Actimut
SERVICE DE PRÉVENTION
PAR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE
GROUPE VYV

MUTUALITÉ FRANÇAISE BRETAGNE

JE ME RENFORCE *après 60 ans !*

Réunion d'information

Mardi 16 sept. 2025
de 15h30 à 16h30

Résidence Autonomie
Ti Langastel
8 bis Route de Lannion
TREGASTEL

Comment reprendre une activité physique pour rester en forme ?

A l'issue de la conférence, possibilité de s'inscrire aux 11 séances alliant activité physique et conseils en alimentation.

De septembre à décembre 2025

Plus de renseignements au 06 45 30 91 71 ou initiativessociales.bretagne@vyv3.fr

Gratuit

Conférence ouverte aux personnes de 60 ans et plus !

Les partenaires :

ars Agence Régionale de Santé Bretagne

Côtes d'Armor le Département

Maison Sport Santé d'Armor

Trégastel TREGASTELL

Crédits photos : Adobestock.com - Édition : novembre 2024