

Quand l'Art équilibre nos sens



P'Art à Chute

Ateliers | Sur
GRATUITS | INSCRIPTION

POUR LES + DE 60 ANS

✉ crtcdv@ehpadchataigniers.fr

05 49 42 15 21



- ⇒ **Mon équilibre en vue** 
avec un photographe & un opticien
Mardi 29 octobre - 14h00-16h30
- ⇒ **À l'écoute de mon équilibre** 
avec un musicien & un audioprothésiste
Mardi 5 novembre - 14h00-16h30
- ⇒ **Mon équilibre dans l'assiette** 
avec une diététicienne & une cuisinière
Mercredi 13 novembre - 14h00-16h30
- ⇒ **Mon équilibre en mouvement** 
avec une danseuse & un ergothérapeute
Mardi 19 novembre - 14h00-16h30



CHAUVIGNY

CRT CŒUR DE VIENNE

EHPAD LES CHATAIGNIERS

Les financeurs :



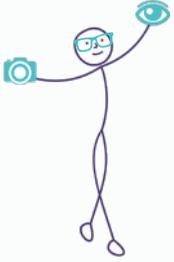
avec le soutien de la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie

Les partenaires :



P'Art à Chute

Un cycle de 4 ateliers à la carte



⇒ Mon équilibre en **vue**

Plongez dans l'univers de la photographie, des lumières, des contrastes, pour mieux comprendre l'impact du vieillissement sur votre vue ! L'occasion de partager de bons réflexes pour prendre soin de vos yeux ainsi que des solutions pour aménager votre habitat et prévenir le risque de chute.

avec un photographe



⇒ À l'**écoute** de mon équilibre

Fréquence, intensité, décibels... Venez composer et mesurer les sons pour mieux décrypter votre environnement sonore, comprendre les effets de l'âge sur votre audition et déjouer les pièges pour votre santé et votre équilibre. Ainsi, vous ne risquerez pas de tomber de haut !

avec un musicien & un audioprothésiste



⇒ Mon équilibre dans l'**assiette**

Goût, plaisir et nutrition... Autour d'une animation qui fait saliver les papilles, questionnez vos sens, vos habitudes de consommation mais aussi vos représentations. Apprenez à déjouer les effets de l'âge qui peuvent altérer vos sensations gustatives, votre appétit et donc votre équilibre.

avec une diététicienne & une cuisinière



⇒ Mon équilibre en **mouvement**

Laissez-vous entraîner dans l'univers du mouvement et du corps. Vous comprendrez mieux comment une activité physique et des pieds en bonne santé, peuvent être les meilleurs alliés pour votre forme et votre équilibre. Alors, entrez dans la danse !

avec une danseuse et un ergothérapeute