

# Prev'enBus dans votre village!

Association loi 1901 mobilisée en RURALITÉ pour les + 55 ans



## ANIMATIONS, ATELIERS et CONFÉRENCES

Nombre limité de places

INSCRIVEZ-VOUS VITE au **06.74.75.14.32**

ou sur **contact@prevenbus.com**

**Lundi 18  
septembre**  
Branne.  
RDV 9H30  
St Quentin de  
Baron.  
RDV 14H00

### LA DOULEUR

« Trucs et  
astuces pour  
moins souffrir »

### SOMMEIL

« Le comprendre  
et l'apprivoiser »

### DOMPTER SON TELEPHONE

« Réseaux sociaux,  
applications,  
photos... »

LA MEMOIRE EN  
MOUVEMENT  
« Travailler la  
mémoire  
autrement »

### CONFÉRENCE

« Peut-on  
vraiment éviter  
certains  
cancers? »  
Lundi 18  
septembre  
BRANNE

**Lundi 16  
Octobre**  
Branne  
RDV 9H30.  
St Quentin de  
Baron.  
RDV 14H00

### PRENDRE SOIN DE SOI en respectant son budget

« Fabriquez votre  
shampooing »

FACILITER MA  
RETRAITE  
« Les aides- Les  
réseaux- Les  
droits »

### CONFÉRENCE

« Tabac, poids,  
alcool: pourquoi  
je n'arrive pas à  
changer? Trouver  
la Motivation »  
Lundi 13 Nov  
ST Q. DE BARON

**Lundi 13  
novembre**  
Branne  
RDV 9H30  
St Quentin de  
Baron.  
RDV 14H00

### NOVEMBRE: le MOIS SANS TABAC

« En Novembre,  
on arrête tous de  
fumer! »

### INITIATION A LA SOPHROLOGIE

Une aide pour le  
stress, le  
sommeil, le  
tabac...

**Lundi 11  
décembre**  
Branne RDV  
9H30  
St Quentin de  
Baron  
RDV 14H00

### INFORMATIQUE 1ers PAS

« Ecrire un mail,  
prendre un RDV,  
trier mes photos,  
faire un achat »

LES MEDICAMENTS  
du SOMMEIL ou des  
ANGOISSES  
« Comment les  
diminuer sans en  
souffrir? »

### CONFÉRENCE

« Mieux gérer le  
stress: pourquoi  
et comment? »  
Lundi 11 Déc  
BRANNE

## LES EQUIPES MOBILISEES: 1-Les médecins

Généralistes,  
addictologues,  
dermatologues,



cardiologues...

## 2-Les Educateurs thérapeutiques

En Nutrition, cuisine,  
informatique,



esthétique, activité  
physique adaptée...

## 3-Des pros paramédicaux

Psychologues, infirmières,



Assistantes sociales...

