



## Santé. Des ateliers « équilibre » pour les personnes de plus de 65 ans

Les communes de Carnac et de la Trinité-sur-Mer vont mettre en place une série de douze ateliers sur le thème de l'équilibre destiné aux personnes de plus de 65 ans. « Ils ont pour but d'améliorer l'équilibre et la force dans une perspective de prévention des chutes » indique Sylvie Robino adjointe aux affaires sociales de Carnac. La première séance, gratuite, aura lieu le 14 janvier. Les séances dureront 1 heure et seront dispensées par une animatrice sportive diplômée de la Fédération Française « Sports pour Tous » (participation 20 € pour l'ensemble). Au programme : exercices physiques et prévention sur les facteurs (médicaments, aménagement du domicile, etc.). Renseignements et inscriptions : 06 33 51 50 13.