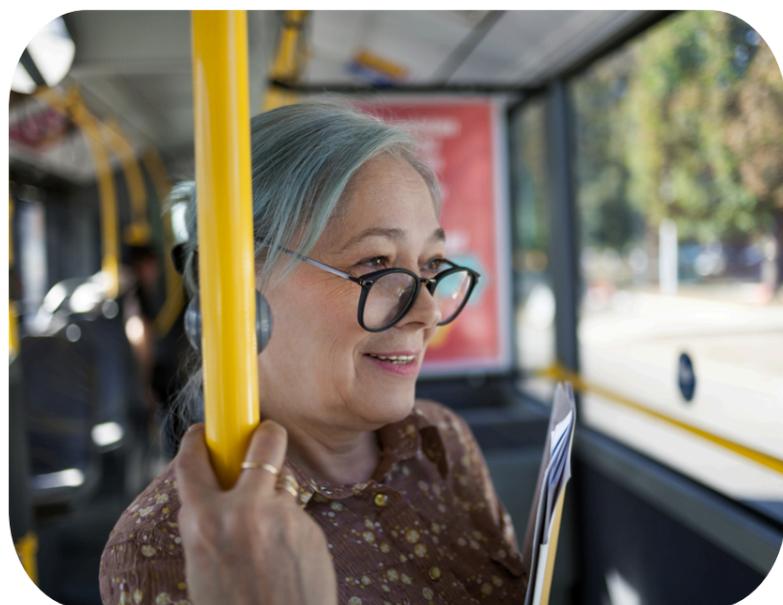


LES ATELIERS MOBILITÉ

Déplacements facilités, confiance retrouvée !

DÈS 55 ANS



Rendez-vous à **BOUSBECQUE** :

Jeudis 20 et 27 novembre
9h30 à 12h et 13h30 à 16h

Inscription par téléphone au **03.20.23.63.63**

Pour vous **déplacer** en toute **sérénité** et **bouger** en toute **simplicité** !



Ateliers déployés en **5 temps clés de 2 heures** chacun, alliant **conseils et exercices pratiques** !

Au programme :

Module 1 : "Se déplacer en toute sérénité" Le rôle des sens et de l'équilibre, le partage de la route, les facteurs de risques internes et environnementaux.

Module 2 : "Se protéger et protéger les autres" Agir sur soi et sur son environnement, protéger, examiner, alerter.

Module 3 : "Se déplacer en toute sécurité" Conseils et astuces pour anticiper les conditions de vos déplacements.

Module 4 : "Bouger connecté" Les applications GPS, trouver un itinéraire, réserver un billet en ligne.

Module 5 : "Code de la route et de la rue" Actualisation des connaissances et zoom sur les évolutions.