

SAINTE-JAMMES

Une conférence-débat, le 3 mai, sur la santé des seniors

Après le succès de la réunion qui s'est tenue le 22 mars dernier à Ger, l'Association de santé d'éducation et de prévention sur les territoires (Asept) Sud Aquitaine organise une nouvelle conférence-débat pour les seniors, le vendredi 3 mai, de 10 heures à 12 heures, à la Maison pour tous de Saint-Jammes.

En collaboration avec la mairie, cette conférence-débat « Seniors, votre santé a de l'avenir » sera animée par un professionnel de santé.

Gratuit pour tous

Ce rendez-vous propose des conseils simples et des gestes à adopter pour prendre soin de sa santé. Il vise à sensibiliser les participants sur différents sujets : l'audition, la vision, l'activité physique, les médicaments ou encore le sommeil.

Cette matinée est accessible gratuitement et réservée aux personnes âgées de plus de 55 ans, sur inscrip-



L'Asept propose de nombreux rendez-vous comme des ateliers mémoire.

ARCHIVES ASEPT

tions par téléphone au 05 59 80 98 88 ou directement sur le site de l'Asept, www.asept-sudaquaine.fr

T. L.