

UNE APRÈS-MIDI POUR PRENDRE SOIN DE SON CŒUR

Prévention et sensibilisation
de l'insuffisance cardiaque et
des facteurs de risque
cardiovasculaires



GRATUIT
SANS INSCRIPTION

OUVERT
A TOUS!



LE
2 JUILLET
DE 14H à 17H



SALLE POLYVALENTE
MICHEL TARREINBERGUE
PONT-DE-ROIDE

AU PROGRAMME

La prévention, c'est le meilleur des traitements !

ATELIER 1



AUTO-MASSAGE

Prenez un moment
pour vous et votre
bien être

ATELIER 2



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

Venez avec une
tenue adaptée, un
tapis de gym si
possible et de l'eau

ATELIER 3



DIÉTÉTIQUE

Des conseils simples
pour limiter le sel au
quotidien



STANDS DE
PROMOTION
DE LA SANTÉ



DÉPISTAGE +
SENSIBILISATION
A L'INSUFFISANCE
CARDIAQUE



CONSEILS +
ÉCHANGES AVEC
PRO DE SANTÉ



COLLATION
OFFERTE