

ATELIERS DE PRÉVENTION SENIORS



La CPTS Aunis Nord met en place sur son territoire le programme de prévention destiné aux seniors développé par la société Saparman et l'assureur Klesia.

Animé par Adeline Canteau, enseignante en Activité Physique Adaptée, et accueilli au sein de la Mairie de St Xandre, ce programme propose un cycle de 5 ateliers d'1h30 aux personnes de plus de 55 ans sur des thématiques comme :

- Psychologie des appréhensions
- Equilibre et risque de chute
- Reconnaître et se protéger des escroqueries
- Communiquer dans la société
- Pratique du self défense adaptée

11 participantes ont répondu présent lors du 1er atelier mardi 13 janvier.

S'en suivront 4 autres ateliers, chaque mardi après-midi jusqu'au 10 février.

Inscriptions encore possibles auprès du CCAS de St Xandre 05 46 37 27 05 ou par mail contact@cpts-aunishord.fr



Suivez-nous sur [LINKEDIN](https://www.linkedin.com/company/cpts-aunis-nord)



Marjolaine Bénard
Chargée de mission