



## Votre parcours prévention santé !

Parcours santé dans le Lot

**Judi 20 octobre à Saint-Céré, Maison de Santé, 171 Impasse Antoine de Saint-Exupéry**  
**RDV individuel (1h40) entre 9h et 17h20**

Gratuit sur inscription au 05 34 44 33 20 (9h30-12h30 / 14h-17h du lundi au vendredi)

**La Mutualité Française Occitanie vous invite à participer à un parcours prévention santé individualisé à Saint-Céré, le 20 octobre.**



### Au programme :

Durant un rendez-vous d'1h40, plusieurs horaires sont programmés :

- de 9h à 10h40
- de 10h40 à 12h20
- de 14h à 15h40
- de 15h40 à 17h20

Durant ce parcours santé, nous vous proposerons :

- **Des dépistages individuels :** vue, audition, diabète, et mesure de la tension artérielle.
- **Des expositions sur chaque thématique :** vue, audition, glycémie et tension.
- **Un stand « Prenons soin de ceux qui aident » :**  
être aidant et rester en bonne santé, avec :
  - Une exposition
  - Des conseils pour être accompagné

### Intervenants :

- Médecin ORL
- Infirmier
- Opticien
- Professionnel spécialiste de l'aide aux aidants

Action menée en partenariat avec : la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé (CPTS) du nord du Lot, la Communauté de communes "Causses et Vallée de la Dordogne", le Pôle d'Equilibre Territorial et Rural Grand Quercy, le Département du Lot, le Dispositif d'Appui à la Coordination du Lot, le Maison de Santé Pluridisciplinaire de Saint-Céré et la Mutualité Française du Lot.

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

### 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 500 Services de soins et d'accompagnement mutualistes : cliniques, centres d'optique, centres dentaires, crèches, EHPAD, etc.
- Plus de 800 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

**CONTACT :** Boris Sanmartin – 06 20 86 16 82 – [boris.sanmartin@mutoccitanie.fr](mailto:boris.sanmartin@mutoccitanie.fr)