



ATELIERS PRÉVENTION DES CHUTES



**Se relever
d'une chute**



**Mieux
se nourrir**



**Une maison
« anti-chute »**



**Une activité
physique adaptée**

COMMENT ÉCHAPPER À LA CHUTE ?

Mardi 21 mai	10 h-12 h ou 14 h-16 h	LOUDÉAC Vélodrome de Bretagne
Mercredi 22 mai	10 h-12 h ou 14 h-16 h	PLÉMET Salle de la Hersonnière
Jeudi 23 mai	10 h-12 h ou 14 h-16 h	PLOUGUENAST-LANGAST/Plouguenast Salle de Gvette-es-lièvre
Vendredi 24 mai	10 h-12 h ou 14 h-16 h	LE QUILLIO Salle des fêtes

Inscription : CIAS de Loudéac communauté
02 96 66 09 06 • cias-aide-soins@loudeac-communaute.bzh
www.bretagnecentre.bzh



Bretagne Centre



LE TRI
+ FACILE

AFFICHE

