**UNION DES ANTILLES ET GUYANE FRANCAISES**

**DEPARTEMENT DES MINISTERES DE LA SANTE**

**SEMAINE EVANGELISATION PAR LA SANTE**

**21 AU 28 NOVEMBRE 2019**

**Thème : Je veux vivre sainement**

**Programme : Les 8 habitudes saines**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Jours** | **Sujets** | **Propositions** |
| Samedi- Culte 21 | Une attitude positive | -Terminer chaque réunion par la remise des activités à réaliser  - |
| Samedi Après-midi ou Dimanche avant le programme | * Projection du film : * Relevé des | Prévoir la participation de professionnels de santé pour relever les données et les analyser avec le participant |
| Dimanche 22 | Activité Physique | Prévoir un programme d’exercices physiques de 30 minutes avec un professionnel |
| Lundi 23 | Bien Manger | **Affichette : Bien manger à distribuer** |
| Mardi 24 | Mangez plus de Petit Déjeuner et Diner moins | Présentation de produits ou de recettes pour petit déjeuner |
| Mercredi 25 | La Maitrise de soi | Un moment de témoignage sur les habitudes acquises |
| Jeudi 26 | Boire de l’Eau Naturel | Avoir sur une table à l’entrée de l’eau et des gobelets |
| Vendredi 27 | Un repos adéquat | Faire pendant environ 5 minutes quelques exercices de relaxation |
| Samedi 28 | Etre heureux | Inviter les membres d’églises à exprimer leurs appréciations d’être ensemble |

**Documents joints :**

* **Programme pour chaque jour (Activités quotidiennes à réaliser, Présentation pour l’animateur en Power Point**
* **Le manuel de l’animateur**
* **Carte de Bienvenue au programme**
* **Carte d’engagement et de données personnelles**
* **Carte d’invitation au programme**
* **Chant : Je veux grandir sainement**
* **Affichette : Bien manger**