



Communiqué de *presse*

Septembre 2022



La Mutualité Française Grand Est & ses partenaires organisent à Langres dès le 3 octobre 2022 des ateliers visant à promouvoir des habitudes de vie favorables au vieillissement en bonne santé, intitulés :

“SENIORS EN SANTÉ, SENIORS ENCHANTÉS !”

L'avancée en âge s'accompagne de nombreux changements qu'il n'est pas toujours aisé d'appréhender seul.e. Réduire ses sources de stress, prendre du temps pour soi, se relaxer, cultiver et conserver sa joie de vivre 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 la Conférence des Financeurs de la Prévention de la perte d'autonomie de Haute-Marne & la Communauté de Communes du Grand Langres, organisent à Langres à partir du 3 octobre 2022 un programme de prévention santé intitulé “Seniors en santé, seniors enchantés !”, composé d'un ciné-débat et d'ateliers thématiques.

03.10.2022 | 13h30 | **ciné-débat** : projection du film “Joyeuse retraite” (Michèle Laroque, Thierry Lhermitte) suivi d'un débat avec une psychologue

04.10.2022 | 10h-12h | **Atelier** “Sommeil”

07.11.2022 | 14h-16h | **Atelier** “Le bon usage des médicaments”

16.11.2022 | 14h-16h | **Atelier** “La détente”

23.11.2022 | 14h-16h | **Atelier** “La tension et le diabète”

Le ciné santé aura lieu au cinéma “Le New Vox”, 15 rue du Grand Bie à Langres.

Les ateliers santé auront lieu à la salle Adam (à côté de l'Eglise Nazareth), rue Jean Thabourot à Langres.

Gratuit et ouvert à tou.te.s.

Inscription obligatoire :
06 49 85 62 31 ou
inscription@mfge.fr

Présidée par Laurent MASSON, la Mutualité Française Grand Est rassemble 136 mutuelles, qui protègent plus de 2,3 millions de personnes, soit 42% de la population. 162 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