



## Votre parcours prévention santé !

Parcours santé gratuit, Du 9 au 20 novembre dans l'Aude

- **Mardi 9 novembre à Carcassonne**, Centre social Jean Montsarrat 9001B avenue Jules Verne (9h30 à 17h)  
Sur inscription au 04 68 47 85 73
- **Lundi 15 novembre à Castelnaudary**, Place de Verdun, sur le marché (8h30 à 12h30)
- **Samedi 20 novembre à Palaja**, Centre commercial 28 Rue Lô Moral (10h à 17h)

**La Mutualité Française Occitanie vous invite à participer à un parcours prévention santé individualisé du 9 au 20 novembre, dans l'Aude.**



### Au programme :

Durant un rendez-vous, nous vous proposons :

- **Des dépistages individuels** : vue, diabète, et mesure de la tension artérielle.
- **Des expositions sur chaque thématique** : vue, glycémie et tension.

### Intervenants :

- Opticien.
- Infirmière.

Il est recommandé d'être acteur de sa santé en prenant soin de soi au quotidien. Ce parcours santé permettra de mieux cerner l'évolution de la vue au fil des âges (tout en identifiant les moyens de les préserver) et permettra de sensibiliser sur les risques liés aux maladies cardiovasculaires (diabète et hypertension), afin de favoriser une prise en charge précoce.

Action menée en partenariat avec : l'Assurance Maladie de l'Aude, Carcassonne Agglo, les Opticiens Lunetiers Sans Frontières, l'Association Française des Diabétiques, le centre hospitalier de Castelnaudary, la ville de Castelnaudary et la commune de Palaja.

*Action réalisée dans le respect des règles sanitaires en vigueur. Pass sanitaire obligatoire.*

### A PROPOS DE LA MUTUALITE 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 :

- 132 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