

## VOTRE INSCRIPTION

Places limitées

NOM

Prénom

Date de naissance

Adresse

Caisse de retraite

Tél

Email

Date limite d'inscription

Lundi 20 janvier 2020

Bulletin à retourner à

Centre Hospitalier

Mme Corinne LEFEBVRE

Responsable Culture / Animation

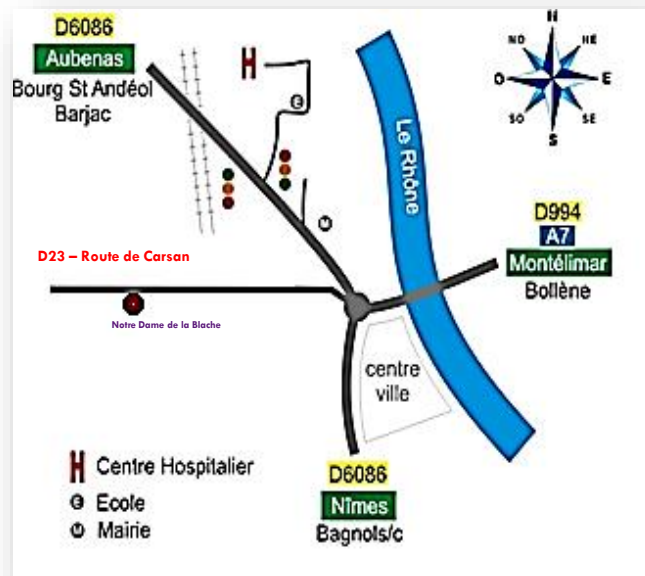
10 Rue Philippe le Bel

30130 PONT ST ESPRIT

Tel : 04 66 33 40 24

c.lefebvre@hopitalpse.fr

## Comment vous y rendre



## Pour plus d'informations

Centre Hospitalier de Pont Saint Esprit

Mme Corinne LEFEBVRE

Responsable Culture / Animation

04 66 33 40 24

Action  
gratuite

Session hiver

Pour un  
vieillessement actif et  
en bonne santé

Un programme  
à la carte

Pour les 60 ans et +

Résidence Notre Dame  
de la Blache à Pont-St-Esprit



# Présentation générale

Présentation du questionnaire et recueil des attentes

Présentation de l'atelier 1

Présentation de l'atelier 2 et 3

Présentation de l'atelier 4 et 5

Lundi 20 janvier 2020 de 9h30 à 12h

**Pour des raisons d'organisation, nous vous remercions de vous engager sur toute la durée du programme choisi.**

## Atelier 2 : « Votre corps, un ami dans la durée »

Eveil musculaire	Mardi 28 janvier 2020 de 14h à 16h	M. CHASSARI Professeur d'Activités Physiques Adaptés
Travail de l'équilibre	Judi 30 janvier 2020 de 14h à 16h	M. CHASSARI Professeur d'Activités Physiques Adaptés
Gérer les oublis quotidiens	Vendredi 31 janvier 2020 de 9h30 à 11h30	Dr. STRUBEL France Alzheimer
Mémoire et exercice	Lundi 3 février 2020 de 9h30 à 11h30	Mme MONTAGNE Ergothérapeute
Les chutes	Vendredi 7 février 2020 de 14h à 16h	M. CHASSARI Professeur d'Activités Physiques Adaptés