

## La tournée « *Bon été, bons réflexes* » arrive en Haute-Garonne

L'opération régionale de prévention en santé *Bon été Bons réflexes 2025* poursuit sa tournée en Haute-Garonne. 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, etc.

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, etc.)

Rendez-vous à :

### Bagnères-de-Luchon – mercredi 6 août 2025

Le long de la halle en face de l'espace Nelson Mandela Place Gabriel Rouy, de 8h15 à 13h

Dépistage des risques cardiovasculaires

De 8h15 à 13h : le long de la halle en face de l'espace Nelson Mandela Place Gabriel Rouy

De 14h à 18h : à côté de la mairie 23 allées Etigny,



### Toulouse Plages – jeudi 7 et vendredi 8 août

Prairie des filtres, de 15h à 19h30

Dépistage des risques cardiovasculaires de 9h30 à 18h



La parole à :

« La Ville de Luchon est heureuse d'accueillir, le 6 août prochain, la tournée #Bon été, bons réflexes, une initiative essentielle pour sensibiliser nos habitants et nos visiteurs aux bons comportements à adopter en période estivale. En cette saison qui attire de nombreux touristes, il nous semble primordial de relayer les messages de prévention portés par l'ARS, notamment en matière de santé, d'hydratation, de protection contre les fortes chaleurs et de gestes responsables. Cette action s'inscrit pleinement dans notre volonté de faire de Luchon une station accueillante, prévenante et attentive au bien-être de tous. »



Eric AZÉMAR  
Maire de Bagnères-de-Luchon

MAIRIE DE  TOULOUSE

Jean-Luc MOUDENC,  
Maire de Toulouse,  
Président de Toulouse Métropole

« Toulouse Plages est un vrai bol d'air frais et le plein d'activités sportives et ludiques pour les Toulousains qui ne peuvent pas partir en vacances ou ceux qui sont rentrés un peu trop tôt. Avec nos partenaires, comme l'ARS, nous veillons à ce que chacun puisse profiter de la saison en toute sécurité, malgré les fortes chaleurs. Prévention, sport, bien-être : cet été encore, nous prenons soin de vous. »

« 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](http://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](mailto:vincent.drochon@ars.sante.fr)

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

[sebastien.pageau@ars.sante.fr](mailto:sebastien.pageau@ars.sante.fr)

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

[anne.cianfarani@ars.sante.fr](mailto:anne.cianfarani@ars.sante.fr)