

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE

## Dès 60 ans, adoptez les bons réflexes avec les Ateliers Vitalité

D'après une récente étude, 6 Français sur 10 se disent inquiets par le vieillissement mais près de 70% d'entre eux ne l'anticipent pas (Ifop-Synerpa 2017). Il est pourtant possible d'agir dans plusieurs domaines pour préserver son capital santé, et mieux appréhender les changements liés à l'avancée en âge.

Dans le cadre de ses actions de prévention, la Mutualité Sociale Agricole Loire-Atlantique - Vendée met en place un cycle de 6 ateliers Vitalité sur la commune de Corsept en partenariat avec le GUIPA CLIC.

A travers des thèmes comme la place des seniors dans la société, la nutrition, le bien-être ou le logement, ces ateliers nous invitent à questionner nos représentations et à identifier les points clés à prendre en compte pour préparer son vieillissement afin de rester acteur de son bien-être et de sa santé.

### En pratique :

Une réunion de présentation des ateliers, gratuite et ouverte à tous, est prévue :

**Le mardi 19 février 2019  
à 10h  
Manoir du Pasquiaud  
Le Pasquiaud  
CORSEPT**

**Les inscriptions aux ateliers se feront à l'issue de la réunion.**

Toute personne à partir de 60 ans, peut s'inscrire quel que soit son régime de sécurité sociale.

Le cycle d'ateliers débutera le mardi 5 mars de 9h30 à 12h00 au Manoir du Pasquiaud à Corsept.

**Tarif : 20 euros pour l'ensemble du cycle.**

Pour tout renseignement, veuillez contacter le Pôle Prévention MSA : 02 40 41 30 83