



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Le bilan de santé : QU'EST-CE QUE C'EST ?

4 BONNES RAISONS DE FAIRE UN BILAN DE SANTÉ



Un temps d'échanges



Des examens adaptés



Un accès à vos droits



Un bilan gratuit

LES ÉTAPES DU BILAN DE SANTÉ

1



Entretien avec un conseiller : point sur les droits et les démarches en santé

2



Analyses biologiques et examens en fonction de l'âge et des habitudes de vie (*vue, souffle, cœur...*)

3



Échanges avec des professionnels de santé (*infirmière, dentiste...*) pour aborder les sujets qui vous préoccupent

4



Consultation de prévention avec le médecin



À SAVOIR : frottis, rattrapage vaccinal et remise de kit de dépistage du cancer colorectal peuvent être réalisés au Centre d'Examens de Santé.

POUR QUI ?

Tous les assurés du régime général à partir de 5 ans et plus particulièrement les personnes précaires et/ou éloignées du système de soins.

OÙ ?



RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Centre d'Examens de Santé
4 rue Weimar - 41000 Blois

02 34 03 20 80
ces.cpam-blois@assurance-maladie.fr

Du lundi au vendredi
8h00-12h15 et 13h00-16h45



**l'Assurance
Maladie**

Agir ensemble, protéger chacun

Programmes Nutrition :

« 1, 2, 3... MANGEONS ! » ET « QU'EST-CE QU'ON MANGE ? »



Programme « 1, 2, 3... Mangeons ! » :
Enfants et adolescents de 5 à 15 ans

POUR QUI ?



Programme « Qu'est-ce qu'on mange ? » :
Adultes en surpoids ayant réalisé le bilan de santé

5 BONNES RAISONS DE SUIVRE UN PROGRAMME NUTRITION



Des pistes pour limiter l'évolution
de la prise de poids



Une approche pédagogique des
notions d'équilibre alimentaire
et d'hygiène de vie



**Un accompagnement
gratuit**



Des séances personnalisées
avec une diététicienne et
un suivi psychologique est
également possible



Des solutions pour devenir
acteur de sa santé

OÙ ?

Centre d'Examens de Santé
4 rue Weimar (anciennement place Coty)
41000 Blois

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

Centre d'Examens de Santé
4 rue Weimar - 41000 Blois

02 34 03 20 80
ces.cpam-blois@assurance-maladie.fr

Du lundi au vendredi
8h00-12h15 et 13h00-16h45