

## ATELIER « Prévention des chutes et aides techniques »

### A SAINT-PARDOUX

Maison des Bonnes Pratiques 1 Place du Commerce  
(au-dessus de la Boucherie)

**Cet atelier, animé par une Ergothérapeute, vous permettra de découvrir :**

- les gestes et postures à adopter pour les actes de la vie quotidienne (courses, repas, ménage, linge, repassage, transport, déplacements...)
- Les aides techniques simples pour aménager son domicile, en toute sécurité ;
- Les astuces pour éviter et prévenir les chutes ;
- Les activités pour rester en forme.

**Vendredi 3 Mai 2024**

**Vendredi 24 Mai 2024**

**Vendredi 7 Juin 2024**

**9h30-11h30**

**PARTICIPATION GRATUITE**

**Inscription obligatoire pour l'ensemble des séances auprès du CLIC au 04 73 33 17 64.**

Nombre de places limité - les personnes inscrites s'engagent à venir et à avvertir le CLIC dans les meilleurs délais, en cas d'annulation exceptionnelle.

Action réservée aux Proches aidants.