

## **Samedi 30 septembre : 1<sup>ère</sup> journée du souffle en Ardèche**

Proposée par le Centre de de réhabilitation respiratoire de Folcheran Filieris et ses partenaires.



Le centre de réhabilitation respiratoire de Folcheran est idéalement entre Ardèche et Cévennes, à 7 kms du village des Vans et 50 kms d'Alès. Cet établissement, géré par le réseau santé FILIERIS Région Sud, organise une journée sur le thème du souffle Samedi 30 septembre de 10 heures à 18 heures.

### **LE SOUFFLE C'EST LA VIE!**

**ANIMATIONS GRATUITES: conseils, échanges, informations.\***

**Objectifs: conserver une bonne santé respiratoire et trouver les moyens d'y parvenir**

L'équipe médicale sera à votre disposition pour répondre à toutes vos questions. Les infirmières, kinésithérapeutes, professeurs d'activité physique, proposeront des animations pour petits et grands afin d'évaluer son souffle: ateliers, stands ludiques, activité physique adaptée, initiation à la sarbacane...

**Les participants pourront repartir avec leur dossier individuel contenant des conseils personnalisés.**

### **LIBRE DE RESPIRER ! FILIERIS RÉGION SUD : LA SANTÉ C'EST PLUS QUE DES SOINS**

C'est le thème du village animé par le partenaire santé de la journée: La Ligue contre le Cancer.

**Objectifs: devenir incollable sur le souffle en s'amusant!**

**Animations:**

**Pour les adultes: "Tabac, par ici la sortie!"**

**Pour les jeunes: "Le souffle, c'est la vie!"**

**Stands alimentation et documentation**

### **Marché(z) avec Folcheran!**

**Avec le soutien de la mairie de Gravières, les artisans et commerçants locaux**

Après un pique-nique dans le parc panoramique de l'établissement de Folcheran, les plus courageux pourront se dégourdi les jambes et respirer à pleins poumons en participant à une petite randonnée nature dans les environs.

**Cette manifestation est ouverte à tous, quelle que soit l'âge ou la condition physique de chacun.  
Une tombola récompensera les plus chanceux !!!**

### **CONTACT PRESSE**

**Stéphanie COURTOIS FIRETTO Tél. 06 62 86 21 86**

**Mail : [stephanie.firetto@filieris.fr](mailto:stephanie.firetto@filieris.fr)**

**Informations pratiques : <http://www.gravieres.fr/>**

**Accès : FOLCHERAN**