

JEU REGIONAL : « LE TRAIN DE LA SANTE »

LES THEMES :

JE PRENDS SOIN DE MOI → bleu

- hygiène corporelle : + dents
- alimentation : + diabète, obésité, anorexie
- activités physiques
- piercing, tatouages

JE ME PROTEGE → vert

- vaccinations + maladies
- contraception, protection
- audition
- soleil, brûlures, plaies diverses

JE BOUGE POUR MA SANTE → jaune

- CPAM = régime général –CMUG , CMUC , CARTE VITALE
- mutuelles
- carnet de santé
- médecin référent
- les coûts liés à la santé
- spécialistes : gynécologue, psychiatre, pédiatre, ophtalmologue.....
- hôpital pour les urgences, PASS
- bilan de santé
- Planning familial

JE CONNAIS LES EFFETS → rouge

- alcool
- tabac
- drogues
- graisses
- sucre

JE GERE MON RYTHME DE VIE → orange

- sommeil
- rythme des repas
- sorties pour les – et + de 16 ans