

BIEN VIEILLIR



Gratuit et
ouvert à tous à
partir de 65 ans !

À DOMICILE

10 ateliers pour rester autonome,
actif et en bonne santé

Les mardis et jeudis – 14h30 à 16h30



**Animés par des professionnels de
santé du territoire**

4 BONNES RAISONS DE PARTICIPER

- Prévenez les chutes et restez actif
- Apprenez à mieux manger pour votre santé
- Améliorez votre quotidien à domicile
- Gardez le lien social et partagez un moment convivial

Un bilan personnalisé au début et à la fin du parcours



**CONTACT ET
INSCRIPTION**

cptselel@gmail.com ou 06 81 64 52 43