

Rencontres santé



MUTUALITÉ
FRANÇAISE

GRAND EST

SENIORS EN SANTÉ SENIORS ENCHANTÉS



Seniors en santé, seniors enchantés est un PROGRAMME DE PRÉVENTION destiné aux habitants de PLUS DE 60 ANS DE LA COMMUNAUTÉ DE COMMUNES PERTHOIS BOCAGE ET DER combinant :

- un film-débat sur la SANTÉ des seniors,
- des ateliers AUTOUR DU BIEN VIEILLIR, du SOMMEIL DES SENIORS et du BON USAGE DES MÉDICAMENTS,
- et une initiation AUX GESTES DE PREMIERS SECOURS

PROGRAMME
complet détaillé
au verso

INSCRIPTION OBLIGATOIRE (PLACES LIMITÉES)

Mutualité Française Grand Est

06 49 85 62 31

inscription@mfgc.fr

INSCRIPTION
EN LIGNE
AVEC LE QR CODE



SENIORS EN SANTÉ SENIORS ENCHANTÉS

LE PROGRAMME



FILM DÉBAT
« DE PLUS EN PLUS EN VIE ! »
Vendredi 27 septembre 2019
de 14h30 à 16h30
Salle communale
8 Place de la Mairie - Moncetz l'Abbaye

Film débat sur la santé des seniors & présentation du programme « Seniors en santé, seniors enchantés »



ATELIERS « BIEN VIVRE SA RETRAITE »
Mardi 1^{er} octobre 2019
Salle communale - Thiéblemont-Farémont
Mardi 8 octobre 2019
Salle communale de Srupt
de 14h30 à 17h30

• Ateliers de réflexion sur le bien-vivre sa retraite
Animés par une psychologue



ATELIER « SOMMEIL & MÉDICAMENTS »
Judi 3 octobre 2019
de 14h30 à 16h30
Salle communale
1 Rue de Nuisement
Ste-Marie-du-Lac-Nuisement

• Prise de médicaments et bonne nuit, est-ce possible ?
Animés par une pharmacienne et une chargée de prévention



INITIATION « GESTES DE PREMIERS SECOURS »
Judi 17 octobre 2019
A partir de 14h
Salle communale
8 Place de la Mairie - Moncetz l'Abbaye

• Initiation animée par la Croix-Rouge française



INSCRIPTION OBLIGATOIRE (PLACES LIMITÉES)
Mutualité Française Grand Est
06 49 85 62 31
inscription@mfge.fr

**INSCRIPTION
EN LIGNE
AVEC LE QR CODE**



Communauté de Communes
Perthois - Bocage et Der



En cas de problème de transport, vous pouvez contacter la Communauté de Communes du Perthois Bocage et Der au 06 01 77 23 45