



Des séances autour de l'équilibre



Prévention des chutes



QUI SOMMES NOUS ?

Le Comité Départemental d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire de l'Eure (EPGV) est une structure déconcentrée de la Fédération Française Sport Vitalité (anciennement EPGV). **Acteur majeur des activités de bien-être** nous développons des offres de pratiques sur l'ensemble du département.

C'EST QUOI ?

Avec l'avancée en âge, le risque de chute s'accroît, pouvant entraîner des répercussions significatives sur l'autonomie et la qualité de vie des personnes.

Dans ce contexte, nous vous proposons 12 séances d'activité physique **gratuites** autour de **l'équilibre** et de la **prévention des chutes**.

POUR QUI ?

Ce programme s'adresse aux **personnes de 55 ans et plus**.

**PLUS D'INFORMATIONS AUPRÈS
DE VOTRE MAIRIE**



PROGRAMME BIEN VIEILLIR EQUILIBRE

