



RENCONTRE SANTÉ

MAINTIEN DE L'AUTONOMIE



➤ P'ART À CHUTE

**22 oct. >
17 déc. 2026**



DE 14H À 16H30
(de 14h à 16h le 17.12)



BAR-SUR-AUBE
Espace Jean-Pierre Davot
7 rue des Varennes



CYCLE DE 5 ATELIERS À DESTINATION DES SENIORS SUR LA PRÉVENTION DES CHUTES

- **22.10 - Mon équilibre en vue** - Comprendre les liens entre vision, équilibre et chutes
- **05.11 - À l'écoute de mon équilibre** - Échanger sur les liens entre audition, équilibre et chutes
- **12.11 - Mon équilibre en mouvement** - Découvrir les liens entre mouvement, équilibre et chutes
- **19.11 - Mon équilibre dans l'assiette** - S'informer sur les liens entre alimentation, équilibre et chutes
- **17.12 - Atelier bilan**

**INSCRIPTION
GRATUITE**

➤ auprès du CCAS
sur place ou au 03 25 27 39 55
(places limitées)

♥ Nos partenaires



#Rencontresanté

RENCONTRE SANTÉ



MAINTIEN DE L'AUTONOMIE



- **22.10 - Mon équilibre en vue** - Information et sensibilisation au fonctionnement de la vue et à la vision au fil du temps à travers l'univers de la photographie.
- **05.11 - À l'écoute de mon équilibre** - Information et sensibilisation au fonctionnement de l'audition et à son évolution au fil du temps à travers une approche musicale
- **12.11 - Mon équilibre en mouvement** - Information et sensibilisation à l'évolution de l'équilibre et de la mobilité au fil des âges à travers une approche artistique
- **19.11 - Mon équilibre dans l'assiette** - Information et sensibilisation à l'évolution des besoins nutritionnels et du goût à travers les âges via une approche gourmande et diététique
- **17.12 - Atelier bilan**
Les ateliers ont lieu de 14h à 16h30 (de 14h à 16h le 17.12) à l'Espace Jean-Pierre Davault - 7 rue des Varennes - BAR-SUR-AUBE
Ils sont animés par un professionnel de la prévention ou de santé (opticien, diététicien, audioprothésiste, kiné...) et un artiste (photographe, musicien, danseur...).

**INSCRIPTION
GRATUITE**

➤ auprès du CCAS
sur place ou au 03 25 27 39 55
(places limitées)



#Rencontresanté