

Invitation

**VENDREDI 12 SEPTEMBRE 2025
SOIT DE 13:30-15:30 SOIT DE 15:45 - 17:30**

**venez échanger
avec nous pour
obtenir les bons
gestes à la posture,**



action proposée par :



MAISON DES AIDANTS



L'OUSTAL GOURDON

**LE CHOIX DE VIEILLIR
CHEZ MÔÏ**

Grâce aux services
du Centre de ressources territorial
pour les personnes âgées de

Gourdon-en-Quercy

LA MAISON DES SÉNIORS – L'OUSTAL
3 rue Pomache
46300 GOURDON
05 65 27 66 45 / 06 15 14 22 20
crtgourdon@ch-gourdon.fr



*Centre Hospitalier
Jean Coulon
de Gourdon*

LES GESTES A LA POSTURE

**La Maison des Aidants
L'Oustal, avenue
Cavaignac à Gourdon**

Contactez nous :

marie.tramontana@groupama-oc.fr

MME TRAMONTANA : 06.88.98.29.16

MME PELLETIER : 06.15.14.22.20

MME THOMAS : 06 32 16 61 15