



COMMUNIQUÉ
Pour diffusion immédiate

**À L'ASCENSION LE 9 JUIN 2009
JOURNÉE DE PRÉVENTION-PROMOTION**

Mont-Laurier, le 26 mai 2009 - Le Centre de santé et services sociaux d'Antoine-Labelle organise, le 9 juin prochain, de 13 h 30 à 19 h 00, à la salle des loisirs de L'Ascension, une journée de dépistage santé pour les adultes. Les personnes âgées de 18 ans et plus de L'Ascension et des environs sont invitées à y participer en grand nombre. L'objectif de cette journée est de prévenir les maladies chroniques.

Infirmière, nutritionniste, travailleur social et autres professionnels seront sur place pour évaluer : glycémie, tension artérielle, questionnaire sur les habitudes de vie, échelle de stress, calcul de l'IMC, etc. Le résultat des tests permettra à chaque personne de faire un bilan et de modifier au besoin ses habitudes avant que celles-ci n'entraînent une maladie chronique.

Ateliers de saines habitudes de vie

Suite à cette journée, neuf ateliers de groupe seront offerts, à toutes les deux semaines en septembre, pour soutenir les adultes intéressés à prendre en charge leur santé. « L'alimentation au cœur de la prévention », « Le plaisir de bouger », « Comment arrêter de fumer sans prendre du poids » sont parmi les thèmes qui seront abordés.

Les activités de saines habitudes de vie seront offertes le jour et le soir pour rejoindre le plus grand nombre possible d'adultes.

Le CSSS d'Antoine-Labelle met en place ces équipes multidisciplinaires en prévention et promotion de la santé pour aider les communautés à développer des connaissances et des habiletés favorisant les saines habitudes de vie auprès des adultes.

Source : *Carole Béland,*
Organisatrice communautaire
819 275-2411poste 3131