

Seniors, gardez l'équilibre !

Atelier équilibre

Séances d'activité, conseils, tests

- ✓ prévenir la perte d'équilibre
- ✓ conserver une activité physique adaptée
- ✓ apprendre à se relever...

Animé par des personnes diplômées



A LEZOUX

A partir du lundi 14 novembre 2022

Halle des Sports Raymond CAPETTA

Petite salle de danse

Programme de 12 séances collectives

Les lundis de 10h30 à 11h30

Sur inscription – participation de 20€

Informations et inscriptions

CLIC de Thiers au 04 73 51 64 85

En partenariat avec le CCAS de LEZOUX



 Association régionale santé
éducation et prévention
sur les territoires
Auvergne



Avec le soutien financier de
la Conférence des financeurs
de la prévention de la perte
d'autonomie