

ATELIERS DE PRÉVENTION SANTÉ

Activité physique adaptée et stimulation cognitive

Avec le soutien de la CNSA dans le cadre de la Conférence des Financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Isère, Maison Hygeia propose aux personnes de plus de 60 ans des ateliers de prévention gratuits :



24 séances d'activité physique adaptée
(2 séances/sem, 3 mois)



12 séances de stimulation cognitive
(1 séance/sem, 3 mois)



**Programme gratuit
réservé aux
personnes de plus de
60 ans**

80 places sont disponibles au sein de Maison Hygeia
Maison Sport-Santé, Montbonnot-St-Martin, 445 rue Lavoisier



3 cycles du 27 mars au 23 décembre 2023

Les séances se dérouleront les lundis, mardis, mercredis et jeudis

Contactez :  Vincent au 06 63 98 10 40
ou  contact@maisonhygeia.fr



Maison **Hygeia**
Pour être bien