

LES ATELIERS  
**BONS  
JOURS**  
VIVEZ INTENSÉMENT  
VOTRE RETRAITE

À PARTIR DE  
**60**  
ANS

Quels sont les bons réflexes pour éviter  
une chute ou une perte d'équilibre ?

Comment bien se relever ?



## L'équilibre, où en êtes-vous ?

En partenariat avec la Mairie de TARCENAY - FOUCHERANS

Atelier de prévention des chutes comprenant :

- une présentation : Mardi 19 septembre de 10h30 à 11h30
- un entretien individuel de 15 min sur rdv : mardi 26 septembre et mardi 19 décembre entre 8h30 et 12h
- 10 séances collectives : de 9h30 à 10h30 du mardi 3 octobre au mardi 12 décembre

Salle des fêtes de Foucherans  
25620 Tarcenay - Foucherans

Renseignements et inscriptions au : 03 81 25 17 60



Actions financées  
également par :

