



# Garder l'équilibre

## Tous en mouvement !



Votre équilibre est précieux  
À tout âge, il est important de le préserver  
Le site **garder-lequilibre.fr** vous propose

des exercices simples à effectuer au quotidien  
des tests pour évaluer votre équilibre  
des astuces pour votre maison  
des jeux à télécharger

...

