

RENCONTRES SANTÉ

# Coeur de femmes

MUTUALITÉ  
FRANÇAISE  
GRAND EST

CCAS  
de Bar-sur-Aube



*Les mardis*



**21, 28 MAI,  
11, 18 & 25 JUIN 2024**  
de 14h à 16h



**ESPACE  
JEAN-PIERRE DAVOT**  
7 Rue des Varennes  
**BAR-SUR-AUBE**



**5 SÉANCES D'INFORMATION  
ET DE SENSIBILISATION AUX  
MALADIES CARDIOVASCULAIRES  
CHEZ LA FEMME :**

- 21.05 - Sensibilisation aux risques cardiovasculaires
- 28.05 & 18.06 - Ateliers consacrés à l'activité physique
- 11 & 25.06 - Ateliers consacrés à l'alimentation

Inscription  
**obligatoire**  
**GRATUITE**  
sur place au CCAS  
ou par téléphone  
**03 25 27 39 55**



**Les partenaires :**



BAR-SUR-AUBE  
en Champagne



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**  
GRAND EST



## **COEUR** *de femmes*

### **LE PROGRAMME**

Toutes les rencontres  
santé sont gratuites

**Mardi 21 mai 2024**

**LES RISQUES CARDIOVASCULAIRES CHEZ LA FEMME**  
*animé par une chargée de prévention*

**Mardi 28 mai 2024**

**L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : DE QUOI PARLE-T-ON ?**  
*animé par un éducateur sportif*

**Mardi 11 juin 2024**

**ALIMENTATION, DES BESOINS ESSENTIELS  
POUR LE CORPS HUMAIN**  
*animé par une diététicienne*

**Mardi 18 juin 2024**

**ACTIVITÉ PHYSIQUE, UN ATOUT POUR LE COEUR**  
*animé par un éducateur sportif*

**Mardi 25 juin 2024**

**UNE ALIMENTATION PLUS SAINE  
ET DURABLE AU QUOTIDIEN**  
*animé par une diététicienne*

**Les séances ont lieu  
de 14h à 16h**

**à l'Espace Jean-Pierre Davot  
7 Rue des Varennes - BAR-SUR-AUBE**

Inscription  
**obligatoire**  
**GRATUITE**

**sur place au CCAS  
ou par téléphone  
03 25 27 39 55**