



# Prévention Santé

Camieg  
Caisse d'Assurance Maladie  
des Industries Électriques et Gazières



► ATELIER PRÉVENTION

## DESTINATION MOUVEMENT

**Rendez-vous à Outreau, les mardis du 31 mars au 23 juin (hors vacances scolaires), de 14 h à 15 h**

**En partenariat avec Défi autonomie seniors, la Camieg vous invite à participer aux 12 séances de l'atelier pour :**

- ▶ Vous initier à une activité physique adaptée à vos possibilités
- ▶ Rester en forme
- ▶ Gagner en assurance dans ses mouvements au quotidien

### ► Modalités et participation

Les séances ont lieu au centre culturel Jacques Brel à Outreau. La participation est gratuite, ouverte aux assurés de la Camieg et aux bénéficiaires des activités sociales CMCAS.

Les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée. La participation à l'ensemble des séances est souhaitée.

### ► Renseignements et inscriptions avant le 24 mars

- Par courriel : [camieg-prevention-hdf@camieg.org](mailto:camieg-prevention-hdf@camieg.org)
- Par téléphone : 03 62 53 78 15 (boîte vocale)
- En flashant le QR code ci-contre

défi  
autonomie seniors  
Bien vieillir en Hauts-de-France



Camieg Hauts-de-France 59000 Lille  
Répondeur Prévention : 03 62 53 78 15

Camieg  
Caisse d'Assurance Maladie  
des Industries Électriques et Gazières