



▶ PARCOURS PRÉVENTION

Service + Camieg

A partir du lundi 29 septembre à 10h30 à Cognac

Participez à notre parcours de prévention

PROGRAMME

Vous faites attention à votre santé ?

La Camieg, en partenariat avec la CMCAS Angoulême, vous convie à une réunion d'information suivie de Service + Camieg pour un bilan de *forme physique*.

Au programme :

- ▶ **Réunion de sensibilisation sur l'activité physique : lundi 29 septembre de 10h30 à 12h**

Préciser la différence entre activité physique, activité sportive et sédentarité.

Connaître les bienfaits physiques et psychologiques du maintien d'une pratique d'activité physique régulière et son rôle dans la prévention des maladies

Donner des conseils pour une activité physique optimale

Animée par un enseignant en activité physique adaptée

- ▶ **Parcours prévention : Mardi 30 septembre de 10h à 16h**



Espace prévention

Mardi 30 septembre de 10h à 16h

Dialoguer avec un chargé de projets prévention Camieg et obtenir de la documentation

Animée par une chargée de projets prévention

AU PROGRAMME (suite)



Espace santé

Mardi 30 septembre de 10h à 16h

Réaliser un bilan activité physique et vous entretenir avec un intervenant spécialisé

Animée par un enseignant en activité physique adaptée



Espace accueil

Mardi 30 septembre de 10h à 16h

Rencontrer un conseiller service en assurance maladie pour être informé sur les prises en charge et poser les questions qui vous préoccupent

Animé par une conseillère service en assurance maladie

INFOS PRATIQUES

► Modalités et participation

SLvie – 37 rue Henri Vorpsal – 16100 Cognac

La Camieg vous convie à une réunion d'information suivie de Service + Camieg pour un bilan de forme physique.

Chaque bilan de forme dure environ 20 minutes. Un ordre de passage sera établi.

Les personnes qui auront participé à la réunion d'information seront prioritaires pour le bilan de forme.



► Renseignements et inscriptions

Pour toute question ou renseignement complémentaire, laissez un message sur notre boîte vocale prévention au 05 24 57 25 15

INSCRIPTIONS POSSIBLES AVANT LE 22/09/2025 :

- Par courriel : camieg-prevention-naquitaine@camieg.org
- Par téléphone : 05 24 57 25 15 (boîte vocale)
- En ligne, en flashant le QRCode ci-contre



Flasher
le QRCode

Prise en charge totale des frais d'inscription et de la participation par la Camieg.

► **Rendez-vous le lundi 29 septembre à 10h30**