

Ateliers Manger Bouger

Sénior

GRATUIT

1

CONFÉRENCE DE PRÉSENTATION



Le jeudi 12 mars 2026 à 10h



Salle de la Boissonnière

- Informations générales sur la nutrition et la prévention des chutes chez les seniors.
- Présentation des ateliers et de leurs objectifs

i Inscriptions aux ateliers à la fin de la conférence

Pour toutes les personnes de plus de 65 ans



GRATUIT

2

ATELIERS DE PRÉVENTION



Tous les vendredis de 9h15 à 10h30 à partir du 20 mars 2026



Salle de la Boissonnière

8 ateliers avec Marie, kinésithérapeute
3 ateliers avec Margot, diététicienne
1 atelier cuisine et repas convivial

