

# Check-Up santé

Ouvert aux jeunes de  
plus de 60 ans



Ateliers de prévention  
et d'informations

Bilan **nutritionnel**, test de **condition physique**, bilan **visuel**, bilan **auditif**, bilan **mémoire**, **glycémie**, stands d'**informations**, techniques de **relaxation**...

**VENDREDI 29 MARS 2024**

De 9H30 à 12H30 et de 13H30 à 16H30

**Maison du Tourisme**

Salle Raoul Dufy, 2<sup>ème</sup> étage  
Rond-Point de l'Hôtel de Ville

**MARTIGUES**

**INFORMATION : Pôle Infos Seniors du Pays de Martigues 04.42.41.18.47**

## Au programme

# Check-Up santé

Ateliers de  
prévention  
et de  
dépistage :

- Bilan visuel par un opticien
- Bilan auditif par un audioprothésiste
- Bilan alimentaire par une diététicienne
- Bilan de la mémoire par une psychologue
- Bilan de la glycémie et de l'ostéoporose par des infirmières
- Test de condition physique par une enseignante en activité physique adaptée
- Aménagement de l'habitat par un ergothérapeute
- Accès aux droits avec la présence de la CARSAT Sud-Est et de la CPAM 13
- Initiation aux techniques de relaxation par une sophrologue
- Stand d'information « Bon usage du médicament », animé par Christine, Docteure en pharmacie
- Parcours équilibre par une podologue
- Stand d'information par le Pôle Infos Seniors et Le Maillon



Bouches-du-Rhône

