



Après 2 ans de succès la

## **BALADE à PETITS PAS**

**Séniors**

*élargit son offre aux personnes avec canne(s)  
ou déambulateur à roulettes.*



## **Tous les LUNDIS de 14H à 16H**

**RDV : Parc BERT**  
*(à côté de la baraque à frites)*  
**St Donat**

**Gratuit** avec adhésion à jour.

**LE SEUL BUT : ne pas rester isolé !**

La marche est source de santé.  
Au quotidien elle permet une meilleure  
qualité de vie. Ne pas se résigner.  
C'est dans le mouvement et dans l'action  
que vous retrouverez de la vivacité.



**Tél : 06 83 58 13 07**

site : [lcherbasse.wixsite.com/loisirs-culture](http://lcherbasse.wixsite.com/loisirs-culture)

e-mail : [loisirs.culture.herbasse@gmail.com](mailto:loisirs.culture.herbasse@gmail.com)

Facebook : [loisirs et culture de l'herbasse.margès](https://www.facebook.com/loisirs-et-culture-de-lherbasse-margès)