



L'ACTU PRÉVENTION DE VOTRE ANTENNE Avril à juin 2024

► Bien vieillir

« Seniors, soyez acteurs de votre santé »

Ateliers vitalité, mémoire, sophrologie, activité physique... en visioconférence ou en présentiel.

- Ateliers en Inter-régime en partenariat avec les associations M2P et Cap Prévention Séniors
- Tout au long du trimestre
- En présentiel ou distanciel
- À partir de 60 ans



► Nutrition

« Manger Bouger : cultiver sa forme et son bien-être »

- À Golfech
- Du 15 mai au 6 juin
- Inactifs à partir de 55 ans

► Audition

« Service + Camieg Audition »

Rencontre individuelle avec un audioprothésiste et un conseiller Assurance Maladie ;

- À Carcassonne
- Le 30 avril
- Inactifs à partir de 55 ans

► Santé globale

« Il n'est jamais trop tard pour préserver son dos ! »

- À Argelès-Gazost
- Du 2 au 16 avril
- En partenariat avec la Cavimac
- Inactifs à partir de 55 ans

« Du stress à la sérénité »

- À Tarbes
- Du 16 au 30 mai
- Inactifs à partir de 55 ans

« Le sommeil de A à Zzz...on en apprend tous les jours »

- À Rodez
- Du 16 au 30 mai
- Inactifs à partir de 55 ans

« Du stress à la sérénité »

- À Toulouse
- Du 3 au 24 juin
- En partenariat avec la CRPCEN
- Inactifs à partir de 55 ans

► Addictions et conduites à risque

« T'addict quoi ? »

Ateliers pour en savoir plus sur les addictions, leurs risques sur la santé et l'accompagnement existant.

- À Bagnols-sur-Cèze et Le Vigan
- Du 23 mai au 28 juin
- Agents Enedis Gard Sud

