



LA VILLE DE GAILLARD

ET SON SERVICE DES RETRAITÉS VOUS PROPOSENT

Atelier équilibre et prévention des chutes



**Pratiquer une activité physique quotidienne adaptée,
c'est aussi pouvoir mener une vie autonome...**

La Ville de Gaillard vous propose de participer gratuitement

à 12 séances d'exercices pratiques d'équilibre et de prévention des chutes :

**SÉANCES LES MERCREDIS de 10h30 à 11h30 au Espace Walter Comelli,
45 rue de Libération, entrée par la rue du Lilas, 1er étage**

Début des séances : Mercredi 22 mars & Fin des séances : Mercredi 7 juin

Engagement des participants sur les 12 séances

**Inscriptions auprès de Anne Grossiord,
Responsable de vie sociale au service des retraités**

☎ 06.82.26.14.21

