



RENCONTRE SANTÉ

MAINTIEN DE L'AUTONOMIE



SENIOIRS, ATTENTION À LA CHÛTE !

6 > 20
mai 2025



DE 14H À 16H



PLOURIN-LÈS-MORLAIX

12 rue des Genêts
Salle de réunion
du CCAS / EHPAD



CYCLE DE 3 ATELIERS À DESTINATION DES SENIORS POUR PRÉVENIR LES CHUTES :

- 6 mai : Atelier consacré à l'alimentation pour mieux prendre soin de son alimentation
- 13 mai : Atelier consacré à l'activité physique adaptée pour apprendre à prévenir les chutes grâce à l'activité physique adaptée
- 20 mai : Atelier consacré au sommeil pour comprendre l'importance du sommeil dans la prévention des chutes

**INSCRIPTION
GRATUITE**

02 98 72 64 00
accueil@poleactionsociale-plm.fr

Nos partenaires



#Rencontresanté