



Seniors : prenez votre santé en main !

Ateliers santé gratuits

Du mardi 24 mars au vendredi 12 juin 2020

A Toulouse, dans trois quartiers : la Reynerie, Bellefontaine et les Pradettes :

Espace senior Reynerie, 14 Place André Abbal

- Réunion de présentation : le 10 mars à 14h
- Ateliers du 24 mars au 26 mai, de 14h à 16h

Centre social Bellefontaine, 3 impasse Foulquier

- Réunion de présentation : le 13 mars à 9h30
- Ateliers du 27 mars au 12 juin, de 9h30 à 11h30

Restaurant Solidaire seniors des Pradettes, 7 rue Ferdinand de Lesseps

- Réunion de présentation : le 13 mars à 14h
- Ateliers du 27 mars au 12 juin, de 14h à 16h

Inscription au cycle de 8 ateliers : lors des réunions de présentation ou par téléphone ALLÔ SENIORS : 0800 042 444 (appel gratuit depuis un poste fixe).

La Mutualité Française Occitanie et la Mairie de Toulouse, avec le soutien de la CARSAT Midi-Pyrénées et de ses partenaires, invitent les seniors à participer à un cycle de 8 ateliers multithématiques animés par des professionnels spécialisés. Ces rencontres sont organisées du 24 mars au 12 juin 2020 à Toulouse.



Au programme : 8 ateliers

- Atelier 1 : Mon alimentation au quotidien
- Atelier 2 : L'heure du conte
- Atelier 3 : Bien-être au naturel
- Atelier 4 : Prendre soin de ma vue
- Atelier 5 : Prendre soin de mon audition
- Atelier 6 : Dépistages vue et audition
- Atelier 7 : Bouger c'est la santé
- Atelier 8 : Partager de bons moments

Ces ateliers seront animés par : une diététicienne, un opticien, un audioprothésiste, un conteur, un botaniste et un animateur sportif.

A PROPOS DE LA MUTUALITÉ FRANÇAISE OCCITANIE :

La Mutualité Française Occitanie est un acteur incontournable de la politique de santé sur la région. Elle participe activement au maintien d'une protection sociale solidaire, d'un accès aux soins pour tous et à l'évolution de notre système de santé. Son rôle est aussi d'accompagner les mutuelles, notamment en favorisant le militantisme de proximité et en donnant aux élus mutualistes les moyens d'exercer leur engagement. La Mutualité Française participe au développement et à la promotion de l'économie sociale et solidaire en région.

La Mutualité Française Occitanie rassemble et représente :

- 157 mutuelles, soit 3 200 000 personnes protégées.
- Plus de 488 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 900 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

CONTACT PRESSE : Fannie Gardes – 04.99.58.88.94 – fannie.gardes@mutoccitanie.fr