



Données cartographiques : © IGN, FEDER, Préfecture de la région Grand-Est



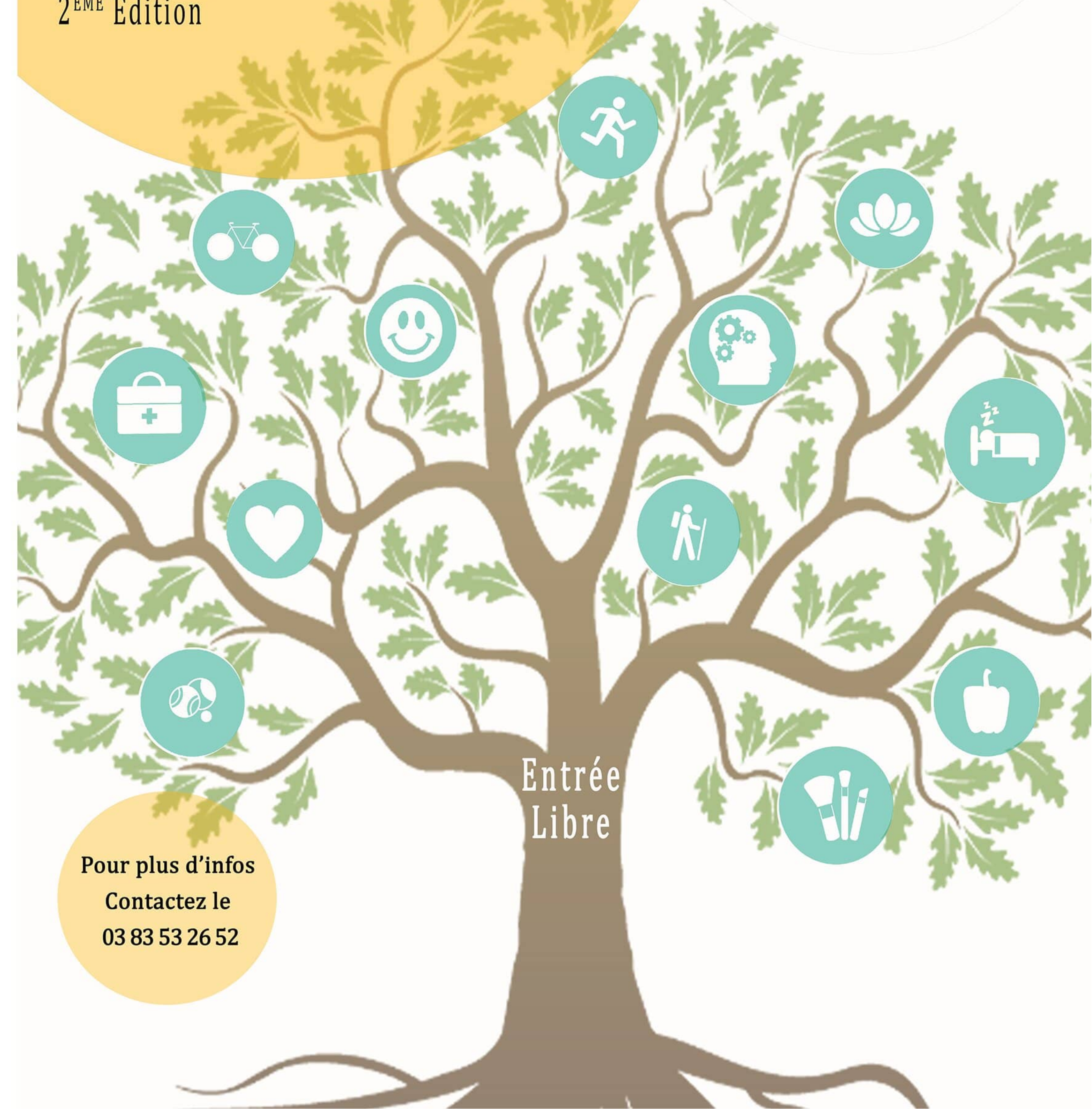
Avec la participation de :



# FORUM Santé & Bien - Être

2<sup>EME</sup> Edition

Jeudi  
20 Octobre 2022  
de 10h à 16h  
Maison de la Vie Associative  
Neuves-Maisons



Pour plus d'infos  
Contactez le  
03 83 53 26 52



# Découvrez et Testez la Santé près de chez VOUS

## TOMBOLA

Nombreux lots à gagner  
2 tirages

## Ateliers Bien-Être

Inscription sur place

A l'étage

Mieux Dormir  
A 10h30  
& 15h



Rigologie  
A 10h30  
& 15h

Socio-esthétique  
A 11h30  
& 13h45



Sophrologie  
A 11h30  
& 13h45

## Ateliers Santé

Hall

### Espace Prévention

Rencontrez des professionnels à votre écoute et testez votre santé

Infirmières ASALEE  
Médecine Préventive

### Espace Jeux

Découvrez la santé en vous amusant

Jeux sur l'alimentation  
Jeux sur les émotions



### Espace Cuisine

Manger sans se ruiner  
Recettes faciles à réaliser  
Dégustation...



## Ateliers en Mouvement

Tenue adaptée et baskets à prévoir

### Vélo\*

Testez votre agilité/équilibre  
Découvrez le vélo électrique  
Parcours en ville (11h et 14h, sur inscription).

\*Prêt de vélos et d'équipement sur place

Parking



### Activité Physique Adaptée

Venez tester votre forme  
Expérimentez des exercices  
Informez-vous avec Prescri Mov'

Intérieur

### Jeux de plein-air et de loisirs

Pétanque  
Molky  
Quiz Santé



Résidence A. Briand

Prenez soin de vous !