

prenons l'âge du bon côté

Des ateliers près de chez vous
pour continuer à faire ce que vous aimez

ACTIVITÉ PHYSIQUE ET ALIMENTATION
INSCRIVEZ-VOUS

+ de 60 ans

Retrouvez-nous pour découvrir comment
l'activité physique et une alimentation adaptée
ont un impact positif sur votre santé.

Au programme : des échanges personnalisés et
des activités pratiques dans un environnement
convivial et encadrés par des experts.

Chaque semaine à 14 h – **GRATUIT**
les 17/09 ; 22/09; 29/09; 06/10; 13/10;
03/11; 10/11; 17/11; 26/11; 03/12

Espace d'animation
LUC LA PRIMAUBE

Pour vous inscrire,
contactez le **07 56 18 00 83** (à partir du 10/08)
ou prevention@altriane.fr



Crédit photo : © Flashpop et Leland Bobbe via Getty Images