



## Ploërdut

### Un atelier consacré à la prévention des chutes



Valérie Haute, adjointe au maire, et Karine Borges, de la Fédération sports pour tous du Morbihan.

CRÉDIT PHOTO : OUEST-FRANCE

La municipalité organise des ateliers équilibre, à la salle des mariages. Des séances de 1 h 30 pendant 12 semaines, du jeudi 14 mars au 20 juin.

Ce programme Pied (Programme intégré d'équilibre dynamique) est spécifiquement adapté pour les personnes de plus de 65 ans et a pour but d'améliorer l'équilibre et la force

dans une perspective de prévention des chutes.

L'atelier est dirigé par une animatrice sportive diplômée.

Une participation de 20 € sera demandée à chaque participant pour l'ensemble de l'atelier.

Inscriptions sur place le 14 mars, à 10 h, salle de mariages de la mairie.