



Calendrier Programme d'Activité Physique Adaptée et Santé  
« Programme Long prévention des chutes »



| <b>Septembre 2019</b> |              |           |
|-----------------------|--------------|-----------|
| Semaine 39            | 24 Septembre | Séance 1  |
| <b>Octobre 2019</b>   |              |           |
| Semaine 40            | 01 Octobre   | Séance 2  |
| Semaine 41            | 08 Octobre   | Séance 3  |
| Semaine 42            | 15 Octobre   | Séance 4  |
| <b>Novembre 2019</b>  |              |           |
| Semaine 45            | 05 Novembre  | Séance 5  |
| Semaine 46            | 12 Novembre  | Séance 6  |
| Semaine 47            | 19 Novembre  | Séance 7  |
| Semaine 48            | 26 Novembre  | Séance 8  |
| <b>Décembre 2019</b>  |              |           |
| Semaine 49            | 03 Décembre  | Séance 9  |
| Semaine 50            | 10 Décembre  | Séance 10 |
| Semaine 51            | 17 Décembre  | Séance 11 |
| <b>Janvier 2020</b>   |              |           |
| Semaine 2             | 07 Janvier   | Séance 12 |
| Semaine 3             | 14 Janvier   | Séance 13 |
| Semaine 4             | 21 Janvier   | Séance 14 |
| Semaine 5             | 28 Janvier   | Séance 15 |
| <b>Février 2020</b>   |              |           |
| Semaine 6             | 04 Février   | Séance 16 |
| Semaine 9             | 25 Février   | Séance 17 |
| <b>Mars 2020</b>      |              |           |
| Semaine 10            | 03 Mars      | Séance 18 |
| Semaine 11            | 10 Mars      | Séance 19 |
| Semaine 12            | 17 Mars      | Séance 20 |
| Semaine 13            | 24 Mars      | Séance 21 |
| Semaine 14            | 31 Mars      | Séance 22 |
| <b>Avril 2020</b>     |              |           |
| Semaine 17            | 21 Avril     | Séance 23 |
| Semaine 18            | 28 Avril     | Séance 24 |
| <b>Mai 2020</b>       |              |           |
| Semaine 19            | 05 Mai       | Séance 25 |
| Semaine 20            | 12 Mai       | Séance 26 |
| Semaine 21            | 19 Mai       | Séance 27 |
| Semaine 22            | 26 Mai       | Séance 28 |
| <b>Juin 2020</b>      |              |           |
| Semaine 23            | 02 Juin      | Séance 29 |
| Semaine 24            | 09 juin      | Séance 30 |

Durant la saison, 3 séances seront consacrées à l'éducation à la santé avec trois professionnels différents : une diététicienne, une sophrologue et une ergothérapeute.