



JOURNÉE SANTÉ SENIORS



À pied ou à vélo
faisons le point !

GRATUIT
SUR INSCRIPTION
05 31 48 11 55

Du lundi au vendredi
de 9h à 19h



**À PARTIR DU
14 NOVEMBRE**

De 9h30 à 16h30



**MARGUERITES
ROCHFORT-DU-GARD
SAINT-PRIVAT-
DES-VIEUX**

**SAINT-QUENTIN-
LA-POTERIE**

SAUVE

VAUVERT

Lieu communiqué lors de l'inscription

Partenaires :



Cette action vous est proposée dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

C'est autour d'une volonté de mutualiser les forces pour préserver l'autonomie des plus de 60 ans, que la CNSA a souhaité fédérer un ensemble d'acteurs, dont la Mutualité Française Occitanie, dans le cadre d'une conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

Pilotés par le Conseil départemental, en lien avec l'Agence Régionale de Santé, ces acteurs s'engagent à agir pour sensibiliser les seniors aux clés du « bien vieillir » et apporter des réponses de proximité.

**Action financée par le département du Gard
au titre de la conférence des financeurs
de la prévention de la perte d'autonomie**



Union régie par le code de la Mutualité - N° SIREN : 438 320 632 - Communication MFO 2023 - Crédit photo : Adobe Stock



Les plus de 65 ans sont particulièrement vulnérables sur la route, ils représentent 25% des personnes tuées dans un accident de la route. Pour maintenir son autonomie, se déplacer en toute sécurité, des gestes simples de prévention s'imposent.

La Mutualité Française Occitanie vous propose, dans le cadre de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie, de **participer gratuitement à une journée de sensibilisation et de tests sur la sécurité à pied ou à vélo** autour d'interventions de professionnels, de dépistages individuels et d'ateliers ludiques.

Programme

Matin • Révision du code de la route

Les participants feront le point sur les nouveaux panneaux de circulation et la réglementation en vigueur, avec un focus sur les règles applicables aux cyclistes et piétons.

Après-midi • Ateliers de prévention

En sous groupe, les participants s'initieront aux gestes de premiers secours en cas d'accident sur la voie publique, participeront à un atelier sécurité à vélo et mécanique et pourront faire un dépistage de la fragilité avec le programme ICOPE et un dépistage de la vue.

Intervenants

- ▶ Noah Cardona, moniteur de VTT - Savoir Rouler à Vélo
- ▶ Intervenant aux gestes de premiers secours - Association APASS
- ▶ Infirmière qui réalisera des dépistages dans le cadre du programme ICOPE
- ▶ Opticien



Le midi, les repas*, tirés du sac, seront pris en commun

* dessert offert par la Mutualité Française Occitanie

Agenda

ROCHEFORT-DU-GARD

mardi **14 novembre**
DE 9H30 À 16H30

VAUVERT

jeudi **16 novembre**
DE 9H30 À 16H30

SAINT-QUENTIN-LA-POTERIE

mardi **21 novembre**
DE 9H30 À 16H30

SAUVE

jeudi **23 novembre**
DE 9H30 À 16H30

MARGUERITTES

mardi **28 novembre**
DE 9H30 À 16H30

SAINT-PRIVAT-DES-VIEUX

jeudi **30 novembre**
DE 9H30 À 16H30

GRATUIT
SUR INSCRIPTION*
05 31 48 11 55

Du lundi au vendredi
de 9h à 19h

LIEU
précis
communiqué
lors de
l'inscription

*Pour vous et vos proches, dans la limite des places disponibles.