

Bien Vieillir

Une expérience sensorielle
réservée aux plus de 60 ans

L'Art de l'équilibre



P'Art à Chute +

**GRATUIT
SUR INSCRIPTION**

Du 5 février au 9 avril 2025

POUR LES + DE 60 ANS

✉ theo.cazin@n.aquitaine.mutualite.fr

☎ 07 55 65 47 60

⇒ 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 diététicienne
& un traiteur

> 1 Square du Docteur Roux (salle Buisson)

⇒ 6 SÉANCES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Améliorer sa forme en douceur

Avec un enseignant d'Activité Physique Adaptée

> 4 route de la Font Blanche (salle des associations)



CHAMBERET

Soutien financier et partenaires





P'Art à Chute +

10 rendez-vous santé !

05/02/2025 MON ÉQUILIBRE EN MOUVEMENT 14h00-16h30

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



12/02/2025 BILAN DE FORME 14h00-16h00

Avec un enseignant d'Activité Physique Adaptée

19/02/2025 MON ÉQUILIBRE EN VUE 14h00-16h30

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



26/02/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h00-15h00

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

05/03/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h00-15h00

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

12/03/2025 MON ÉQUILIBRE DANS L'ASSIETTE 14h00-16h30

Atelier sur l'alimentation - Avec un professionnel de la prévention, une diététicienne et un traiteur



19/03/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h00-15h00

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

26/03/2025 ACTIVITÉ PHYSIQUE 14h00-15h00

Séance animée par un enseignant d'Activité Physique Adaptée

02/04/2025 À L'ÉCOUTE DE MON ÉQUILIBRE 14h00-16h30

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



09/04/2025 BILAN DE FORME 14h00-16h00