



Primelin

Réunion d'information sur les ateliers « Équilibre »

Une réunion d'information et d'inscription aura lieu, vendredi 14 octobre, à 10 h, la salle polyvalente de Primelin.

Ce programme est financé par l'Agence régionale de santé, la conférence des financeurs et l'association Pour bien vieillir Bretagne.

En collaboration avec la fédération Sports pour tous Finistère, la municipalité de Primelin va mettre en place un programme d'ateliers « Équilibre ».

Destiné aux personnes de plus de 65 ans, ce programme propose d'améliorer l'équilibre et la force des participants afin de prévenir au maximum des chutes éventuelles. En effet, 2 millions de chutes chez les

personnes âgées de plus de 65 ans sont recensées chaque année.

Douze séances seront organisées avec une animatrice sportive diplômée, les vendredis, à partir du 18 novembre, de 10 h à 12 h 30 et ce jusqu'au 17 février.

Cette heure et demie en groupe consistera en exercices physiques et prévention sur les différents facteurs de risques de chutes.

Ces ateliers sont gratuits et les inscriptions auront lieu à l'issue de la réunion d'information le 14 octobre.

Renseignements : Chantal Frankhauser, au 06 68 48 29 30.

