

Définition de la santé

Ce panneau propose de définir la santé.
A l'aide d'un mot, d'une phrase ou d'un dessin,
pour vous, la santé c'est quoi ?

La santé...

Espace détente

 Vous êtes en fin de parcours, si vous le souhaitez, vous pouvez vous asseoir et vous laisser porter.

 Gardez un souvenir en prenant un selfie !



**La santé pour tous
et avec tous**

Cette feuille de route vous guidera
tout au long du parcours

SCANNEZ-LA !



Modalités du parcours



20 minutes

 individuel
ou en groupe
(3 personnes
maximum)



5 panneaux



indispensable

À vos marques,
Top départ !



La santé, c'est quoi ?

🎯 Ce panneau vous aide à repérer les déterminants qui influencent l'état de santé d'un individu.

1. Je vous invite à prendre connaissance des 3 situations suivantes (Yvonne, une jeune femme active ; Sosthène et Huguette, un couple de retraités et Thomas, un jeune garçon)



Yvonne, 40 ans, mère célibataire, vit avec sa famille sur la belle île de Marie-Galante. Sportive, elle participe souvent à des courses à pied.

Elle travaille dans un commerce et reste la plupart du temps debout à transporter et à ranger les marchandises. Depuis un mois elle n'a pas d'eau courante. Elle subit la pression et l'incompréhension de son entourage professionnel. Leur maison située en bordure de mer subit fréquemment l'échouage de sargasses qui nuit à leur santé.



Sosthène et Huguette, un couple de retraités, vivent à la campagne au pied de la Soufrière. Atteints de diabète de type 2 et souffrant de rhumatisme, ils sont cependant heureux dans leur petite maison en pleine nature. Leur santé ne leur permet plus de conduire pour faire des courses, se rendre à l'église, ou voir leurs amis. Les réseaux de transports en commun, rares et inadaptés, rendent difficiles leurs déplacements. Toutefois, ils continuent d'accueillir avec joie leurs familles, leurs enfants et petits-enfants vivant dans l'Hexagone.



Thomas, adolescent de 13 ans en surpoids, habite dans un logement social. Il passe la plupart de son temps sur sa console de jeux vidéo ou sur son ordinateur.

Tous les matins, ses parents le déposent en voiture à son collège situé à 5 minutes de son domicile. Il aurait aimé s'y rendre à vélo mais l'absence de piste cyclable ne rassure pas ses parents.

📋 2. Pour chaque situation, repérez et cochez les déterminants/facteurs qui influencent l'état de santé des 3 personnages

facteurs individuels



facteurs sociaux



facteurs environnementaux



L'équilibre santé

🎯 Ce panneau permet de trouver les éléments pour faciliter le pouvoir d'agir d'un individu sur sa santé.

📋 Choisissez 1 des 3 personnages. Selon vous, comment pourrait-il agir pour améliorer sa santé ?



- Prendre du temps pour soi
- Confiance en soi
- Gestion du stress
- Loisirs (théâtre, ciné, carnaval)
- Bénévolat
- Amis
- Club/Association
- Alimentation équilibrée
- Activité physique
- Sport
- Sorties en plein air
- Sannell
- Créativité
- Emploi -travail
- Projet de vie
- Réseaux sociaux
- Relation sociale
- Accès aux transports
- Accès aux pistes cyclables
- Logement salubre
- Sécurité
- Accès à l'eau potable
- Accès aux services de santé
- Aménagement du territoire