

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

L'opération régionale de prévention en santé *Bon été Bons réflexes 2025* poursuit sa tournée dans le Tarn cette semaine, avec 2 étapes tarnaises mardi et mercredi. Organisée par l'Agence régionale de santé, cette tournée itinérante se déploie 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 :

Le Garric - Mardi 19 août 2025

Animations à Cap' Découverte (Parc de loisirs)
de 13h30 à 18h

Dépistage des risques cardiovasculaires sur place
de 10 h à 18h

Ambialet - Mercredi 20 août 2025

Animations sur le marché d'Ambialet de 9h à 13h

Dépistage des risques cardiovasculaires :
Sur le marché d'Ambialet de 9h à 13h,
puis Place de la bascule à Villefranche d'Albigeois
de 14h à 18h





La parole à :



Monts d'Alban et Villefrancois
Communauté de Communes

Les Présidents :
Didier SOMEN et Jean-Luc ESPITALIER

« Nos Contrats Locaux de Santé du Carmausin-Ségala ainsi que celui des Monts d'Alban et du Villefrancois ont à cœur d'accueillir la tournée « Bon été, bons réflexes » pour la deuxième année consécutive. En effet, la prévention et la promotion de la santé en sont des enjeux essentiels sur nos territoires. Ce dispositif de prévention, à destination de tous, propose de s'informer de manière ludique et conviviale en famille ou entre amis sur les risques qui nous entourent l'été. Nous vous souhaitons de passer un bel été tout en adoptant 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