

POUR PRÉVENIR LES CHUTES : JE BOUGE AU QUOTIDIEN

Votre meilleure alliée
c'est l'**activité physique**.

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Une chute n'est jamais banale ;
parlez-en à votre médecin.



Pour découvrir les bons gestes et maintenir votre autonomie,
Rendez-vous sur le site guadeloupe.ars.sante.fr