

## « Vieillir Sereinement » - Ateliers NUTRIATHLON

Adeline LARZILLIERE - Diététicienne / Thomas GAUBERT - Educateur Sportif

☎ 03 23 24 31 02 / [vieillir.sereinement@ch-laon.fr](mailto:vieillir.sereinement@ch-laon.fr)

### EUREKA (Présentation)

Date : **Mardi 9 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 30

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

### Le BON USAGE du MEDICAMENT

Date : **Mardi 16 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 00

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

### PASS'SPORT (Activité physique - Risque de chute)

Date : **Mardi 23 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 30

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

### REVEILLEZ POPEYE (Equilibre alimentaire)

Date : **Mardi 30 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 30

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

## « Vieillir Sereinement » - Ateliers NUTRIATHLON

Adeline LARZILLIERE - Diététicienne / Thomas GAUBERT - Educateur Sportif

☎ 03 23 24 31 02 / [vieillir.sereinement@ch-laon.fr](mailto:vieillir.sereinement@ch-laon.fr)

### EUREKA (Présentation)

Date : **Mardi 9 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 30

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

### Le BON USAGE du MEDICAMENT

Date : **Mardi 16 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 00

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

### PASS'SPORT (Activité physique - Risque de chute)

Date : **Mardi 23 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 30

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**

### REVEILLEZ POPEYE (Equilibre alimentaire)

Date : **Mardi 30 septembre 2025**

Horaires : de **9 h 30** à 11 h 30

Lieu : **Grain de Sel** 1 rue des Marronniers à **SISSONNE**