

# Les seniors invités à prendre soin de leur santé avec l'action Avant'Âges

La 5<sup>e</sup> édition de l'action Avant'Âges se déroulera mardi 21 septembre de 10 heures à 17 heures à la salle des spectacles de Réquista organisée par l'association La Clauze en partenariat avec le Point Info Seniors du Réquistanais, le Pôle de Santé du Réquistanais et des 7 vallons et le centre de soins infirmiers du Réquistanais. Les seniors de plus de 60 ans du territoire du Réquistanais ont déjà reçu une invitation par courrier. Cette action de promotion de la santé, financée par la Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie de l'Aveyron, se présentera cette année sous un format particulier pour tenir compte du contexte sanitaire Covid.

## Un passeport personnalisé

L'action Avant'Âges s'organise en 9 espaces thématiques dont l'espace spécifique Covid mobilisant les partenaires, professionnels de santé et acteurs locaux pour permettre aux seniors de s'informer,



L'édition précédente avait obtenu un grand succès auprès des seniors.

de se tester, de prendre soin de leur forme et de leur santé. Un « passeport prévention personnalisé » leur sera remis et les orientera facilement vers les stands correspondant à leurs attentes.

Au fil de l'après-midi, des initiations sportives seront proposées et récompensées par une tombola gratuite. Pensez à vous inscrire en retournant le coupon réponse avant le 15 septembre, l'entrée est gratuite et le repas offert aux personnes de plus de 60 ans. Le nombre de place est limité en raison du

contexte sanitaire, les participants devront présenter leur pass sanitaire à l'entrée, l'action se déroulera dans le respect des gestes barrières et des mesures de précaution.

*Renseignements  
au 05 65 46 67 30  
auprès de Caroline Boudes.*