

Rencontre santé "P'art à chute"

La Mutualité française Grand Est et ses partenaires* organisent un cycle de 5 ateliers à destination des seniors sur la prévention des chutes.



Ces ateliers seront animés par un professionnel de la prévention ou de santé (opticien, diététicien, audioprothésiste, kiné...) et un artiste (photographe, musicien, danseur...).

Programme

5 ateliers seront proposés, afin d'aider les seniors à adopter les bons gestes pour diminuer les chutes :

Mardi 19 mai : Mon équilibre en vue

Information et sensibilisation au fonctionnement de la vue et à la vision au fil du temps, à travers l'univers de la photographie.

Mardi 26 mai : A l'écoute de mon équilibre

Information et sensibilisation au fonctionnement de l'audition et à son évolution au fil du temps, à travers une approche musicale.

Mardi 2 juin : Mon équilibre en mouvement

Information et sensibilisation à l'évolution de l'équilibre et de la mobilité au fil des âges, à travers une approche artistique.

Mardi 9 juin : Mon équilibre dans l'assiette

Information et sensibilisation à l'évolution des besoins nutritionnels et du goût à travers les âges, via une approche gourmande et diététique.

Vendredi 18 septembre : Atelier bilan

**Rencontres organisées en partenariat avec le CCAS de la Ville d'Epernay et la Commission des financeurs de la Prévention de la perte d'autonomie du Département de la Marne*

Coordonnées

Résidence Gallice
1, allée Gallice
51200

Date

Mardi 19 mai, 14:00 - 16:00

Mardi 26 mai, 14:00 - 16:00

Mardi 2 juin, 14:00 - 16:00

Mardi 9 juin, 14:00 - 16:00

Vendredi 18 septembre, 14:00 - 16:00

Infos pratiques

Inscription gratuite auprès du Pôle Animation Seniors (03 26 54 54 19)

Participation à tous les ateliers recommandée