

# Bien vieillir chez vous

## RDV Info Santé

à partir de  
60 ans



### La santé, c'est le pied !

- Découvrir le pied et la cheville, leurs rôles et leurs pathologies
- Détecter des signes de faiblesses, choisir les bonnes chaussures et les bonnes chaussettes
- Faire le lien avec la pratique d'une activité physique régulière et adaptée

✓ Pour aller plus loin, un atelier de quatre séances sera proposé à la suite de ce Rendez-vous Info Santé. Au programme, rencontre d'un podologue, d'un réflexologue...

Mardi 1<sup>er</sup> février  
De 14h30 à 16h30

Salle Multi usages  
7 Place d'Armes  
71290 CUISERY

### Renseignements et inscriptions (gratuites)

Madame Claire FLECHON

07 89 56 83 59

claire.flechon@bfc.mutualite.fr

