

PARCOURS

Seniors

gardez

la Pêche !



MUTUALITÉ
FRANÇAISE

NORMANDIE



9 séances

Du 15 octobre au 10 décembre 2021



FERRIERES EN BRAY

Salle des Valembours,
15, résidence des Valembours
76220 Ferrières en Bray

Le vendredi matin de 9h30 à
11h30

GRATUIT
Inscription
OBLIGATOIRE

elodie.delfrate@normandie.mutualite.fr

06 42 86 36 34

PASS SANITAIRE OBLIGATOIRE



#Rencontresanté

Les partenaires :



C.L.I.C du Pays de Bray



Carsat Retraite
& Santé
au travail
Normandie



Des séances conviviales pour rester en forme :

- 1^{ère} séance : Une balade contée
- Suivie d'ateliers pour
 - Bougez plus
 - Bien manger
 - Soulager son dos
- Dernière séance : bilan autour d'un café