



À pied ou à vélo faisons le point !

Journée santé seniors pour les 60 ans et plus, du 14 au 30 novembre 2023

De 9h30 à 16h30, dans le Gard

- **A Rochefort-Du-Gard** : mardi 14 novembre
- **A Vauvert** : jeudi 16 novembre
- **A Saint-Quentin-La-Poterie** : mardi 21 novembre
- **A Sauve** : jeudi 23 novembre
- **A Marguerittes** : mardi 28 novembre
- **A Saint-Privat-Des-Vieux** : jeudi 30 novembre

Gratuit sur inscription au 05 31 48 11 55 (du lundi au vendredi de 9h à 19h). Pour vous et vos proches. Les lieux précis seront communiqués lors de l'inscription. Dans la limite des places disponibles.

La Mutualité Française Occitanie invite les seniors, dans le cadre de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie, à une journée gratuite 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.



Au 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.
- Un intervenant aux gestes de premiers secours – Association APASS.
- Une infirmière qui réalisera des dépistages dans le cadre du programme ICOPE.
- Un opticien.

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

** dessert offert par la Mutualité Française Occitanie*

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 :

- 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 : Justine MANDROU – 06 23 10 10 14 – justine.mandrou@mutoccitanie.fr