

Elle concerne aussi bien les femmes que les hommes
vous pouvez agir dès maintenant

Jeudi 5
NOVEMBRE 2026



14H À 18H

SÉZANNE
SALLE DU PRÉTOIRE



L'Ostéoporose

Conférence animée par
le Dr Pauline COMBES
Rhumatologue



CPTS
Sud Marne

A ne pas rater !



**M Infos
Seniors
Marne**

Les ateliers



**L'ostéoporose recule
quand le mouvement
commence**

Réduire les risques
d'ostéoporose
par le mouvement.

Animé par un professionnel
en activité physique adaptée
et santé



**Sécuriser l'espace,
préserver l'autonomie**

Présentation d'un appartement
témoin.

Animé par une ergothérapeute



**La santé de vos os passe
par votre assiette**

Réduire le risque
d'ostéoporose
par l'alimentation.

Animé par une diététicienne



**Échange avec les professionnels
de santé sur l'ostéoporose**

Animé par une rhumatologue
et une sage-femme

Prenez soin de vos os !

**L'ostéoporose ne se voit pas,
mais ses conséquences,
elles, sont bien réelles !**

**Gratuit
et sans
inscription !**