# Seniors

# Découverte des Activités Physiques Adaptées

**Avec le soutien de la CNSA dans le cadre de la Commission des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées de l'Isère**

## Les bienfaits de l'activité physique et de la nutrition sur la santé

- 32 séances d'Activités Physiques Adaptées incluant 2 marches « zéro déchet » **à partir du 3/03 tous les mardis de 11h à 12h**
- 4 ateliers nutrition

Une participation financière vous sera demandée

## Activité Physique Adaptée

### Tous les mardis de 11h à 12h à partir du 3 Mars 2026

Salle Socio-éducative
40 rue du Comte de Menon – 38300 Saint-Savin

**Contact**

Inscriptions à la mairie de Saint Savin
TEL : 04 74 28 92 40
E-mail : mairie@saintsavin-isere.fr

**La santé**
**par l'activité physique adaptée !**
www.sielbleu.org

Association Siel Bleu, BP 18104, 67038 Strasbourg Cedex • Photos : SB - Ne pas jeter sur la voie publique