

L'ACTIVITÉ

Des ateliers équilibre pour les seniors

Afin de favoriser l'autonomie des seniors et prévenir le risque de chute, l'association nîmoise Le Bon temps propose des ateliers équilibre,

sous forme d'exercices ludiques, réalisés en petits groupes. La chute est en effet la première cause de mortalité chez les plus de 65 ans,



et la dépendance physique, un des risques majeurs du grand âge. En vue du prochain programme d'ateliers, une réunion d'information est organisée jeudi 29 octobre, à 14 heures, dans les locaux de l'association, 9, rue de Saint-Gilles. Renseignements : 06 52 04 83 88 et www.le-bon-temps.fr.

MidiLibre
jeudi 22 octobre 2015