



## Seniors, ma santé sur mesure !

Parcours santé du 30 septembre au 12 octobre 2023

De 9h à 12h30 ou de 14h à 17h30, dans le Tarn-et-Garonne

- **A Montaën** : Samedi 30 septembre *En partenariat avec la Mairie*
- **A Moissac** : Mercredi 4 octobre

Tests réalisés lors du Forum Santé organisé par le CCAS de Moissac, dans le cadre de la Semaine Bleue

- **A Montbeton** : Jeudi 5 octobre

Tests réalisés dans le cadre du Forum des Aidants, organisé par le Pôle Partenaires Aidants 82

- **A Caussade** : Jeudi 12 octobre *En partenariat avec le CCAS et la Mairie de Caussade*

Sur inscription au 05 31 48 11 55 (du lundi au vendredi de 9h à 19h)

Le lieu sera confirmé lors de l'inscription.

Gratuit, pour vous et vos proches. Dans la limite des places disponibles.

La Mutualité Française Occitanie, dans le cadre de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie, invite les seniors à participer gratuitement à des tests (vue, audition, tension, glycémie, fragilité) afin d'adopter des comportements favorables au bien vieillir en prenant un temps pour soi et pour les autres (initiations aux gestes de premiers secours et informations sur les aides aux aidants). Ce parcours de santé est organisé du 30 septembre au 12 octobre dans 4 villes du Tarn-et-Garonne.



### Au programme :

- Un test de la vue réalisé par un opticien ;
- Un test de l'audition réalisé par un audioprothésiste ;
- Une prise de tension et un dépistage du diabète réalisés par une infirmière ;
- Un dépistage de la fragilité réalisé par une infirmière avec la présentation du dispositif de prévention ICOPE\* ;
- Un atelier « Aide aux aidants et accès aux droits » : informations sur la santé et l'accès aux droits sociaux et les dispositifs de soutien et d'aide aux aidants ;
- Une initiation aux gestes de premiers secours.

Des expositions sur chaque thématique (vue, audition, glycémie et tension) viendront illustrer la journée.

### 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.
- Près de 750 actions par an de prévention et promotion de la santé, dédiées au grand public et aux adhérents mutualistes.

CONTACT PRESSE : Boris Sanmartin – 06 20 86 16 82 – boris.sanmartin@mutoccitanie.fr