



NOUVEAU

Programme intégré d'équilibre dynamique
**MAINTENANT OFFERT DANS LE SECTEUR
POINTE-DU-LAC** ET AUSSI DANS PLUSIEURS AUTRES
SECTEURS DU GRAND TROIS-RIVIÈRES

SOYEZ ACTIF - AMÉNAGEZ VOTRE DOMICILE PRÉVENEZ LES CHUTES ET LES FRACTURES

Ce programme est offert aux personnes âgées de **65 ans et plus** qui ont fait une chute ou qui sont préoccupées par leur équilibre.

- Deux séances d'exercices par semaine en groupe
- Une routine d'exercices faciles à faire à la maison
- Des capsules d'information pour prévenir les chutes
- Animé par un professionnel de la santé, formé et qualifié

Début de session : printemps 2015

Inscrivez-vous dès maintenant! Les places sont limitées.

Pour en savoir plus ou pour vous inscrire :

Madame Fernanda Possa Silva
Ergothérapeute
819-370-2200, poste 43206

Madame Isabelle Brassard
Thérapeute en réadaptation physique
819-370-2200, poste 43604

Madame Édith Page
Kinésiologue
819-370-2200, poste 44052

Madame Maryse Gervais
Agente administrative
819-370-2200, poste 43601