

Atelier Equilibre & prevention des chutes 2025-26

Entretenir sa santé et préserver son autonomie



Programme de 20 séances

les jeudis à 15h30

Atelier du 6 novembre 2025 à fin mars 2026

Chevreul Sport

**84 rue de chevreul à Lyon 7è
(métro/tram Jean Macé)**

Au programme :

- **Activité physique adaptée (APA)**
- **Diététique**
- **Aménagement de son environnement de vie**
- **Pédicurie-Podologie**



Info & Inscription

**le lundi 13 octobre 15h30-16h30 à la MJC 7è
les jeudis 9, 16 octobre 15h-17h à Chevreul Sport**

Participation : 50€

**Contact : Lyonel Bellot
dcde.projets@gmail.com
ou 06 18 96 57 96**

SEMAINE BLEUE

+ une conférence (gratuite): "l'activité physique et la prévention des chutes"

avec Lyonel Bellot, Enseignant en activité physique adaptée

**le lundi 13 octobre de 14h00 à 15h30
à la MJC Jean Macé, 38 rue Camille ROY 69007 LYON**

