.

L'histoire de Sébastien Boueilh, les parties intimes et le consentement, les violences sexuelles : infractions, sanctions, auteurs et victimes.

Le harcèlement, les réseaux sociaux : les bons usages et les dérives possibles. En parler : pourquoi et à qui ?

par **Association Colosse aux pieds d'argile**



Santé globale

> N°16 1h - 20 personnes

Mercredi 19
Jeu di 20

Bus Prévention Santé - de sensibilisation à la vaccination contre les papillomavirus (HPV)

Dans un bus dédié à la prévention HPV, les jeunes participent à un atelier interactif avec 2 animatrices en santé publique. Ils jouent sur des tablettes à un quiz en ligne pour tout savoir sur les papillomavirus, leur mode de transmission, les risques à termes de cancers et la solution sûre et efficace pour s'en protéger grâce à la vaccination gratuite pour les filles et garçons jusqu'à la veille de leurs 20 ans.

par **Région Auvergne-Rhône-Alpes**

> N°17 1h - 10 personnes

Mercredi 19
Jeu di 20

Prendre soin de sa santé

Connaître et adopter les facteurs et les comportements favorables à la santé.

par **Comité de l'Allier de la Ligue contre le cancer**

> N°18 1h - 15 personnes

Mercredi 19
Jeu di 20

Tkt, y a mes tips santé

Largué(e) dans toutes les infos santé ? Venez en apprendre plus en vous défiant entre amis

- Activité immersive avec casque de réalité virtuelle (perte de contrôle en soirée)
- Jeu avec buzzers « questions pour ta santé » pour apprendre sans prise de tête
- Jeu Prev'Pong, détournement du « Bière Pong »

par **Caisse Primaire d'Assurance Maladie (CPAM)**

> N°19 1h - 15 personnes



Ludi-menus / Ludi-variantes végétariens et cuisine active

Menus recettes faciles à petits budgets et vélo smoothies

par Lycée Valéry Larbaud à Cusset -
BTS Section Diététique

Activités physiques

> N°20 1h - 15 personnes



Bouger pour sa santé

Conseils et exercices simples d'échauffement et de cardio

par Service des Sports Ville de Vichy



> N°21 1h - 15 personnes



Formation et métiers du sport - Santé par l'activité physique - Bénévolat

La santé par l'activité physique pour les jeunes

par Comité Départemental d'Éducation Physique et Gymnastique Volontaire (Codep/Epgv)

Stress

> N°22 30 min - 10 personnes



Gestion du stress et respiration

Séance de découverte autour de la relaxation permettant de mieux gérer son stress et ses émotions.

par Service de Santé Universitaire de Clermont-Ferrand

> N°23 1h30 - 13 personnes



Chronique du Stress

Comprendre le fonctionnement du stress, ses causes et ses effets, les différentes stratégies d'adaptation au stress. Faire la différence entre le bon et le mauvais stress. Savoir mettre en pratique un exercice de relaxation»

par Équipe Mobile de Soutien et d'Accompagnement du Centre Hospitalier de Vichy (EMSP)

Sommeil

> N°24 1h - 10 personnes

Mer
credi
19

Libérez votre sommeil des écrans

Ludique sous forme de jeu et de questions/réponses pour mieux comprendre les enjeux et conséquences de nos écrans sur notre sommeil.

par **MFR Escurrolles (Maison Familiale et Rurale Escurrolles)**

Sécurité routière

> N°25 1h - 15 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

La sécurité sur la route est l'affaire de tous !

Venez tester vos connaissances dans le domaine de la sécurité routière avec le simulateur alcoolémie, le parcours simulation alcool et drogue et le réactiomètre pour contrôler vos réflexes

par **Préfecture de l'Allier**



Festifs

> N°26 1h - 12 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

Jeu de l'oie sur la santé

Jeu de l'oie géant et ludique permettant de sensibiliser les jeunes à la santé, la sexualité et les soirées festives.

par **Pôle Universitaire de Vichy**

> N°27 1h - 8 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

S'amuser à l'écriture

Jouer avec les mots , associer un mot à un autre

par Association Addictions France - CSAPA Montluçon

Consentement et violences

> N°28 1h - 10 personnes

Mer
credi
19

Jeu
di
20

Discutons ensemble sans tabou

Parlons ensemble de consentement et de violences. Le but est l'échange. Si vous avez des questions, des interrogations, discutons en . Afin d'essayer d'y voir plus clair.

par Maison de Protection des Familles

Gestes de premiers secours

> N°29 et N°30

Mer
credi
19

Jeu
di
20

1h - 15 personnes

Premiers Secours

Prise en charge des inconscients et hémorragies

par Institut de Formation en Soins Infirmiers (IFSI)



Santé et politique

> N°31 30 min - 20 personnes

Mer
credi
19

Santé des jeunes et politique

Table ronde entre les élus locaux : M. Cury, Mme Da Conceicao, M. Sennepîn, Mme Voitellier et les jeunes sur la place de la santé des jeunes dans la politique locale

par les Élus de Vichy

Bien
dans ta peau,
Bien
dans ta vie !



Avec le soutien financier de l'ARS Auvergne Rhône-Alpes

