

## Mois sans Tabac : participez aux Journées de Prévention avec le Centre départemental de Santé



Mois sans Tabac : participez aux Journées de Prévention avec le Centre départemental de Santé

**Dans le cadre du Mois sans Tabac, le Centre Départemental de Santé organise des Journées de Prévention à Fleurance et Vic-Fezensac.**

Le Département du Gers vous invite à rejoindre les animations sur le marché local de Fleurance pour des matinées dédiées à la sensibilisation et à la prévention autour de la santé en partenariat avec l'association Asalée. Une autre journée d'information est prévue à Vic-Fezensac au Centre Territorial de Santé.

### Au programme :

- Entretiens gratuits avec des infirmières de santé publique Asalée, prêtes à répondre à vos questions et à vous orienter dans votre démarche d'arrêt du tabac.
- Points d'information sur les bienfaits de l'activité physique et de l'alimentation équilibrée pour accompagner votre sevrage.

Que vous soyez fumeur ou proche d'un fumeur, venez faire le plein de motivation et de soutien ! Ensemble, relevons le défi du Mois sans Tabac ! Le Département vous attend nombreux pour faire de cet événement un moment de partage et de soutien autour de la santé !

### Le mot du Président

« Cet événement est une occasion idéale pour découvrir des ressources et des conseils pour arrêter de fumer, ainsi que des astuces pour adopter des habitudes de vie favorables à une meilleure santé. » - Philippe Dupouy, Président du Département.

### Les dates à venir :

- Fleurance : samedi 09 novembre sur le marché de 9h à 12h30 ;
- Vic-Fezensac : vendredi 18 novembre 9h-16h au Centre Territorial de Santé de Vic-Fezensac.