

Atelier Nutri Activ'

Atelier Nutri Activ'

Marion JACOTOT - barcelonne.du.gers@wanadoo.fr

A partir du 1er octobre pour les séniors

Un atelier collectif de prévention santé est organisé sur la commune de Vergoignan à destination des personnes de plus de 60 ans.

Cet atelier croise la thématique de la Nutrition et de l'activité physique "bien bouger, bien manger". Il sera animé par Madame Dominique Maurel, diététicienne.

Vous pourrez voir au fil des séances le lien étroit entre avoir une bonne alimentation et maintenir, stimuler ses capacités physiques.

Ce cycle d'atelier de 6 séances hebdomadaires se déroulera le mardi matin de 10h à 12h - 1 Route d'Arblade à Vergoignan.

Séance 1 : Mardi 1er octobre 2024 - 10h à 12h

Vous trouverez le planning détaillé des séances en pièce-jointe ainsi que l'affiche et le descriptif du contenu de l'atelier.

Pour toutes les inscriptions merci de contacter le numéro suivant : 06.69.15.22.95.



[Affiche Atelier NUTRI ACTIV'Triptyque-ActivNutritionPLANNING Nutri Activ'](#)

Non

