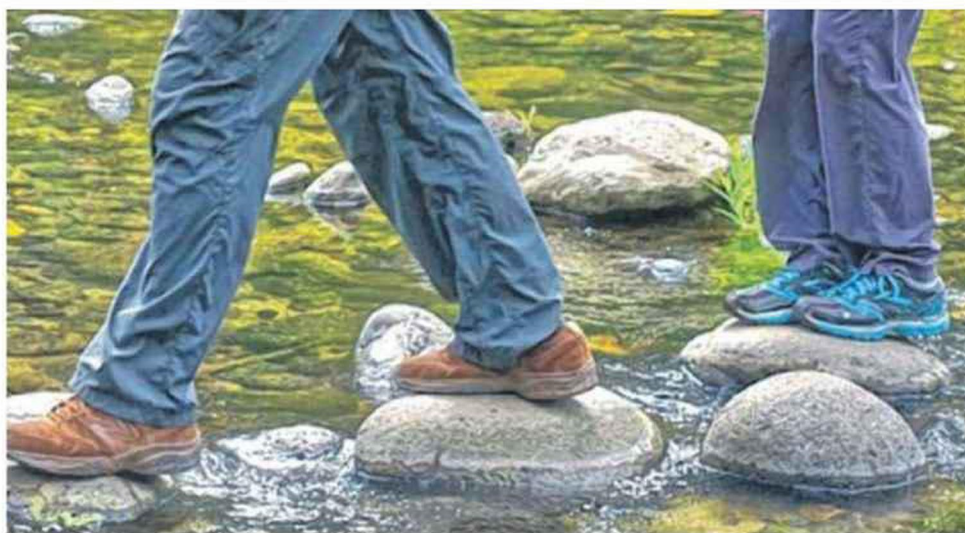


**SAINT-JOUAN-DES-GUÉRÊTS**

## Un atelier équilibre pour les aînés

Treize séances de prévention et d'activité physique, animées par un éducateur spécialisé, un pédicure-podologue et des étudiants en formation, c'est ce que propose l'association Pour Bien Vieillir Ensemble Bretagne, la fédération française sports pour tous et l'IFPEK (Institut de Formation en Pédicurie-podologie Ergothérapie et Kinésithérapie). Cet atelier « L'équilibre, c'est le pied ! » est destiné aux personnes de 60 ans et plus.

« Deux millions de personnes âgées de plus de 60 ans chutent chaque année en France. » Les causes sont multiples : troubles de l'équilibre, pathologies de l'appareil locomoteur... Mais des solutions existent pour lutter efficacement contre ce fléau !



Un atelier de treize séances pour retrouver l'équilibre. (© DR)

Atelier à compter du vendredi 7 janvier, de 14 h à 15 h 30 à la Maison du Temps Libre. Pour vous inscrire 02 99 19 19 00. Atelier gratuit - Pass-sanitaire obligatoire.

