

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



Tarn



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 tracasseries »

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