

► Prenons notre santé en main !

Cholestérol, hypertension, souffle court ou encore problèmes de vue... n'attendez plus, prenez votre santé en main !



**Prenons
notre Santé
en main**

Du mardi 17 au samedi 21 octobre 2006
de 10h00 à 18h00 à Montrouge

**Venez rencontrer
des professionnels de santé
pour vous informer et évaluer votre forme**

17 octobre : Square Renaudel 19 octobre : Place Messier
18 octobre : Place J. Ferry 20-21 octobre : Place E. Cresp

- ENTREE LIBRE -

En partenariat avec Pfizer




Prévenir des risques

Après le succès l'an passé de l'opération « La santé dans notre assiette », la Ville de Montrouge et Pfizer, entreprise du médicament implantée sur la commune, s'associent de nouveau pour offrir aux Montrougiens une semaine de prévention santé du 17 au 21 octobre 2006.

« Prenons notre santé en main » a pour objectif de vous informer sur les maladies les plus courantes et de vous sensibiliser aux règles d'hygiène de vie aidant à les prévenir ou à retarder leur apparition.

Faites un bilan santé

Organisé dans différents lieux de la ville*, sous la forme d'un village itinérant, « Prenons notre santé en main » s'adresse à tous, petits et grands. Avez-vous du cholestérol ? Quel est l'état de votre souffle ? Vos dents sont-elles saines ? Avez-vous l'œil et le bon ? Et votre activité physique ? Avec cinq espaces dédiés : coeur, souffle, vue et mémoire, hygiène des dents et hygiène de vie, un parcours interactif animé par des professionnels de santé vous permettra de réaliser différents tests et d'en savoir plus sur votre forme actuelle. Infirmiers, médecins, dentistes, et

optométristes... répondront à toutes vos questions et vous orienteront vers votre médecin traitant si nécessaire.

Préserver son capital santé et développer son potentiel vital, quel que soit son âge et tout au long de sa vie, afin de vivre et vieillir en bonne santé, c'est l'affaire de tous et de chacun !■

*17 octobre : square Renaudel

18 octobre : place Jules Ferry

19 octobre : Place Messier

20-21 octobre : place Emile Cresp

Entrée libre et gratuite de 10h à 18h.

INFORMATION LOGEMENT

A compter du 19 septembre 2006, l'ADIL 92 (Association Départementale d'Information sur le Logement) tiendra ses permanences tous les troisièmes mardis de chaque mois, de 9h à 12h au Centre Administratif "Salle C" (2^{ème} étage.)

Pour obtenir un rendez-vous il convient de composer le 0 820 16 92 92.

L'ADIL 92 a pour vocation de dispenser une information juridique neutre et gratuite sur les questions liées au logement.

Site Internet : www.adil92.org

RENCONTRES AVEC FRANCE ALZHEIMER MONTROUGE

Cette association est à votre disposition pour vous informer et vous aider face à la maladie d'Alzheimer. Elle tient une permanence le samedi matin à la Maison de Retraite Madeleine Verdier au 5 Allée de la Vallière. Vous pouvez également prendre rendez-vous au 01 46 42 22 16.

SCLÉROSE EN PLAQUES

L'Association SEP Montrouge 92 a changé de numéro de téléphone. Composez désormais le 08 71 71 32 93.

► Un beau programme pour les Seniors

Tous au Théâtre

L'atelier théâtre d'approfondissement de l'Espace Michel Colucci, dirigé par Jean-Christophe Moncys propose une représentation gratuite de *Lysistrata*, comédie d'après Aristophane.

La représentation a lieu le dimanche 8 octobre à 15h au Théâtre de Montrouge. Le nombre de places étant limité, les inscriptions au Centre d'Action Sociale doivent être impérativement effectuées avant le vendredi 15 septembre 2006.

Point-info : 01 46 12 75 51

Les dernières sorties

« *Merci pour ce voyage si bien organisé. Nous vous remercions.* » Nos anciens sont visiblement heureux de leurs voyages de huit jours en Sicile comme en mai au Pays Basque. Ne doutons pas que la croisière de 9 jours sur le Rhin du 7 au 15



septembre 2006 sera aussi réussie.

C'était Versailles ! Plus de 400 seniors ont participé à la traditionnelle sortie estivale qui se déroulait, cette fois, à Versailles les 1er, 8 et 15 juillet. Ils ont découvert la vie de château du temps de Louis XIV et consorts lors d'une visite commentée des plus belles salles de la demeure royale. Un dîner à proximité a constitué une halte gourmande avant de parcourir en soirée les allées du parc et s'extasier devant les majestueuses

Grandes Eaux qui fonctionnent comme au temps du Roi Soleil.

Sciences et canaux à l'automne. Les 13, 15 ou 19 septembre, une visite guidée et commentée de la Cité des Sciences et de l'Industrie vous permettra de mieux décrypter les expositions permanentes et temporaires. Vous profiterez également d'une mini-croisière sur le bassin de la Villette, le canal Saint-martin et le canal de l'Ourcq.

Renseignements complémentaires au 01 46 12 74 51 ■

► Club Jules Ferry, un Club dynamique et convivial

Venez partager votre expérience et vos connaissances, participer à des activités variées et vivre des moments de détente et d'enrichissement personnel. Rejoignez le Club Jules Ferry et choisissez parmi les activités suivantes :

- Activités manuelles : relier un livre auquel on tient, fabriquer un patchwork à son goût, composer un vitrail aux chaudes couleurs, peindre ou dessiner un portrait ou un paysage...
- Activités ludiques : jouer aux cartes (bridge, belote) ou aux jeux de société (scrabble, échecs, dames...)
- Activités sportives : exercer au billard son talent aux coulés et rétros, entretenir muscles et articulations grâce à la gymnastique au sol, pratiquer la relaxation pour conserver souplesse et décontraction.
- Activités intellectuelles : découvrir l'utilisation de l'informatique en bureautique (word et excel) en multimédia (photo, vidéo), exercer sa mémoire, suivre des conférences (avec films), écouter des contes, lire grâce à la bibliothèque, participer à la chorale du club.

• Activités culturelles : sortir pour des promenades d'une journée dans la région ou faire des voyages plus lointains de quelques jours.

• Activités conviviales : participer à des réunions spontanées et des rencontres amicales, déjeuner en commun ou goûter dans les locaux du Club.

Club Jules Ferry : 61, Place Jules Ferry
Tél.: 01 46 55 25 38.

Rotary Club et Croix-Rouge Française

Le 30 juin dernier, le Rotary Club de Montrouge en la personne de son Président G. Regouby a remis un chèque de 5 000 € à la Croix Rouge de Montrouge. Le don a été remis à Madame Geneviève Hermary, Présidente du comité local de Montrouge de la Croix Rouge Française, en présence de Monsieur Jean-Loup Metton, Maire de Montrouge. Cette somme sera utilisée par l'association humanitaire dans le cadre du renouvellement d'une voiture.

Ce n'est pas la première fois que les membres du Rotary Club de Montrouge se mobilisent en faveur de la Croix Rouge, puisqu'en 1991 ils avaient entièrement financé l'achat d'une camionnette d'intervention toute équipée, et en 1999 ils avaient de nouveau participé à l'achat d'un véhicule.

contact@rotary-parisportedorleans.com
www.rotary-parisportedorleans.com ■

