

C'est le temps de passer à l'action!

Les bienfaits de l'activité physique sur la santé

- Préserve l'autonomie
- Diminue les risques de chute
- Améliore la qualité du sommeil
- Aide à gérer le stress



SERVICES

Rencontre individuelle et personnalisée
Personnel attentionné

Milieu de stage
Exercices adaptés pour faire chez soi



Prise de rendez-vous : 819 376-5114
Visitez notre site Internet au www.uqtr.ca/clinique.kinesiologie