

LES ATELIERS  
**BONS  
JOURS**  
VIVEZ INTENSÉMENT  
VOTRE RETRAITE

À PARTIR DE  
**60**  
ANS

Quels sont les bons réflexes pour éviter  
une chute ou une perte d'équilibre ?

Comment bien se relever ?



Participez à une séance découverte **GRATUITE**  
**L'équilibre, où en êtes-vous ?**

**MERCREDI 22 SEPTEMBRE 2021**

**De 14h00 à 15h30**

**Salle du Cèdre, sur du Cèdre à TREIGNY**

**[lesbonsjours89@bfc.mutualite.fr](mailto:lesbonsjours89@bfc.mutualite.fr)**

**03.86.72.11.88**



Actions co-financées  
avec le soutien de :

