

# Prévention séniors - Ateliers Vitalité



La communauté de communes Coeur de Garonne s'engage auprès de l'association Midi-Pyrénées Prévention pour proposer la mise en place d'ateliers de prévention de la perte d'autonomie aux personnes de plus de 60 ans habitant son territoire.

L'objectif de ces ateliers est principalement de permettre aux personnes de vivre une retraite "tout en équilibre".

Ces ateliers pour les séniors abordent, en groupe d'une quinzaine de personnes, les thématiques du Bien vieillir sous forme de cycle de 6 séances de 1h30. Ils auront lieu à la maison Garonne située à Cazères.

**Une réunion d'information aura lieu le 24 septembre à 9h30 à la Maison Garonne, 2 rue du quai Notre Dame, à Cazères (31220).**

Si vous souhaitez participer à cette réunion d'information, il faudrait contacter le 06.14.80.15.33 ou bien adresser un mail à [prevention.seniors@cc-coeurdegaronne.fr](mailto:prevention.seniors@cc-coeurdegaronne.fr)

Plus d'informations sur le site internet de la CC Coeur de Garonne : <https://www.cc-coeurdegaronne.fr/action-sociale/prevention-seniors/>