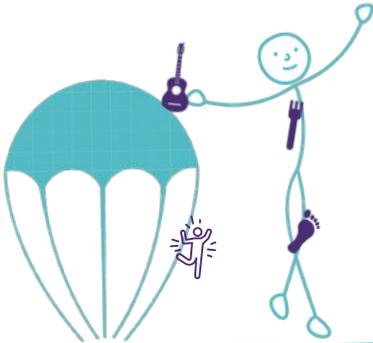


# Bien Vieillir

Une expérience sensorielle  
réservée aux plus de 60 ans

## L'Art de l'équilibre



## P'Art à Chute +

### ⇒ 4 ATELIERS ART ET SANTÉ

Expérimenter l'effet de l'âge sur nos sens

Avec un professionnel de la prévention, un photographe,  
un musicien, une danseuse & une plasticienne

### ⇒ 6 SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Améliorer sa forme en douceur

Avec un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**GRATUIT  
SUR INSCRIPTION**

**Du 9 janvier au 20 mars 2025**

**POUR LES + DE 60 ANS**

✉ [fabienne.ventenat@n.aquitaine.mutualite.fr](mailto:fabienne.ventenat@n.aquitaine.mutualite.fr)  
06 86 21 63 74 📱

✉ [theo.cazin@n.aquitaine.mutualite.fr](mailto:theo.cazin@n.aquitaine.mutualite.fr)  
07 55 65 47 60 📱

📍 **Salle Polyvalente  
Impasse Latreille (bas)  
TULLE**



**P'Art à Chute +**

## 10 rendez-vous santé ! ■ ■ ■

**09/01/2025 BILAN DE FORME 14h00 -15h30**

Avec un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**16/01/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h30 -15h30**

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**30/01/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h30 -15h30**

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**06/02/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h30 -15h30**

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**13/02/2025 MON ÉQUILIBRE EN MOUVEMENT 14h30-17h00**

Atelier sur le mouvement - Avec un professionnel de la prévention et une danseuse



**20/02/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h30 -15h30**

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**27/02/2025 MON ÉQUILIBRE EN VUE 14h30-17h00**

Atelier sur la vision - Avec un professionnel de la prévention et un photographe



**06/03/2025 BILAN DE FORME 14h00-15h30**

Avec un enseignant d'Activité Physique Adaptée

**13/03/2025 MON ÉQUILIBRE DANS L'ASSIETTE 14h30-17h00**

Atelier sur l'alimentation - Avec un professionnel de la prévention et une plasticienne



**20/03/2025 À L'ÉCOUTE DE MON ÉQUILIBRE 14h30-17h00**

Atelier sur l'audition - Avec un professionnel de la prévention et un musicien

