

# ATELIERS ÉQUILIBRE SENIORS



Améliorez votre équilibre

Restez en forme

Reprenez confiance en vous

Gardez votre autonomie

Adoptez une activité physique

*N'ayez plus peur des chutes  
et gardez l'équilibre*

Rejoignez notre atelier  
dans une ambiance conviviale  
avec des animateurs spécialisés  
et proche de chez vous

**TOUS LES MARDIS**

> 14h30 - 16h

de septembre à juin  
(hors vacances scolaires)

**RUMILLY**

> Centre Oscar

Cotisation annuelle inférieure à 20 €

## INSCRIPTION

**04 56 49 77 84**

[geriatrie.atelier.equilibre@ch-annecygenevois.fr](mailto:geriatrie.atelier.equilibre@ch-annecygenevois.fr)