

LES ATELIERS MOBILITÉ

Déplacements facilités,
confiance retrouvée !

DÈS 55 ANS



Ne pas jeter sur la voie publique

Rendez-vous à **GAMACHES** :

Les lundis 27 avril, 4, 11 et 18 mai de 14h30 à 17h

Salle Georges Brassens, 6 rue de Normandie

Inscription par téléphone au : 02 35 50 53 60
par mail : o2s@villes-soeurs.fr
sur place : 49 route de Mancheville – 76260 EU

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



Ateliers déployés en
4 temps clés de 2h30 chacun,
alliant **conseils et exercices pratiques** !

Au programme :

“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.

“Se protéger et protéger les autres” : Agir sur soi et sur son environnement, protéger, examiner, alerter.

“Se déplacer en toute sécurité” : Conseils et astuces pour anticiper les conditions de vos déplacements.

“Bouger connecté” : Les applications GPS, trouver un itinéraire, réserver un billet en ligne.

“Code de la route et de la rue” : Actualisation des connaissances et zoom sur les évolutions.