Atelier « équilibre en bleu »

Le jeudi 14 février de 11h à 12h à la Maison du Département de Beynat, aura lieu la première séance de l'atelier « Equilibre en Bleu » organisé par l'ASEPT (Association Santé Education et Prévention sur les Territoires) et la communauté de communes Midi Corrézien.

Animé par « Siel Bleu groupe associatif » et prévu pour s'étaler sur 20 semaines à raison d'une séance hebdomadaire, il permettra aux participants d'apprendre à mieux se déplacer et à renforcer leur capacité musculaire et osseuse, pour préserver le capital santé. Pour y participer, il faut être âgé de 65 ans ou plus. Le tarif est de 20 € par personne pour l'ensemble du cycle. Pour plus d'informations, contactez le 05 55 49 85 01.