



BOUGER POUR GARDER MON EQUILIBRE

**GRATUIT
SUR
INSCRIPTION**



Les lundis



05/05 (14h-15h)

12-19/05 (14h-15h30)

26/05-02/06 (14h-16h)



16-23-30/06-07/07 (14h-15h)

**Espace Santé Autonomie
40 boulevard Louise Michel,
13500 Martigues**



**Renseignements et inscriptions
Pôle Infos Séniors
04 42 41 18 47**



ATELIER DE PREVENTION DES CHUTES

- Entretenir son équilibre
- Pratiquer des exercices adaptés
- Partager un moment de convivialité

Atelier de 12 séances hebdomadaires

#BienVieillir



Nos partenaires :

