

La tournée « *Bon été, bons réflexes* » arrive en Ariège

L'opération régionale de prévention en santé *Bon été Bons réflexes 2025* poursuit sa tournée en Ariège. Organisée par l'Agence régionale de santé, elle se déploiera en Occitanie jusqu'au 22 août afin de promouvoir les bons réflexes tout au long de l'été auprès des habitants et des touristes.

Pour profiter pleinement de l'été sans prendre de risques pour soi-même ni en faire courir à son entourage, **il suffit d'adopter les bons réflexes**. De simples gestes suffisent face au soleil, aux moustiques tigres, aux tiques, mais également pour apprécier la qualité des eaux de baignade, pour rester en forme en surveillant sa consommation de sucre et en pratiquant une activité physique. Venez échanger avec l'équipe d'animation et participer aux ateliers pédagogiques et ludiques accessibles à tous.

Bénéficiez également d'un **dépistage des risques cardiovasculaires** sur chacune des 26 étapes de la Tournée. Des entretiens individuels de santé et de prévention de 20 minutes, gratuits, sont proposés et conduits par un infirmier : indice de masse corporelle (IMC), test lipidique et test d'hémoglobine, mesure de la tension, poids, conseils...

La tournée *Bon été bons réflexes*, qui s'adresse à toutes et tous, s'organise avec un partenariat fort sur chacune des 26 étapes (collectivités territoriales, Contrats locaux de Santé...).

Rendez-vous à :

Bethmale - Lundi 4 août 2025

Lac de Bethmale, de 11h à 15h30

Dépistage des risques cardiovasculaires, de 9h à 18h

Tarascon-sur-Ariège – Mardi 5 août 2025

Parc de la Préhistoire, Route de Surba – Banat, de 14h à 18h

Dépistage des risques cardiovasculaires, de 9h à 18h





La parole à :

« Le Contrat Local de Santé porté par la communauté de communes Couserans Pyrénées participe activement à la tournée « Bon été, bons réflexes 2025 ». Ce contrat a l'ambition de favoriser la santé de l'ensemble de la population. Cela commence par les réflexes à adopter pour l'été, mais pas que. En allant au-devant des touristes et des habitants, en proposant cette animation dans un lieu emblématique du Couserans, nous souhaitons profiter des vacances où l'on est peut-être plus réceptif aux messages. Nous invitons toutes les personnes à venir bénéficier des conseils des professionnels de la prévention ».



Jean-Noël VIGNEAU,
Président de la Communauté de Communes
Couserans Pyrénées

Jocelyne FERT, vice-présidente
en charge de la santé

« C'est avec grand plaisir que nous accueillons la tournée "Bon été, bons réflexes" sur le Pays de Tarascon. Dans un territoire rural comme le nôtre, ces actions de proximité sont précieuses. Elles permettent de sensibiliser aux bons gestes de prévention estivale : protection contre la chaleur, piqûres, risques liés à la baignade ou encore comportements responsables en période de vacances. Cette initiative, conviviale et accessible à tous, renforce le lien entre les habitants, les professionnels de santé et les institutions. Elle est aussi l'occasion de valoriser notre engagement collectif pour la santé publique et le bien-être de chacun. Merci à l'ARS pour cette tournée et à tous les partenaires locaux qui rendent cette journée possible.



Philippe PUJOL,
Président de la Communauté
de Communes du Pays de Tarascon

Je vous souhaite à toutes et à tous un bel été... avec les bons réflexes ! »

« C'est sur le terrain, avec tous les acteurs de proximité que nous renforçons l'accès à la santé et à la prévention. Nous remercions toutes les collectivités, les professionnels de santé, institutions et associations qui sont mobilisés à nos côtés pour accueillir et dynamiser chaque étape de cette nouvelles tournée « Bon été, bons réflexes » pour la santé, partout en Occitanie ! »



Didier JAFFRE
Directeur général de l'ARS Occitanie

Agence Régionale de Santé Occitanie
26-28 Parc Club du Millénaire
1025 rue Henri Becquerel
CS 30001 - 34067 Montpellier cedex 2

www.occitanie.ars.sante.fr
Suivez-nous aussi sur Twitter @ARS_OC

Contacts presse ARS :

Vincent DROCHON

Sébastien PAGEAU

Anne CIANFARANI

04 67 07 20 57 / 06 31 55 11 77

vincent.drochon@ars.sante.fr

04 67 07 20 14 / 06 82 80 79 65 (Montpellier)

sebastien.pageau@ars.sante.fr

05 34 30 25 39 / 07 60 37 01 19 (Toulouse)

anne.cianfarani@ars.sante.fr