

# BIEN VIEILLIR.

CHEZ VOUS ! 

ATELIER PREVENTION SANTE GRATUIT SUR INSCRIPTION

## LA SANTÉ C'EST LE PIED

*Avec l'intervention de Mme Elisabeth HENNING, Podologue  
Et Sandrine OUDET, Réflexologue*

- Découvrir le pied, ses rôles et ses pathologies
- Identifier les moyens de préserver la santé de ses pieds avec des conseils pratiques
- Détecter des signes de faiblesse, savoir comment bien se chausser
- Faire le lien avec la pratique d'une activité physique régulière et adaptée
- Apporter des connaissances théoriques et pratiques sur la réflexologie
- Partager un moment convivial

**3 séances : 29 avril (14h-16h30)**

**6 mai (14h-16h)**

**13 mai (14h-15h30)**

**GRATUIT**

**INSCRIPTION** 

Auprès de Mme BOUCLANS :

Téléphone : 06 26 24 41 39

Mail : bouclansi@gmail.com

Organisé par la Mutualité Française BFC

À PARTIR DE  
**60 ANS**

**29**  
**Avril**

**De 14h à 16h30**

**Salle annexe Saint Jacques**

(À côté de France Services)

**70140 PESMES**

**Partenaires**

