



# Les infos du Contrat Local de Santé du Pays de Tarascon

## Mai 2024

En cours

### Ateliers « Flamant Rose »

Vous avez plus de 60 ans ? Venez participer à des séances d'activité physique adaptée pour **travailler votre équilibre et lutter contre les chutes**.

Les séances ont lieu le lundi de 16h30 à 17h30 à Amplaing. Il reste quelques places.

Renseignements et inscriptions : 03 10 93 06 60 – [groupe@ete-indien-editions.fr](mailto:groupe@ete-indien-editions.fr)

Gratuit grâce au soutien financier de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie de l'Ariège.

[Infos Ateliers Flamant Rose](#)



A partir  
du  
14 mai

### Cultivons notre santé



Parce que **le jardinage est un bon moyen pour entretenir sa santé physique, psychologique et sociale**, la Mutualité Française propose des ateliers pour les seniors. Au programme : balade botanique, alimentation de saison, adaptation environnementale, consommation des plantes ...  
A Ornolac - Ussat les Bains - Le Mardi de 9h30 à 11h30 du 14 mai 2024 au 18 juin 2024.

Gratuit grâce au soutien financier de la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie de l'Ariège.

Renseignements et inscriptions : 05 31 48 11 55.

[Infos Ateliers Cultivons notre santé](#)

30 mai

### Prévention Audition

L'audition joue un rôle majeur dans l'équilibre de notre santé et dans notre vie sociale.

Quel que soit votre âge, venez participer à « **L'audition en questions** ».

Au programme : de l'**information** sur l'audition, sur les troubles auditifs, de la prévention, du **dépistage** par des professionnels de santé.

Jeudi 30 mai 2024 de 10h à 12h à la Salle des Fêtes d'Arignac. Gratuit et ouvert à tous.

[L'audition en questions - Affiche](#)



### Tiques, moustiques tigres, chenilles processionnaires

Au printemps, c'est le moment de renforcer la **vigilance** contre les tiques, les moustiques tigres et les chenilles processionnaires, qui engendrent des risques pour la santé.

Pour en savoir plus et se protéger, voici 3 films de moins de 2 minutes :

[2 minutes tout compris - Les tiques](#)

[Tout savoir sur le moustique tigre](#)

[Les risques liés aux chenilles processionnaires](#)

**A visionner et à diffuser autour de vous !**

