



POUR Bien Vieillir



Association santé
éducation et prévention
sur les territoires
ASEPT Normandie

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

ATELIER DÉCOUVERTE DE L'APA

Danse en ligne

L'Activité Physique Adaptée (APA) regroupe des activités conçues pour répondre aux capacités et aux besoins de chacun.

Encadrée par des professionnels, elle permet de reprendre une activité physique en toute sécurité. Parce qu'avancer en âge ne signifie pas renoncer à bouger !



12 séances chaque Jeudi

Du 05/11/26 au 04/02/27
De 10h30 à 11h30



Salle des Fêtes

8 bis avenue Charles de Gaulle
TOUQUES (14)

GRATUIT - Public séniors retraités dès 55 ans



Inscriptions auprès du CLIC

au 02 14 47 54 94 ou

clicpaysdaugenord@calvados.fr

www.asept-normandie.fr - www.pourbienvieillir.fr



Ne pas jeter sur la voie publique

Avec le soutien de nos partenaires



En partenariat avec



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre des conférences des financeurs de la perte d'autonomie des personnes âgées du Calvados, de l'Eure, de la Manche, de l'Orne et de la Seine-Maritime