

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 ?



L'équilibre, où en êtes-vous ?

SÉANCE D'OUVERTURE : JEUDI 14 MARS À 14H30

TOUS LES JEUDIS DU 21 MARS AU 20 JUIN

DE 14H30 À 15H30

Salle de convivialité – 42 Rue de l'Église - 39160 VAL D'ÉPY

Inscription obligatoire :

Espace de Vie Sociale : 03 84 48 96 67 / vie-sociale@ccporteducjura.fr



Actions financées
également par :

