

La journée santé dans le cadre d'Octobre Rose, c'est demain samedi !



La journée santé dans le cadre d'Octobre Rose, c'est demain samedi !

Pour la deuxième année consécutive, la délégation locale de La Ligue contre le Cancer et la Communauté de communes d'Artagnan en Fezensac organisent la Journée Santé et Prévention

samedi 19 octobre de 9h30 à 16h00 à la salle polyvalente de Vic-Fezensac

Dans le cadre d'Octobre Rose, la journée débutera par **la traditionnelle randonnée** au profit de l'association dont le départ est donné à la salle polyvalente.

Tout au long de la journée, **des stands et des ateliers gratuits** pour tous les âges sont proposés.

Vous pourrez ainsi être sensibilisés aux risques domestiques et routiers (via un simulateur deux roues), aux bienfaits de la pratique sportive ou à l'usage des réseaux sociaux. Les pompiers présenteront les gestes qui sauvent.

Également, des animations autour de la nutrition, de la mémoire ou du yoga du rire vous seront proposées par les partenaires.

Des professionnels de santé sensibiliseront aux cancers féminins mais aussi masculins et procéderont à des dépistages dans le cadre du programme ICOPE (pour cela, munissez-vous de votre smartphone ou votre tablette !). Vous pourrez également trouver des informations en lien avec le handicap ou la maladie d'Alzheimer, notamment.

Pour clore cette journée, l'association Al Andalus organise à partir de 20h une soirée Salsa-Bachata-Kizomba au profit d'Octobre Rose – information auprès d'Al Andalus-.

Vous êtes attendus nombreux pour cette journée au programme riche et diversifié !

Restauration proposée sur place – 15 euros (entrée + plat).

MA JOURNÉE SANTÉ & PRÉVENTION
DANS LE CADRE D'
OCTOBRE ROSE
SAMEDI 19 OCTOBRE 2024
- VIC-FEZENSAC -
SALLE POLYVALENTE
PLACE DU CHEVAL BLANC

GRATUIT

DES ATELIERS

- 9H30-RANDONNÉE
- 10H-UNE NUTRITION ADAPTÉE À SON ÂGE
- 10H30-JEUX DE MÉMOIRE
- 11H00-PRÉVENTION DES CANCERS FÉMININS ET MASCULINS
- 14H30-"YOGA DU RIRE"
- 15H15-LES GESTES QUI SAUVENT

**POUR TOUS
DE 7 à 100 ANS
dès 9h30**

STANDS ET PARTENAIRES

LES RISQUES EN SITUATIONS ET QUOTIDIENNES

- LES RISQUES ROUTIERS (SIMULATEUR 2 ROUES)
- LES RISQUES DOMESTIQUES
- UTILISATION D'INTERNET ET FAKE NEWS
- LES PRATIQUES SPORTIVES
- LE DEPISTAGE DANS LE CADRE DU PROGRAMME ICOPE (MUNISSEZ-VOUS DE VOTRE SMARTPHONE/TABLETTE)

**MIDI: RESTAURATION SUR PLACE -15€
À PARTIR DE 20H-SOIRÉE ANIMÉE PAR AL ANDALUS
AU PROFIT D'OCTOBRE ROSE**



Imprimé par nos soins - Ne pas jeter sur la voie publique