



Communiqué de *presse*

Septembre 2019



La Mutualité Française Grand Est et ses partenaires mettent en place à Moncetz-l'Abbaye à partir du 27 septembre 2019 un programme de prévention santé intitulé

“SENIORS EN SANTÉ, SENIORS ENCHANTÉS”

L'avancée en âge s'accompagne de nombreux changements qu'il n'est pas toujours aisé d'appréhender seul. Accepter et comprendre l'évolution de son corps, trouver de nouvelles habitudes de sommeil, ajuster son alimentation, conserver des rapports de qualité avec autrui sont autant de défis à relever au quotidien.

Souhaitant promouvoir des habitudes de vie favorables au vieillissement en bonne santé, la Mutualité Française Grand Est, en partenariat avec le Département de la Marne, la Communauté de Communes du Perthois Bocage et Der et le Pass'âge du Perthois Bocage et Der, mettent en place à Moncetz-l'Abbaye dès le 27 septembre le programme “Seniors, en santé, seniors enchantés !” à destination des personnes âgées de plus de 60 ans de la commune et de ses environs. Ce programme de prévention a pour objectif d'orienter chaque individu vers la découverte et la valorisation de ses propres ressources.

27.09.19 / 14h30-16h30 : film-débat « De plus en plus de vie ! »

Film-débat consacré à la santé des seniors, suivi d'une présentation du programme.

Salle communale - 8 place de la Mairie à Moncetz-L'Abbaye

01.10.19 + 08.10.19 / 14h30-17h30 : ateliers « Bien vivre sa retraite »

Ateliers de réflexion sur le « bien-vivre sa retraite » animés par une psychologue.

Le 1^{er} octobre : salle communale de Thiéblemont-Farémont. Le 8 octobre : salle communale de Srupt.

03.10.19 / 14h30-16h30 : atelier « Sommeil et médicaments »

Prise de médicaments et bonne nuit, est-ce possible ?

Animé par une pharmacienne et une chargée de prévention.

Salle communale, 1 rue de Nuisement à Sainte-Marie-du-Lac-Nuisement

17.10.19 / 14h : initiation « Gestes de premiers secours »

Initiation animée par la Croix-Rouge française.

Salle communale, 8 place de la Mairie à Moncetz l'Abbaye

Ce programme est entièrement gratuit et accessible à tous.

En cas de problème de transport, les personnes intéressées par ce programme peuvent contacter la Communauté de Communes du Perthois Bocage et Der au 06 01 77 23 45.

**Infos
et inscriptions :**
06 49 85 62 31
inscription@mfge.fr

Présidée par Laurent MASSON, la Mutualité Française Grand Est rassemble près de 160 mutuelles, qui protègent plus de 2,4 millions de personnes, soit 42% de la population. 157 services de soins et d'accompagnement proposent une offre de santé globale sur l'ensemble du territoire. Véritable mouvement social, elle fonde son action sur le respect de la dignité des personnes, la solidarité, la démocratie, l'indépendance et la responsabilité. Elle représente et défend les mutuelles et leurs adhérents, anime et coordonne la vie mutualiste régionale, apporte des services aux mutuelles (formation, communication) et met en oeuvre des actions de prévention et de promotion de la santé auprès de leurs adhérents et de la population.



Votre contact presse :

Cécile MOFFROID

06 88 82 95 81

cmoffroid@mfge.fr

grandest.mutualite.fr