



RENDEZ-VOUS

Prévention des maladies cardiovasculaires : Et si vous boostiez votre santé ? à Coudekerque-Branche à partir du 17 mai

Savez-vous que la pratique d'une activité physique régulière ainsi qu'une alimentation équilibrée et variée sont des facteurs protecteurs face aux maladies cardiovasculaires ?

Parce qu'il n'y n'a pas d'âge pour prendre soin de sa santé, la Camieg en partenariat avec la CRPCEN et la CMCAS Littoral Côte d'Opale vous propose de participer au parcours de prévention « Et si vous boostiez votre santé ? ». Cet atelier de prévention des maladies cardiovasculaires, composé de 4 séances collectives et thématiques de 2 h, vous donnera des clés utiles, des repères théoriques et concrets pour préserver votre santé au quotidien.

Animé par des professionnels de santé, cet atelier permet un tour d'horizon complet sur les maladies cardiovasculaires, l'alimentation, l'activité physique, et les gestes qui sauvent. Profitez-en !

L'atelier se déroulera les vendredis 17, 24, 31 mai et 07 juin de 9 h 30 à 11 h 30 dans les locaux de l'association santé Préval situés 2, Place de la Convention, Bat EPIS.

Vous êtes intéressé ? Confirmez votre participation en vous complétant le formulaire d'inscription en ligne au lien suivant :

<https://camieg.questionnaireweb.com/form/222060/s/?id=JTk3bSU5NGglOUllQjA%3D&a=JTk2ayU5M2glOUlMIQTk%3D>

Les inscriptions sont également :

- par courriel à camieg-prevention-hdf@camieg.org
- sur le répondeur prévention de la Camieg au 03 62 53 78 15
- en flashant le QR Code ci-contre

