

RENCONTRE SANTÉ

Seniors, attention à la chute



Conférence sur la
prévention des chutes



Lundi 23

SEPTEMBRE 2024

à 14h30



Salle des fêtes
4 rue du Taillis
TRÉMEHEUC

GRATUIT
Renseignements
Mutualité Française
Bretagne
06 85 03 23 65
sgoizet@
bretagne.mutualite.fr

Action à
destination
des
SENIORS



#Rencontresanté



**VIELLIR... ET PREVENIR
LES CHUTES AVEC :**

- une conférence-débat sur la prévention des chutes
- suivie d'ateliers les lundis du 30.09 au 25.11 (hors vacances scolaires) sur l'équilibre, l'alimentation des seniors, l'aménagement du logement, l'audition et la vision.

Les partenaires :



POUR BIEN
VIEILLIR
BRETAGNE



**PERSONNE DE PLUS DE 60 ANS, AIDANT,
FAMILLE, PROFESSIONNEL... ? VENEZ
ÉCHANGER AVEC NOUS SUR
LA PRÉVENTION DES CHUTES.**

Gilbert, Martine, Henriette, Jean-Pierre et Suzanne vous partagent à travers quelques vidéos un moment de vie. Sans jugement et avec une touche d'humour, **venez échanger**, à travers leurs portraits, **sur les chutes, la façon de les prévenir, les facteurs de risques...**

Aménagement du logement, alimentation équilibrée, activité physique, lien social, retour à domicile, peur de chuter, sommeil, vision, audition... autant de thématiques qui pourront être abordées.

Cette conférence introduit un parcours de 6 ateliers

- sur l'équilibre,
- l'alimentation des seniors,
- l'aménagement du logement,
- l'audition et la vision.

Les ateliers auront lieu
les lundis 30 septembre, 7 et 14 octobre,
4, 18 et 25 novembre 2024
de 14h30 à 16h
à la Salle du Conseil de la mairie
à TRÉMEHEUC

(Ateliers de 8 à 15 personnes ;
pour les personnes de plus de 60 ans
ou leurs aidants)

Renseignements

Mutualité Française Bretagne
06 85 03 23 65
sgoizet@bretagne.mutualite.fr

*Inscription aux ateliers
lors de la conférence du 23 septembre*