**Pour s’inscrire au**

**Programme intégré d’équilibre dynamique (PIED)**

**Critères de présélection :**

* Avoir 65 ans et plus
* Être autonome
* Vivre à domicile (pas en CHSLD)
* Avoir chuté dans la dernière année ou avoir peur de chuter ou être préoccupé par son équilibre
* Être motivé et capable de suivre un programme d’exercices en groupe 2 fois par semaine pendant 12 semaines

Après l’inscription, pour être accepté au programme, il faut répondre à un questionnaire de sélection (sur l’état de santé) administré par téléphone par un responsable du programme.

**Le lieu des groupes peut changer à chaque session.** **Cette liste est assujettie à tout changement. Restez à l’affût.**

| **Session printemps 2019** | | |
| --- | --- | --- |
| **Municipalité de résidence** | **Où appeler?** | **Lieu de la session** |
| **Beloeil** | Centre des loisirs  **450 467-2835 poste 2925**  Des frais de 75$ s'appliqueront pour ceux qui n'ont pas la carte loisir Accès Beloeil (provenant de l'extérieur) | **Centre des loisirs** |
| **Brossard**  **Greenfield Park**  **LeMoyne**  **Saint-Hubert** | CISSS Montérégie-Centre  RLS de Champlain  **Julie Harvey 450 462-5168**  Accès réservé aux résidents de Brossard, Saint-Hubert, Greenfield Park et LeMoyne | **CLSC Samuel de Champlain** (animé en anglais) |
| **Centre administratif du CISSS Montérégie-Centre de St-Hubert**  (animé en français) |
| **La Présentation et environs** | Bureau municipal  **450 796-2317**  Date limite d’inscription : 11 janvier 2019 | **Bureau municipal de La Présentation** |
| **Richelieu et environs** | Club FADOQ de Richelieu  **Mme Céline Phénix**  **450 447-8931** | **Chalet du parc Florence-Viens à Richelieu**  Le local pourrait changer en cours de session |
| **Saint-Hyacinthe et environs** | Loisirs Christ-Roi  **450 773-1102**  Date limite d’inscription : 11 janvier 2019 | **Loisirs Christ-Roi à Saint-Hyacinthe** |
| **Saint-Isidore et environs** | Club Les Cœurs Vaillants de  Saint-Isidore  **M. Guy Girard 450 454-1281**  Date limite d’inscription : 30 novembre | **Sacristie de l’Église de Saint-Isidore** |
| **Saint-Jean-sur-Richelieu** | Club FADOQ Ile Sainte-Thérèse-Talon  **Mme Gisèle Delisle 450 348-8369**  Date limite d’inscription : 30 novembre | **Pavillon Gérard-Morin** |
| **Sainte-Marie-Madeleine et environs** | Bureau des loisirs  **450 795-6984** | **Bureau des loisirs de Sainte-Marie-Madeleine** |