



MUTUALITÉ
FRANÇAISE
NOUVELLE-AQUITAINE

RENCONTRE SANTÉ



➤ **P'ART À CHUTE**

**Grâce à l'art, expérimentez et anticipez
les effets de l'âge sur vos sens**

**Pour les +
de 60 ans**



4 SÉANCES DE 2H30
De 14h30 à 17h00



À CRÉON
1 place de la Mairie
33670 Le Pout

Mardi 6 octobre 2026
À l'écoute de mon équilibre

Mardi 13 octobre 2026
Mon équilibre en mouvement

Mardi 20 octobre 2026
Mon équilibre dans l'assiette

Mardi 3 novembre 2026
Mon équilibre en vue

PARTICIPATION GRATUITE SUR INSCRIPTION

➤ **Communauté de communes du Créonnais : 05 57 34 57 00**



➤ Mon équilibre en vue

avec un photographe
et un opticien

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.



➤ À l'écoute de mon équilibre

avec un musicien

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 !



➤ Mon équilibre dans l'assiette

avec un artiste
sonore culinaire

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.



➤ Mon équilibre en mouvement

avec un danseur et
une enseignante APA

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 !

Nos financeurs et partenaires

