

Bien vieillir dans les Alpilles



Mardi 2 octobre 2018

DÉPISTAGE SANTÉ

GRATUIT - SANS RENDEZ-VOUS

Salle Pierre Emmanuel de 9h30 à 16h00
Saint-étienne du Grès



Rester acteur de sa santé en se faisant dépister régulièrement par des professionnels de santé afin de prévenir des problèmes de santé tant sur le plan physique que psychique.

Vous serez alors orienté vers des services ou professionnels compétents en fonction d'une première évaluation.

Vous pourrez faire tester et évaluer votre vue, votre audition, votre mémoire, votre équilibre...

Un bilan nutrition et diabète vous sera également proposé.

Bien vieillir dans les Alpilles



FORUM

Vitaminez votre quotidien

Lundi 10 septembre

Salle Pierre Emmanuel de 9h30 à 16h00
Saint-Étienne du Grès

organisé par



Les partenaires

ADMR, ASEPT, ALP'AGES COORDINATION, A3, CARSAT, L'INTERCOMMUNALITE VALLEE DES BAUX-ALPILLES, HÔPITAUX DES PORTES DE CAMARGUE, MAIRIE DE SAINT ETIENNE DU GRÉS, PÔLE INFOS SENIORS, VIVRE-LA-VIE, AIDADOMI, MSAD, FDSEA, SOLEIL FM, CLE DES AGES, ASSOCIATION GYM DOUCE

Ne pas jeter sur la voie publique



SAINT-ÉTIENNE DU GRÈS
Porte des Alpilles





Bien vieillir dans les Alpilles



lundi 10 septembre 2018

de 09h30 à 16h00

Salle Pierre Emmanuel - Saint-Étienne du Grès

La municipalité de Saint-Étienne du Grès et le Pôle Infos seniors Durance Alpilles Alp'Agés Coordination organisent deux journées gratuites d'information et de prévention au profit des séniors de la communauté de Communes Vallée des Baux-Alpilles.

Vitaminez Votre Quotidien

Lundi 10 septembre 2018

de 9h30 à 16h00

Salle Pierre Emmanuel à Saint-Étienne du Grès
Forum ouvert à tous, entrée gratuite

Espace exposition autour d'activités proposées au quotidien sur la Vallée des Baux : ateliers photo, informatique, culture, gym, voyage, yoga, qi gong, ostéopathie... démonstration culinaire. Ils seront à votre écoute pour tout renseignement.

En présence de l'association En'Ve, un accompagnement de la personne vers le mieux-être vous sera proposé avec des séances de découvertes gratuites de réflexologie plantaire, naturopathie, massage crânien, kinésiologie, créativité...

Séances gratuites d'initiation
avec le soutien de MALAKOFF-MEDERIC

Yoga du Rire et Sophrologie ludique et récréative

Toute la journée (durée 1 heure, salle de l'ancienne maternelle, cour de la Mairie)

Inscription préalable au 04 90 92 60 05

Si vous ne pouvez pas vous déplacer, veuillez contacter le 04 90 92 60 05, un service de transport accompagné est mis en place.

INSCRIPTION AUX ATELIERS

qui débiteront le 20 septembre 2018 à Saint-Étienne du Grès

« Plaisir, sécurité, et sérénité au volant » avec le soutien de la CARSAT

« Bien sous la couette » avec le soutien de l'ASEPT

« Le Yoga du Rire et sophrologie ludique et récréative »

avec le soutien de MALAKOFF-MEDERIC

Conférence

« La retraite : se connaître, s'adapter, prendre plaisir »

Mercredi 10 octobre 2018

de 14h00 à 16h00,

Salle du Conseil, Mairie de Saint-Étienne du Grès
Venez nombreux !