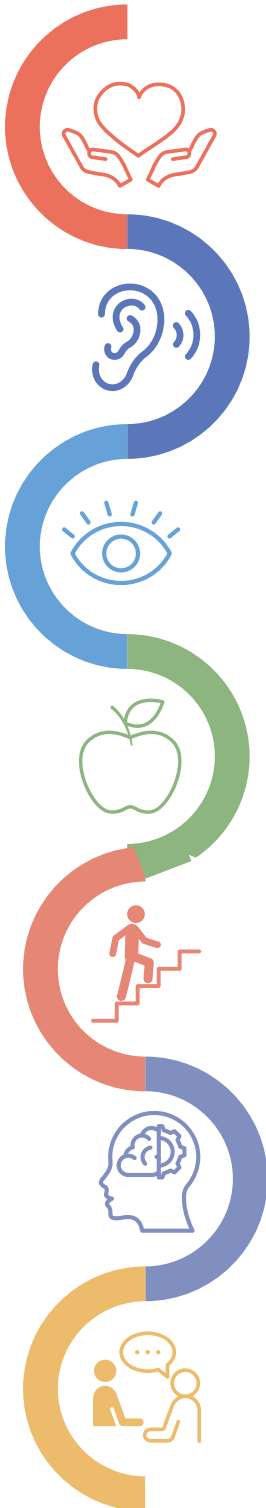


JOURNÉE PRÉVENTION SANTÉ DES +60 ANS

4 OCT 2024 10H-17H - SALLE PELLOUTIER À LÉZIGNAN

GRATUIT



Atelier prévention avec un pharmacien

- dépistage du diabète
- prise de la tension
- point sur la vaccination & les dépistages des cancers

Atelier audition avec une audioprothésiste

- examen de l'audition
- prévention et bons gestes à adopter

Atelier vision avec un opticien

- examen de la vue
- prévention : basse vision, DMLA, cataracte

Atelier nutrition avec une diététicienne

- équilibre alimentaire
- apports nutritionnels

Atelier mobilité avec une enseignante en activité physique adaptée

- prévention des chutes
- conseils et astuces pour maintenir une activité physique

Atelier mémoire & humeur avec une infirmière

- programme ICOPE : conseils et astuces pour maintenir sa forme morale et intellectuelle

Point info avec l'Espace Seniors et l'action sociale AGIRC ARRCO

- vous êtes âgé de 60 ans et plus ? Vous êtes aidant ? Retrouvez toutes les aides existantes
- animation numérique (MSA Services) : utilisation du compte AMELI, Mon Espace Santé, Doctolib, aide au téléchargement de l'application d'ICOPE