



CONFÉRENCE

ALIMENTATION, ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SOMMEIL, LES CLÉS DU BIEN VIEILLIR

CONSEILS ET ASTUCES POUR AMÉLIORER VOTRE QUOTIDIEN ...
... ET PRÉSENTATION DU PROGRAMME "SENIORS ACTIFS" DE 12 SÉANCES
(LES JEUDIS MATINS DU 05 NOVEMBRE AU 04 FÉVRIER)
12 PLACES DISPONIBLES - INSCRIPTIONS LORS DE LA CONFERENCE

Gratuit



60 ans
et +

Landudec
et alentours

JEUDI 15 OCTOBRE À 10H00



ESPACE GISÈLE BARS



RENSEIGNEMENTS AUPRÈS DE DEFI SANTE NUTRITION AU 07 56 94 09 97

