



Atelier Nutrition/Habitat

Programme de prévention ATOUT AGE

pour les 55 ans et +

Lundi 29 octobre 2018

De 9h à 12h

Un parcours complet sur 8 séances pour apprendre à mieux manger et rester en pleine forme

LOCAL SHLMR
(près du centre -ville
de Petite-Ile)

Inscription gratuite :

ORIAPA : 0692 86 73 13 - 0262 20 39 37

Email : yasmine.lenormand@oriapa.re (avant le 22/10/2018)

Des ateliers ludiques en toute convivialité et construits avec des médecins pour :

- **Mieux conserver** vos aliments,
- **Connaître** et cuisiner les aliments bénéfiques à votre santé,
- **(Re)découvrir** les bienfaits de l'activité physique,
- **Bien aménager** votre maison pour vous déplacer en sécurité,
- **Connaître** les aides disponibles.



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent :

