

Entrée gratuite

Des actions destinées aux aidants
d'un proche de + de 60 ans

CONFERENCE-ECHANGES

La prévention des chutes et l'activité physique adaptée



Le mardi 20 septembre 2022 à 14h

Au CRJS à Chartres

1 rue Jean Monnet

(parking accessible et gratuit)

- les risques de chutes liés au vieillissement et aux maladies neurodégénératives (intervention d'un médecin généraliste)
- les types d'action à mettre en œuvre pour prévenir les chutes.
- l'activité physique adaptée, ses bienfaits contre le risque de chutes, avec un professeur d'activité physique adaptée.

Vous pouvez venir avec votre proche, des activités lui seront proposées pendant ce temps.

Renseignements :

Plateforme d'accompagnement et de répit aux aidants

02-37-18-72-33

repit-aidants@fondation-aligre.com

Démonstration
d'exercices
neurogym

