

# PROGRAMME

## STANDS ET ATELIERS

**16h00** : Accueil des participants

**16h15** : Atelier « Conseils en image »

**16h30** : Gymnastique douce avec l'association Siel Bleu (durée de la séance : 30 min)

**16h30-17h30** : Collation offerte

**16h45** : Flash Mob de l'Association les Poupées et Poupons Russes

**17h15** : Atelier « Conseils en image »

**17h30** : Gymnastique douce avec l'association Siel Bleu (durée de la séance : 30 min)

### En continu :

- Ateliers diététiques
- Massage assis
- Estime de soi / Image du corps
- Initiation à la sarbacane ainsi qu'au self Défense avec l'association Défense System Blois
- Echanges avec les professionnels et associations de patients

## TABLE RONDE

**18h00 – 19h30** : Échanges avec les experts sur la nutrition, l'image du corps, l'estime de soi.

- Valérie GEAY, psychologue en libéral
- Dr Anaïs PAILLARD, médecin nutritionniste du Centre Hospitalier de Blois / Dr Morgane LACAILLE, médecin nutritionniste du Centre Médical Théraé
- Simon BAUDRY, diététicien libéral à Blois
- Tony BAGLAN, professeur d'activité physique adaptée du SSR la Ménaudière
- Valérie BIGOT, socio-esthéticienne et responsable de l'association Parenthèse

Cette table ronde sera animée par le Dr PIQUEMAL, médecin diabétologue du Centre Hospitalier de Blois et président du RSND41.

