



## ATELIERS MOBILITÉ SANTÉ

**10 SEANCES GRATUITES POUR LES + DE 60 ANS**  
**Les MARDIS ET JEUDI MATINS (9h-12h)**  
**Du 23/09 au 21/10/2021**

Pour :

- Découvrir des menus équilibrés avec une nutritionniste
- Se réapproprier la marche, comme mode actif de déplacement
- Utiliser le réseau urbain pour faire ses courses et visiter des producteurs locaux
- Utiliser les nouvelles technologies pour optimiser ses déplacements

**INSCRIVEZ-VOUS AU 06 47 25 75 23!**

(repas partagé, sorties et visites pris en charge)

