

CONSOM'INFO MAIL

AGENDA - JUILLET 2014



Bien vieillir chez soi

Quels sont les dangers au sein de son logement ?

Comment aménager son habitation ?

Que faire en cas de chutes ?

Comment les prévenir ?

Se prémunir contre les chutes



La Consom'Boutique du CCAS vous invite à un atelier de prévention des chutes pour les seniors avec l'association «Accrochez nous à la Vie ! »

ENTREE LIBRE ET GRATUITE

MARDI 1ER JUILLET 2014 de 9h30 à 11h30

Pôle Seniors, Residence du Val

504 quartier du val, Hérouville St Clair



Télex : Consom'Boutique - 02.31.45.34.37 - 405 quartier haute Folie 14200 Hérouville Saint Clair

La Consom'Boutique
sur internet

Retrouvez toutes les actualités, des fiches conseils, des livrets de recettes... sur le site internet de la ville :

www.herouville.net/La-Consom-boutique-du-CCAS

Santé

À la mer, en montagne, à la campagne et même en ville, protégez-vous du soleil !

4 gestes simples :



ÉVITEZ LES HEURES LES PLUS ENSOLEILLÉES

entre 12h00 et 16h00 et recherchez l'ombre



PROTÉGEZ ENCORE PLUS VOS ENFANTS



COUVREZ-VOUS avec un chapeau, des lunettes et un t-shirt



APPLIQUEZ DE LA CRÈME SOLAIRE

toutes les 2 heures et renouvelez-la après chaque baignade

Pour plus de renseignements :
www.prevention-soleil.fr

Pour toutes questions, inscriptions ou autres renseignements :

Consom' Boutique - CCAS

405 Quartier Haute Folie 14200 Hérouville-Saint-Clair
02.31.45.34.36 - consomboutique@herouville.net