

RENCONTRES SANTÉ

Coeur de femmes



**13, 27 SEPTEMBRE
11, 25 OCTOBRE
& 8 NOVEMBRE 2024**
de 14h à 16h



CENTRE SOCIAL C.A.PIOCHE
13 rue Pioche
METZ

Inscription
obligatoire
GRATUITE
Centre Social
C.A.Pioche
03 87 63 72 15



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

- 13.09 - Sensibilisation aux risques cardiovasculaires
- 27.09 / 25.10 - Ateliers consacrés à l'activité physique
- 11.10 / 08.11 - Ateliers consacrés à l'alimentation



#Rencontresanté



Les partenaires :

dans le cadre
du Contrat local
de santé



VILLE DE
METZ





**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**

GRAND EST



COEUR

de femmes

LE PROGRAMME

Toutes les rencontres
santé sont gratuites

Vendredi 13 septembre 2024

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

Vendredi 27 septembre 2024

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : DE QUOI PARLE-T-ON ?
animé par une éducatrice sportive diplômée d'état

Vendredi 11 octobre 2024

**ALIMENTATION, DES BESOINS ESSENTIELS
POUR LE CORPS HUMAIN**
animé par une chargée de prévention

Vendredi 25 octobre 2024

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, UN ATOUT POUR LE COEUR
animé par une éducatrice sportive diplômée d'état

Vendredi 8 novembre 2024

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

**Les séances ont lieu
de 14h à 16h
au Centre Social C.A.Pioche
13 rue Pioche - METZ**

Inscription
obligatoire
GRATUITE

**Centre Social
C.A.Pioche
03 87 63 72 15**