

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

**DU VENDREDI 12
AU DIMANCHE 14 JUIN**

de 10h30 à 19h30
Parc Floral de Paris
Entrée gratuite



3 jours
**DE PÉDAGOGIE SANTÉ
ET D'INFORMATIONS**

« UN PAS DE PLUS POUR VOTRE SANTÉ »

Fort de son succès en 2008 (plus de 10 000 visiteurs) le **Salon Direction Santé au Féminin** devient le rendez-vous incontournable de la santé familiale expliquée au public par les plus grands experts.

Direction Santé au Féminin est le premier salon à proposer un véritable **parcours de conseils personnalisés** correspondant aux besoins de chaque visiteur en regard de son profil « santé ». Un parcours qui se prépare, avant et pendant, pour trouver les réponses les plus appropriées à la demande de chacun.

Comment préparer son parcours personnalisé ?

➔ En amont du salon :

Pour les internautes, possibilité de :

- S'inscrire sur le site directionsanteaufeminin.fr et les sites partenaires
- Remplir les questionnaires et les tests proposés
- Editer son coupon d'entrée qui précise thèmes et heures des conférences et stands correspondant le mieux aux préoccupations de chacun

➔ Sur place

Si l'inscription et les questionnaires ont été remplis au préalable, grâce au coupon d'entrée personnalisé il sera possible :

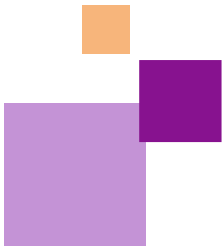
- D'obtenir les résultats imprimés des tests
- De consulter sa feuille de route personnalisée

L'inscription et la délivrance de la feuille de route personnalisée pourront également se faire sur place grâce à un accueil privilégié à l'entrée du salon.

UNE PREMIÈRE ! Toutes les questions posées sur les bornes interactives trouveront leurs réponses lors des conférences dans le plus grand respect de la confidentialité

En fonction du programme

- chaque visiteur peut poser ses questions en toute discrétion
- les questions seront traitées par les conférenciers concernés lors des conférences traitant le sujet.



Conférences, forums, ateliers, initiations...

...permettront aux visiteurs de comprendre le fonctionnement du corps humain, de s'informer sur les grands maux du XXIème siècle et d'en appréhender leur prise en charge, de connaître les dernières avancées diagnostiques, exploratrices et thérapeutiques... De devenir ainsi des acteurs responsables de leur santé et de celle de leurs proches.

NOUVEAU ! « LES CAFÉS-SANTÉ » : un moment privilégié avec les experts

A la suite de quelques conférences, questions-réponses avec les médecins afin de prolonger les discussions et créer le débat. Le programme des « cafés-santé » sera disponible à l'entrée du Salon. Le nombre de places étant limité, l'inscription se fait également sur place.

2009, Focus sur

COMMENT PRÉVENIR AVEC PLAISIR ?

Nous sommes de plus en plus nombreux à considérer qu'être en bonne santé commence par la prévention qui reste encore trop souvent vécue comme une « contrainte » sans notion de « plaisir ».

Si 67% des Français associent la prévention santé à un « bon » comportement alimentaire¹, seuls 10% l'associent à l'activité physique régulière. Encore une grande majorité des personnes interrogées n'a donc pas évalué les risques (maladies cardiovasculaires et obésité qui sont en forte augmentation) d'une alimentation déséquilibrée et de la sédentarité dues à notre mode de vie actuel.

En outre, la multiplicité des sources d'information d'une part et les conseils rarement applicables au quotidien d'autre part, semblent brouiller la communication, voire favoriser les comportements d'évitement.

Sur Direction Santé au Féminin la prévention ça se pratique !

BIEN MANGER

BIEN BOUGER

BIEN DORMIR

Trois fondamentaux qui seront abordés de façon très pragmatique afin que chacun puisse prendre volontiers les bonnes habitudes dans sa vie quotidienne.

¹ Enquête Research International / Sanofi-aventis « Les Français face à la prévention » réalisée auprès d'un échantillon de 978 personnes représentatif de la population française

BIEN MANGER...

Cuisiner avec un chef et les conseils d'un nutritionniste,

- **les assiettes « bien-être »**
bien manger pour être en pleine forme, les astuces « cuisine » pour avoir une belle peau, les jambes légères
- **les assiettes recommandées « anti-diabète », « anti-cholestérol »...**



L'alimentation au cœur de toutes les santés

Manger sain, ça ne coûte pas forcément cher

Savoir lire et comprendre une étiquette : date limite de consommation, date limite d'utilisation optimale ?

