

La tournée « *Bon été, bons réflexes* » arrive en Tarn-et-Garonne

L'opération régionale de prévention en santé *Bon été Bons réflexes 2025* poursuit sa tournée en Tarn-et-Garonne. Organisée par l'Agence régionale de santé, elle 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 :

Molières - Mercredi 13 août 2025

Base de loisirs, de 10h30 à 14h

Dépistage des risques cardiovasculaires, de 10h30 à 14h

Moissac - Jeudi 14 août 2025

Place des Récollets, de 9h à 13h

Dépistage des risques cardiovasculaires, de 9h à 13h





La parole à :

Valérie HEBRAL
Maire de Molières



« Le Contrat Local de Santé en Quercy Caussadais et Quercy vert Aveyron du Pays Midi Quercy est ravi de participer à la Tournée Bon été bons réflexes 2025. La bonne santé de chacun est un enjeu fondamental pour chaque individu, pour sa famille mais aussi pour toute notre société. Ensemble, nous pouvons changer les choses notamment en matière de prévention. Alors pour passer un bon été, et prendre soin de sa santé, adoptons toutes et tous les bons réflexes en santé ! »
« La santé est essentielle, prenons le temps de comprendre et ayons les bons réflexes de santé ! »

« Nous sommes ravis d'accueillir ce jeudi 14 août à Moissac les équipes de la tournée « Bon été, bons réflexes ». Ce rendez-vous permettra aux Moissagais et aux touristes de bénéficier d'un point d'information essentiel sur les bons gestes à adopter pour vivre longtemps et en bonne santé.

La présence d'un infirmier qui proposera des entretiens individuels gratuits pour mesurer la tension et l'IMC et proposer des conseils sur le suivi du poids et la gestion des risques cardiovasculaires est une véritable chance à ne pas manquer ! »



Jérôme POUGNAND
Adjoint au Maire
chargé de la vie
associative

« 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