



RENCONTRE SANTÉ

MAINTIEN DE L'AUTONOMIE



BIEN VIEILLIR CHEZ SOI, UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE

**23 mar. >
20 avr. 2026**



DE 14H À 16H



GIRANCOURT

Salle de réunion
Maison des services
130 chemin des Mitroches



Nos partenaires



LA VIE EN
VOSGES
Le Département



ATELIERS À DESTINATION DES SENIORS SUR LA PRÉVENTION DES CHUTES

- **23 mars - Nutrition** - S'informer sur les besoins nutritionnels et prévenir la dénutrition - animé par une diététicienne
- **30 mars - Logement** - Identifier les risques de chutes et les solutions techniques - animé par une ergothérapeute
- **20 avril - Audition & vision** - Repérages individuels sur RDV animés par une spécialiste de la santé auditive et visuelle

Ces ateliers seront suivis, d'avril à juillet 2026, de 12 séances consacrées à l'activité physique adaptée - animées par un éducateur sportif

**INSCRIPTION
GRATUITE**

➤ Lisa BOYE
lboyepays-epinal.fr
03 29 36 15 47



#Rencontresanté