

Le 26/06/2018

Madame, Monsieur,

Vous avez plus de 55/60 ans et vous souhaitez renforcer et travailler votre équilibre en toute sécurité? Apprendre les techniques nécessaires à la descente au sol et au relevé du sol? Avoir des conseils sur les gestes et postures du quotidien pour vous aider à adopter un comportement préventif ?

Alors les **Ateliers sur l'équilibre et la Prévention des chutes** vous concernent.

C'est un ensemble de 20 séances hebdomadaires d'une heure chacune, dans une ambiance conviviale et de façon ludique.

L'ASEPT Berry-Touraine organise ce cycle d'ateliers en partenariat avec le **CCAS de Saint Aignan**, les **MARDIS de 14h à 15h**, selon le calendrier suivant :

Séance d'essai le 25 septembre 2018

**Pour les seniors inscrits : 2, 9, 16, 23 octobre ; 6, 13, 20 et 27 novembre ;
4, 11 et 18 décembre ; 8, 15, 22 et 29 janvier ; 5, 12 et 26 février ;
5, 12, 19 et 26 mars ; 2 avril 2019**

Ce calendrier sera confirmé entre le groupe et l'animateur lors de la 1^{ère} rencontre, notamment pendant les vacances scolaires. Votre engagement et l'intérêt du programme sont de participer à l'ensemble des séances.

Nous remercions de **rendre votre réponse par retour de courrier** (même négative) à l'aide du bulletin d'inscription ci-contre. Pour cet atelier nous ne demandons pas de règlement (15 € par personne) la somme étant prise en charge par la Conférence des Financeurs 41.

L'inscription est ouverte quelle que soit votre caisse de retraite ou d'assurance maladie.

Cordialement,

L'équipe de l'ASEPT Berry-Touraine

Bulletin réponse à adresser par retour de courrier à :

**ASEPT Berry-Touraine
31 rue Michelet - 37000 TOURS**

Mme ou M. NOM : PRENOM :

Adresse :

Code postal : Ville :

Tél. fixe : Tél. portable :

Courriel :@.....

Date de naissance : / /

- Je participerai dans la commune de : **SAINT-AIGNAN**
aux ateliers équilibre et prévention des chutes
- Non disponible, je souhaite être sur liste d'attente pour une session ultérieure
- Je ne suis pas/plus intéressé-e par ces ateliers

Retraite principale :

- MSA - Agricole
 RSI - Indépendants
 CARSAT / CNAV
 CNIEG - Indus. Elec. et Gazière
 Autre régime
 Non retraité

Assurance maladie :

- MSA - Agricole
 RSI - Indépendants
 CPAM - Régime général
 CNIEG - Indus. Elec. et Gazière
 Autre régime

Fait à :

SIGNATURE

Date :

Les informations recueillies font l'objet d'un traitement informatique. Les destinataires de ces données sont l'ASEPT Berry-Touraine et le cas échéant la CARSAT, le SSI, la MSA et la CAMIEG. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant à l'ASEPT Berry-Touraine 02.47.31.61.92. Vous pouvez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant.