

La tournée « *Bon été, bons réflexes* » arrive dès demain dans le Lot

L'opération régionale de prévention en santé *Bon été Bons réflexes 2025* poursuit sa tournée dans le Lot cette semaine, avec 2 étapes lotoises jeudi et vendredi. Organisée par l'Agence régionale de santé, cette tournée itinérante a sillonné l'Occitanie depuis début juillet 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 :

Carennac - Jeudi 21 août 2025

Animations à La palissade
cœur de bourg près du château
de 11h à 16h

Souillac - Vendredi 22 août 2025

Animations Place du marché
de 9h à 14h



.../...



La parole à :



Thierry CHARTROUX
Vice-Président en charge de la santé
à la communauté de communes
Causse et Vallée de la Dordogne (Cauvaldor)

« Nous sommes ravis d'accueillir une nouvelle fois la Tournée Bon été bons réflexes sur 2 communes du territoire. Cette action, qui s'inscrit pleinement dans le cadre du Contrat Local de Santé, permet d'informer de manière simple et ludique, sur des sujets de santé qui concernent aussi bien les nombreux touristes qui visitent notre région que les habitants de Cauvaldor. »

« 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