

# Après-midi découverte sportive pour les 60+

Vendredi 2 mai 2025

14h – 18h

Salle polyvalente de Siviriez



Participation gratuite et sans inscription

**Venez tester des activités pour rester au top de votre forme !**

- 14h-16h30 : gymnastique, Feldenkrais, danses du monde, yoga et pétanque... Découvrez plusieurs activités proposées en Glâne et qui contribuent à la prévention des chutes.
- 16h45 : discours de V. Bard, Préfet de la Glâne, de S. Luyet, chef du Service de la santé publique, et de R. Gobet, Syndic de Siviriez.
- 17h00 : goûter convivial et animation par les Cadets de la Fanfare paroissiale de Siviriez.

En continu : tests Equilibre-en-marche par des physiothérapeutes et stands d'information.

**Plus d'informations : Pro Senectute - 026 347 12 93**

**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

[equilibre-en-marche.ch](http://equilibre-en-marche.ch)




Bien vieillir  
en Glâne

**physio**  
fribourg



Commune de Siviriez

  
**Ligue fribourgeoise  
contre le rhumatisme**  
Notre action – votre mobilité

  
**PHYSIOTHÉRAPIE**  
SIMON HELFER



Gesundheitsförderung Schweiz  
Promotion Santé Suisse  
Promozione Salute Svizzera



ETAT DE FRIBOURG  
STAAT FREIBURG

Direction de la santé et des affaires sociales DSAS  
Direktion für Gesundheit und Soziales GSD



Cet événement est subventionné par l'Office fédéral des assurances sociales, car il favorise tout particulièrement l'indépendance et l'autonomie des personnes âgées.