

# DE BONS CONSEILS POUR ÉVITER LES CHUTES

## *et garder la forme !*



**Mardi 10 mars 2026**  
de 14h15 à 16h30

Gratuit, ouvert à tous et sans inscription

**Information au 07 48 94 92 41**

**Espace Clair de Lune**  
**Rue des Mirettes**  
**ERNÉE**

Conférence animée par le **Docteur Claude PAUMARD**

Présentation et inscription aux ateliers Equilibre proposés par l'ASEPT

Echanges et accueil sur les stands partenaires

● RETRAITE COMPLÉMENTAIRE  
**agirc - arrco**

**L'Ernée**  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

**BOCAGE MAYENNAIS**  
COMMUNAUTÉ DE COMMUNES

ville d'**ERNÉE**  
Département de la Mayenne