

# FORUM SANTÉ

## 06 ET 07 FÉV - 10H > 17H

ENTRÉE GRATUITE

ESPACE SCULFORT



INCLUSION, BIEN-ÊTRE  
PRÉVENTION  
SANTÉ

OBTENIR SON RENDEZ-VOUS MÉDICAL  
TROUVER LA RÉPONSE À SES QUESTIONS

Plus d'infos sur  
[ville-maubeuge.fr](http://ville-maubeuge.fr)

       # MAUBEUGE AGIT POUR VOTRE SANTÉ



# PROGRAMME FORUM SANTÉ

## JEUDI 5 FÉVRIER 2026 - À 18H30

Projection du film « WONDER » avec Julia Roberts au Cinéma de Maubeuge.  
Nombre de places limitées. Tarif préférentiel à 5,5 euros.

Réservation obligatoire pour la séance de cinéma du 26 janvier au 3 février  
par mail auprès de Madame Borel : [fanny.borel@ville-maubeuge.fr](mailto:fanny.borel@ville-maubeuge.fr)

## VENDREDI 6 ET SAMEDI 7 FÉVRIER 2026

### STANDS

Stand de prévention

Stand d'information

Stand de dépistage organisés (visuel, diabète...)

Création de flacon d'huiles essentielles, de flacon de fleurs de Bach avec Valérie naturopathe.

Découverte de soin rebozo (20 min) à destination des femmes, des enfants, des femmes enceintes ou en post partum, des personnes en situation de handicap avec Cécile éveil et bien être.

Découverte de yoga : comment peut il devenir un véritable allié du bien être en apportant du calme, de l'énergie et de l'harmonie avec Valentine.

Séances d'Activités sportives adaptées, pilate.

Animation de tir à l'arc adapté, jeu de quilles adapté, art thérapie, Brain-Ball...

Parcours Handicap et Ceci-pétanque.

### TEMPS FORTS

Prévention sécurité routière : Voiture Tonneau.

Démonstration de danse  
**vendredi 15h00 et samedi 15h00**  
avec Natacha de Moment de danse.

Simulateur de conduite 4 roues avec la MATMUT.

Massage Amma par Sandrine du bien-être à portée de mains.

Massage AMMA par sandrine

### CONFÉRENCES

Sophro-hypnose  
**vendredi 11h30 et samedi 11h30**  
avec sophrosambre

Réflexes archaïques (1h00)  
**vendredi 13h00 et samedi 14h00**  
avec Yohan de Brain Ball

Les risques sectaires et thérapeutiques  
**samedi 15h00**  
avec Christian de GEMPPi

Les voies de recours à la MDPH  
**vendredi 10h30 - 11h30**  
avec Rodrigo LUPO Président de l'association l'égalité des chances,

Les conférences sont sur inscriptions. Merci de vous inscrire à la conférence  
Par téléphone au 03.27.53.43.85 avant le 1<sup>er</sup> février.

### TEMPS FORTS

#### VENDREDI 6 FÉVRIER

Remise en forme Sénior  
**10h30 - 11h00**  
avec la Maison Sport Santé

Circuit Training Adapté  
**14h00 - 14h30**  
avec la Maison Sport Santé

Atelier découverte du crochet et animation découverte du scrabble façon GEM  
**entre 14h et 17h00**  
avec le GEM La Main Tendue

#### SAMEDI 7 FÉVRIER

Circuit Training Adapté  
**10h30 - 11h00**  
avec la Maison Sport Santé

Démonstration de danses  
**11h30 et samedi après-midi 15h30**  
avec Clarisse d'Energy Dance samedi matin

Atelier Famille en Forme 7  
**13h30 - 14h00**  
avec la Maison Sport Santé

Démonstration et initiation de Danse en ligne  
**de 14h00 à 14h30**  
avec le CCAS de Maubeuge