

● RETRAITE COMPLEMENTAIRE

agirc-arrco

# VOILÀ L'ÉTÉ, SI ON BOUGEAIT À CHERBOURG ?

Du 5 juillet jusqu'à fin août, l'Agirc-Arrco propose aux seniors des séances de marche en groupe et près de chez vous !



**Rendez vous le jeudi 1er juin, de 11h00 à 12h30**  
**pour la conférence de lancement du programme**  
**A l'hôtel « Le Cercle » 13 place de la République**  
**50100 Cherbourg-en-Cotentin**

**Inscription obligatoire dans la limite des places disponibles**  
**Par mail: [actionsocialenormandie@agirc-arrco.fr](mailto:actionsocialenormandie@agirc-arrco.fr)**  
**ou par téléphone au 06 67 36 51 73 )**

**ou rendez vous en visio sur le site [Happyvisio.com](http://Happyvisio.com)**  
**(conférence gratuite sur inscription avec le code CASFR)**



# LE PÔLE SANTÉ OUEST COTENTIN ET LE CLIC DU COTENTIN VOUS PROPOSENT

## L'INTÉGRATION D'UN CYCLE DE 5 SÉANCES PRÉVENTION DES RISQUES DE CHUTES :

Facteurs des risques de chute,  
L'importance du chaussage pour l'équilibre du corps,  
Alimentation et activité physique,  
En cas de chute savoir se relever,  
Aménagement du domicile & aides financières.

**Une équipe de professionnels de santé se mobilise autour des risques de chute.** Une diététicienne, une ergothérapeute, deux kinésithérapeutes, une podologue, une infirmière Asalée et une infirmière libérale vous accompagneront pour répondre à vos besoins.

### Où ? Quand ?

Du 05/06/23 au 03/07/23

Les lundis matins, de 9h30 à 11h

Au Pôle Santé Ouest Cotentin LES PIEUX

GRATUIT

Inscription obligatoire (places limitées) - 06 50 82 21 23

Nos partenaires :

