



# Les infos du Contrat Local de Santé du Pays de Tarascon

## Juillet 2024

### « Prendre soin de moi pour mieux aider les autres »

Nouveau



Vous accompagnez un proche touché par la maladie, le handicap, ou âgé ?  
Venez participer à des **groupes de paroles et d'informations** animés par une psychologue et une psychomotricienne à Tarascon-sur-Ariège. Des **ateliers de relaxation** vous sont également proposés, que vous soyez aidant familial ou aidant professionnel.

Pour plus d'informations :

Coline MARTY – Psychomotricienne – 07.66.10.98.26 – [marty.coline@hotmail.fr](mailto:marty.coline@hotmail.fr)

[Groupe de paroles et relaxation pour les aidants](#)



### Centre d'examens de santé

Nouveau

Un centre d'examens de santé a récemment ouvert dans les locaux de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie à Foix. Les assurés sociaux du régime général, en priorité les plus éloignés du système de santé et/ou en situation de fragilité sociale, peuvent y réaliser un **examen de prévention en santé**, réalisé par un médecin, une dentiste, une infirmière, une psychologue, et pris en charge financièrement par l'Assurance Maladie.

Pour en savoir plus : [L'examen de prévention en santé | ameli.fr](#) | [Assuré](#)

Pour prendre rendez-vous : [Demande de rendez-vous](#)



### « Bon été, bons réflexes Santé »

23  
juillet



La tournée de **prévention** « Bon été, bons réflexes santé » organisée par l'Agence Régionale de Santé Occitanie s'arrêtera à la Base Nautique de Mercus en juillet.

Au programme : de l'information ; des **animations ludiques** sur le soleil, le moustique tigre et les tiques, la baignade, le sucre caché, l'activité physique au quotidien ; et la possibilité de réaliser un **dépistage cardiovasculaire**.

Mardi 23 juillet 2024 – de 13h à 17h – Base Nautique – 09400 Mercus Garrabet.

Accès libre et gratuit

[#BonÉtéBonsRéflexes en Occitanie](#)

### Au revoir

Je quitte dans les prochains jours mes fonctions de Coordinatrice du Contrat Local de Santé du Pays de Tarascon, pour débiter de nouvelles aventures personnelles et professionnelles dans une autre région.

Clément LEMAIRE devient le nouveau Coordinateur du Contrat Local de Santé et du Conseil Local de Santé Mentale. Il est joignable au : 07.85.36.20.14 – [c.lemaire@cc-paysdetarascon.fr](mailto:c.lemaire@cc-paysdetarascon.fr)

**Un grand merci à toutes et tous pour ces quatre années enthousiasmantes et le travail mené en commun !**

Hélène Ménard

