

RENCONTRES SANTÉ

Coeur de femmes



Les jeudis



**13, 20, 27 MARS,
3 & 10 AVRIL 2025**

de 14h à 16h



**Résidence accompagnée
Stéphane Hessel**

Quartier Cantebronne
18 avenue Grandpierre
VILLERUPT



**VENEZ BOIRE UN CAFE ET
PARLER SANTÉ** lors de 5 séances
d'information et de sensibilisation
aux maladies cardiovasculaires
chez la femme :

- 13.03.2025 - Sensibilisation aux risques cardiovasculaires
- 20.03 & 03.04.2025 - Ateliers consacrés à l'activité physique
- 27.03 & 10.04.2025 - Ateliers consacrés à l'alimentation

Inscription
obligatoire
GRATUITE
CCAS DE VILLERUPT
03 82 89 94 25

ccas@
mairie-villerupt.fr



#Rencontresanté



Les partenaires :

Résidence accompagnée
Stéphane Hessel





**MUTUALITÉ
FRANÇAISE**
GRAND EST



COEUR de femmes

LE PROGRAMME

Toutes les rencontres
santé sont gratuites

Jeudi 13 mars 2025

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

Jeudi 20 mars 2025

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

Jeudi 27 mars 2025

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

Jeudi 3 avril 2025

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

Jeudi 10 avril 2025

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

**Les séances ont lieu
de 14h à 16h**

**à la Résidence accompagnée
Stéphane Hessel**

**Quartier Cantebronne
18 avenue Grandpierre
VILLERUPT**

**Inscription
obligatoire
GRATUITE**

**CCAS DE VILLERUPT
03 82 89 94 25
ccas@mairie-villerupt.fr**