

ATELIER RELEVÉ DU SOL

Prévention des chutes

Apprenez à vous relever, gagnez en confiance !



**2 ATELIERS
D'1 HEURE CHACUN**

- ✓ Une partie théorique
- ✓ Une partie pratique



**GROUPE DE
8 PATIENTS**

DES EXERCICES POUR...



L'ÉQUILIBRE



LA COORDINATION



**L'APPRENTISSAGE
DU RELEVÉ DU SOL**



Avec une

KINÉSITHÉRAPEUTE



et une

PSYCHOMOTRICIENNE



**PARLEZ EN À VOTRE
MÉDECIN TRAITANT**

*plus d'équilibre, plus d'autonomie,
moins de chutes !*