8 Mars ♀ 2024

Santé et Bien-être

9h à 19h

Pôle d'activités Val 81

Valence d'Albigeois

Stands
Consultations
Table Ronde
Ateliers

Prendre soin de soi

agirc-arrco · l'Assurance Maladie · Tarn · Dépistage des cancers Centre de coordination Occitanie · La Ligue contre le cancer · vyv Terres d'Oc · Écouter Voir · ESP · Groupama · Familles rurales · Média 81 · France services · Val 81

Programme

À L'ESPACE DE VIE SOCIALE DE FAMILLES RURALES
9H À 16H CONSULTATIONS SUR RENDEZ-VOUS :

- Sage femme : de 25 à 74 ans
- Infirmières : bilan santé/autonomie homme et femme de 55 ans et plus
- Ecouter Voir : dépistage audition

ATELIERS COLLECTIFS GRATUITS SUR INSCRIPTION :
10H À 12H

- " les rhumatismes et vous " gérer ses troubles musculaires
- " les Gestes de premiers secours "

14H À 16H

- " la Pharmacie Familiale et la gestion des médicaments "
- " les Gestes de premiers secours "

9H À 16H PRENDRE SOIN DE SOI, OUVERT À TOUS :

- Friperie de Familles rurales
- Dépistage des cancers
- Socio-esthéticienne
- Opticiens
- Mon espace santé
- Accompagnement à la parentalité

Buvette
Food Truck Crêpes

16H TABLE RONDE
« Vie affective, bouleversements physiques et hormonaux et autres tracas »

À LA MÉDIATHÈQUE VAL 81
18H Vernissage "Artistes au féminin" **Apéritif offert**
18H30 Diffusion d'un film sur le droit à l'avortement

Info et inscription au 05.63.53.72.15

Détail du programme sur val81.fr