

JOURNÉE SANTÉ DE LA FEMME

**UN PARCOURS DE PREVENTION 100% GRATUIT
POUR LES FEMMES DE 50 À 65 ANS**



CHARGE MENTALE



**ALIMENTATION &
ACTIVITÉ PHYSIQUE**



**ÉQUILIBRE & POSTURE
RISQUE DE CHUTE
COMBINAISON SENSORIELLE
VIÉILLISSEMENT**



**MES HORMONES
MÉNOPAUSE ET SUPPLÉMENTATION
ACTIVITÉ PHYSIQUE EN CHARGE**



**UN PÉRINÉE
EN BONNE SANTÉ**



AUTO-PALPATION

**INFORMATION SUR LE DÉPISTAGE DES CANCERS
(SEIN, UTÉRUS, COLORECTAL)**

**SALLE LA TANNERIE
RUE DE LA RÉPUBLIQUE
37110 CHÂTEAU-RENAULT**

**MARDI 10 MARS 2026
10H/12H - 14H/16H**

**INITIATION SELF-DEFENSE GRATUIT
30 PLACES, SUR INSCRIPTION**

