

Et si être **retraité** c'était
**trouver son
rythme ?**

**ATELIER
ACTIVITÉ
PHYSIQUE
ADAPTÉE**

Gratuit

Conférence mardi 7 octobre 2025 • à 14h

Salle des cérémonies à la Mairie de La MEZIERE

**Suivi d'un cycle de 12 séances, les mardis, animé par une
kinésithérapeute**

Inscription à l'issue de la conférence
Renseignements au **07 61 04 15 69** ou à
coordinatrice.helena@lameziere.fr