

RENCONTRES SANTÉ

# Coeur de femmes



4, 11, 18, 26 JUIN  
& 3 JUILLET 2024  
de 9h30 à 11h30



CIDFF - FEMMES RELAIS  
LE TILLEUL ARGENTÉ  
17 bis, rue Laurent Bonnevoy  
NANCY



Inscription  
obligatoire  
GRATUITE

CIDFF - Femmes relais  
03 83 98 84 53



#Rencontresanté

VENEZ BOIRE UN CAFÉ &  
PARLER SANTÉ lors de nos 5 séances  
de sensibilisation aux maladies  
cardiovasculaires chez la femme :

- 04.06 - Sensibilisation aux risques cardiovasculaires
- 11.06 / 26.06 - Ateliers consacrés à l'activité physique
- 18.06 / 03.07 - Ateliers consacrés à l'alimentation

Les partenaires :

métropole  
GrandNancy Nancy,

CIDFF  
Centre d'information  
sur les droits des femmes  
et des familles  
Meurthe-et-Moselle

ufolep  
TOUS LES SPORTS / AUTREMENT  
MEURTHE-ET-MOSELLE



**MUTUALITÉ  
FRANÇAISE**

GRAND EST



**COEUR**

*de femmes*

**LE PROGRAMME**

Toutes les rencontres  
santé sont gratuites

**Mardi 4 juin 2024**

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

**Mardi 11 juin 2024**

**L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : DE QUOI PARLE-T-ON ?**  
*animé par chargée de prévention et éducatrice sportive*

**Mardi 18 juin 2024**

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

**Mercredi 26 juin 2024**

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

**Mercredi 3 juillet 2024**

**UNE ALIMENTATION PLUS SAINE  
ET DURABLE AU QUOTIDIEN**  
*animé par une chargée de prévention*

**Les séances ont lieu  
de 9h30 à 11h30**

**à CIDFF - Femmes relais - Le tilleul argenté  
17 bis, rue Laurent Bonnevey - NANCY**

Inscription  
**obligatoire**  
**GRATUITE**

**CIDFF - Femmes relais**  
**03 83 98 84 53**