



Bien Vieillir Invecchiare Bene

Atelier Santé Senior D'Marche

Un petit pas de plus au quotidien...

Un grand pas pour votre santé !

Nous vous proposons une présentation interactive pendant laquelle sera remis à chacun un outil d'évaluation simple et ludique : un podomètre un peu particulier... S'en suivront des temps d'accompagnement afin de garder le contact et d'entretenir la motivation.

**Les lundis 06, 20 septembre, les 4, 18 octobre
à Saint-Pons**

Salle n°2, ancienne école
de 14h à 16h

Inscription Gratuite - Limité à 10 personnes

Contact et inscriptions : Jennifer DUPITIER - Espace France Services 04 92 80 71 30
Se munir d'une attestation de responsabilité civile pour la première séance.

Programme européen PITER - ALCOTRA Terres MONVISO
Programma europeo PITER - ALCOTRA Terres MONVISO