

sam. 22 dim. 23 lun. 24 mar. 25 mer. 26 jeu. 27 ven. 28 sam. 29 dim. 30

La Semaine du

CŒUR

du 22 au 30 septembre



Participez à la Semaine du coeur et apprenez à vous protéger des risques cardio-vasculaires.

UDI 24 SEPTEMBRE

14h à 17h ► Permanence de l'association Cœur santé : informations, échanges autour de la prévention, les différents modes de traitements chirurgicaux, gestes qui sauvent... Découverte de l'utilisation du défibrillateur

16h à 17h ► Découverte d'une "mise en bouche colorée", par une diététicienne
Espace santé Prévention

UDI 25 SEPTEMBRE

14h à 16h ► Démonstration et initiation aux gestes de 1^{ers} secours / Protection Civile
Epicerie sociale

UDI 26 SEPTEMBRE

10h à 12h ► Balade santé autour du lac
Espace santé Prévention, ouvert à tous (Prévoir chaussures adaptées, bouteille d'eau - Annulation en cas de pluie)
Espace santé Prévention / parking du skate-parc des Près st Jean

à 12h et 14h à 17h ► Permanence de l'association Cœur et santé

De 16h à 17h ► Découverte d'une "mise en bouche colorée", par une diététicienne
Espace santé Prévention

UDI 27 SEPTEMBRE

8h30 à 17h30 ► Formation PSC1 par la Protection Civile - 7€, sur inscription au 03 85 46 14 57
Groupe limité à 10 personnes

14h à 17h ► Permanence de l'association Cœur et santé

De 16h à 17h ► Découverte d'une "mise en bouche colorée", par une diététicienne
Espace Santé Prévention

VENDREDI 28 SEPTEMBRE

14h30 à 16h ► Atelier « Cuisiner avec moins de sel et moins de sucre » par une naturopathe
Laverie des Près St Jean

19h30 ► Conférence « Le shiatsu pour prendre soin de votre cœur » par un spécialiste en shiatsu
Gratuit
Espace Santé Prévention

TOUTE LA SEMAINE

► Exposition

Les gestes qui sauvent

ADRESSES UTILES

Laverie associative :

47 bis, Rue Edouard-Benès

Epicerie sociale :

30, rue de la Paix

Espace Santé Prévention

1, place Sainte-Marie

Tél. : 03 85 46 14 57