Mettre du goût et des couleurs dans les assiettes de nos petits

BIEN BOUGER...

Quels sports ? A quel âge ? A quelle intensité ?

Se muscler en 3 mn au bureau ou à la maison

Apprendre à marcher, tout simplement

S'initier à la marche nordique, coaché par des éducateurs formés par la Fédération Française d'Athlétisme.

Comment se préparer à une course ? Les conseils des professionnels



BIEN DORMIR

La chambre du « bon sommeil »

Les rites de l'endormissement

Les bienfaits de la sieste

Se passer des somnifères

Ne pas s'endormir au volant



PRÉVENIR C'EST AUSSI...

Gérer son stress : au travail, en famille...

Se vacciner

Muscler son périnée : un espace intime sera dédié à la féminité

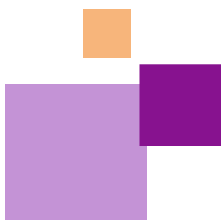
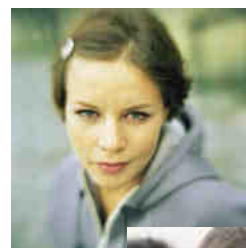
Suivre les conseils pour des vacances en toute sécurité :

protéger sa peau du soleil, la trousse d'urgence en vacances...

Ecouter nos ados et leurs préoccupations : sexualité, contraception,

MST, IVG... et les nouvelles technologies au service de leur communication

Se former aux gestes de premiers secours avec la Croix Rouge



ACTUALITÉS SUR...

- LES GRANDES PATHOLOGIES DU 21ÈME SIÈCLE

Cancer, diabète, maladies cardio-vasculaires, dépression, maladie d'Alzheimer, maladie de Parkinson, migraine...



- LE POINT DE VUE DES ASSOCIATIONS ET DES AIDANTS

Le rôle des associations de patients comme relai d'information et porte parole des patients auprès des médecins et des institutions

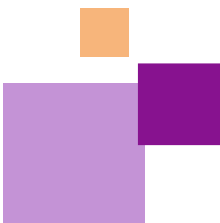
Qui sont les aidants ? les proches, la famille, l'entourage, les acteurs de santé ? Quelle implication, quelle responsabilité ?

- PHÉNOMÈNES DE SOCIÉTÉ

Violences faites aux femmes – où en est-on en 2009 ?
Santé de la femme et de l'enfant dans le monde

- LES MÉTIERS DE LA SANTÉ

Devenir médecin, sage-femme, kinésithérapeute : quels sont ces métiers, comment y accéder ?



LE CORPS EN PIÈCES DÉTACHÉES

Jusqu'où la médecine est-elle un art ?

Une exposition unique...

- Chaque organe et ses secrets
- Lorsque qu'il ne fonctionne plus, dans quelle mesure peut-il être remplacé et comment ? Organes naturels ? Organes artificiels ? A quoi ces derniers ressemblent-ils ?
- On greffe quoi, à qui, de qui ? Comment ça marche ?

... qui nous interpelle aussi sur le don, cause nationale de l'année 2009

Ovocytes, organes, moelle...

On en manque cruellement, que faire ?

Une démarche citoyenne, humaine, éthique...

Le don, question(s) de conscience ?

En pratique

Direction **Santé au Féminin en pratique**

Vendredi 12, samedi 13 et dimanche 14 juin, de 10 h 30 à 19 h 30

Se munir de son bulletin d'entrée (coupon Internet, magazine, flyer,...) pour une entrée prioritaire et gratuite

Pour accéder au Parc floral :

- **En métro : ligne 1, station Château de Vincennes**
- En RER : ligne A, station Vincennes
- En bus : ligne 112 - arrêt "Stade Léo Lagrange"
- Par la route : à 5 min du périphérique (Porte Dorée, de Vincennes ou de Charenton) – à 5 min de l'autoroute A4 par la sortie Joinville

www.directionsanteaufeminin.fr

Contacts presse

Presse & Papiers

121, rue du Vieux Pont de Sèvres - 92100 Boulogne-Billancourt
Danielle Maloubier – Anne Leroux
Tel : 01 46 99 69 69 – Fax : 01 46 99 69 68
dm@pressepapiers.fr – anne.leroux@pressepapiers.fr

