MIEUX VIVRE À TOUT ÂGE

Un parcours de prévention pour les plus de 60 ans



Entre le 6 novembre et le 18 décembre 2025

Au sein du béguinage - 2 impasse des Amandiers - 86500 Montmorillon

Cycle d'ateliers gratuit - sur inscription

Renseignements et inscriptions
05 49 44 41 46 // prevention@chu-poitiers.fr

la Vie la Santé

CHU Poitiers

PROGRAMME DES ATELIERS

Pour optimiser les bienfaits sur votre santé, il est préférable d'être présent à l'ensemble des ateliers.

VITALITÉ À TOUT ÂGE

Jeudi 6 novembre de 10h à 12h

LA MÉMOIRE, COMMENT ÇA MARCHE ?

Jeudi 13 novembre de 10h à 12h

ADAPTE TA POSTURE

Jeudi 20 novembre de 10h à 12h

ÉQUILIBRE

Jeudi 27 novembre de 10h30 à 12h

LE PÉRINÉE, TOUTES CONCERNÉES

Jeudi 4 décembre de 10h à 12h

ADAPTE TON LOGEMENT

Jeudi 11 décembre de 10h à 12h

ATELIER CUISINE
SUIVI D'UNE MARCHE AVEC LES BÂTONS

Jeudi 18 décembre de 9h à 12h30