

33^e
ÉDITION

Semaines d'information
SUR
la santé mentale

DU BASSIN ALESIEN

10 - 23 OCTOBRE 2022



POUR MA SANTÉ MENTALE,
AGISSONS POUR NOTRE
ENVIRONNEMENT

Entrée libre et gratuite, sur inscription

Renseignements et Inscriptions auprès de Reseda
Tel : 04 30 38 02 05 / secretariat@reseda-santecevennes.fr

JOURNEE PARCOURS SANTE

Jeudi 20 octobre 2022

de 10h à 16h

Repas tiré du sac
Au Centre Hospitalier
Alès Cévennes

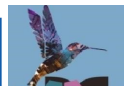
811 avenue du Dr Jean Goubert Alès
(parcours santé en face de l'IFSI)

Les bienfaits de l'activité physique ne se limitent pas au corps ! Avoir une activité physique régulière, c'est aussi prendre soin de sa santé mentale.

Ateliers Sport adapté - Orientation-chasse à l'image, Savoir rouler à vélo, Equilibre, Coopération (footgolf/hand), Adresse (carabine laser/pétanque/tir à l'arc), Evaluation de la condition physique...)

Ateliers alimentation, consommation d'énergie, qualité de l'air...

Et forum d'associations



Service d'Entraide Protestant
Association loi 1901 reconnue d'intérêt général



GARD

Réseaux de santé du bassin alésien