

Bien vieillir chez vous

à partir de
60 ans

ATELIER DE PREVENTION SANTE J'ai ma santé à cœur

Nombre
de places
limité

Avec l'âge, certaines pathologies se manifestent. Notamment celles touchant le système cardiovasculaire. Il est toutefois possible de retarder leur apparition en modifiant ses habitudes et en adoptant de bons comportements.

Nous aborderons :

- Le vieillissement de notre système cardiovasculaire
- Les pathologies les plus fréquentes
- Les facteurs de risques
- La prévention

Dates à retenir :

- Le 30 novembre 2021 : Rendez-Vous Info Santé (2h)
- Le 7 décembre 2021 (3h)

**Les mardis
à 14h**

Salle communale

24 Grande rue

70 000 Valleriois Lorioz



Gratuit

Inscriptions et renseignements

Auprès de la **Communauté Communes Pays de Montbozon et du Chanois**
Sur place ou par téléphone au **03 84 92 34 70**

*Cette action est animée par : Mr Etievent : médecin et président de l'Association de Cardiologie de Franche Comté,
Avec la participation d'une diététicienne, d'infirmières et d'un professionnel de l'activité physique adaptée*