



Journée de sensibilisation **gratuite** et Activités Physiques Adaptées pour seniors à **Bretenoux**



Vous avez 60 ans ou plus, vous vivez à domicile, l'Association Siel Bleu, en partenariat avec la **Maison de Santé Pluriprofessionnelle (MSP) de Saint-Céré** et la **Conférence des financeurs du Lot**, vous propose de participer au programme

« *Santé Bouger* »

Date : **Mardi 7 juillet 2026**

Lieu du RDV : île de La Bourgnatelle 46130 BRETENOUX

Accueil à partir de 9h15



Programme

10h-12h30 : mise en place d'ateliers innovants d'activités physiques adaptées, réalité virtuelle et sensibilisation par des professionnels de la MSP (diététicienne, psychomotricienne, podologue et orthophoniste)

12h30-14h : repas tiré du sac

14h-16h : suite des ateliers du matin

16h-17h : goûter offert et photos pour immortaliser la journée



**Maison de Santé
Pluridisciplinaire
de Saint-Céré**

Programme encadré par des professionnels

Sur inscription uniquement



Places limitées !

**CAUSSES et
VALLÉE de la
DORDOGNE**
communauté de communes



Pour plus
d'infos et pour
s'inscrire

Carole LACAZE

Responsable Départementale, Association Siel Bleu 46

Tél : **07.60.88.73.80** / Mail : **carole.lacaze@sielbleu.org**



santé
famille
retraite
services

LOT
LE DÉPARTEMENT

Agence Régionale de Santé
Occitanie

Carsat
Midi-Pyrénées

SÉCURITÉ
SOCIALE
INDÉPENDANTS

RETRAITE COMPLÉMENTAIRE
agirc-arrco

MUTUALITÉ
FRANÇAISE
OCCITANIE

Assurance
Maladie
LOT

Agence
nationale
de l'habitat
Anah

CNSA
Caisse nationale de
solidarité pour l'autonomie