

## Une journée entière dédiée à la santé dans le cadre d'Octobre Rose sur DFM 930 mercredi



Une journée entière dédiée à la santé dans le cadre d'Octobre Rose sur DFM 930 mercredi

Dans le cadre d'Octobre Rose, la communauté de communes d'Artagnan en Fezensac, aux côtés de professionnels libéraux de santé de Vic-Fezensac et du Gérotopôle de Toulouse, organisent une journée prévention en santé,

**samedi 14 octobre de 9h30 à 16h**

**salle polyvalente de Vic**

Pour nous en parler, **Caroline Cueillens**, vice-présidente à la Communauté de Communes chargée de la coordination de cette journée.

**Retrouvez-la sur DFM 930 mercredi à 8 h 30, 10 h 30, 12 h 30 et 18 h 30, samedi et dimanche à 8 h.**

**DFM 930, c'est sur 102.5 ou 105.8**

**ou directement sur le site :**

**<https://www.dfm930.com/> (cliquez sur Ecoutez DFM 930 ! en haut à gauche en rouge)**

**ou sur radios on line :**

**<https://ecouterradioenligne.com/region/nouveau/#dfm-930>**

**ou encore en podcast sur le site après la diffusion !**



# SAMEDI 14 OCTOBRE 2023



## MA JOURNÉE SANTÉ PRÉVENTION ET OCTOBRE ROSE



### VIC-FEZENSAC SALLE POLYVALENTE

 9h30 – Accueil café	 13h30 – Atelier tai-chi
 10h – Randonnée Départ à la salle polyvalente (organisée par la Ligue contre le cancer dans le cadre d'Octobre Rose)	 14h – Atelier mémoire Stimulation cognitive par une orthophoniste à Vic-Fezensac.
 10h15 – Sophrologie Séance participative par Pascale Rouyer de la maison de santé de Vic-Fezensac	 14h30 – 1 <sup>ers</sup> secours Démonstration "les gestes qui sauvent" par les pompiers de Vic-Fezensac
 10h40 – Atelier gymnastique Démonstration de gymnastique douce par l'association Gymnastique Volontaire Vicoise	 Toute la journée Présence du GÉrontopôle de Toulouse, du Docteur Peré et des infirmières pour effectuer des dépistages ICOPE (mémoire, audition...) <b>venez avec votre smartphone ou tablette !</b>
 11h15 – Atelier nutrition Par Isabelle Torres, diététicienne de la ligue contre le cancer	<p>Retrouvez les stands des partenaires : * Vic Accueil / France Alzheimer / Club des aînés / la Bienfaisance / Amicale des donneurs de sang / Associations de randonneur / les pharmaciens de Vic-Fezensac / la CPAA du Gers * la CPAM / le Centre Local d'Information et de Coordination Gériatrique de Nogaro / la MSA / l'IREPS / l'UNEFAM</p>
 12h – Pause Restauration sur place – Apéritif animé par l'association Western Country de Vic-Fezensac	



**Toutes les activités proposées sont gratuites**