

Et si être **retraité** c'était

**trouver son  
rythme ?**

**ATELIER  
ACTIVITÉ  
PHYSIQUE  
ADAPTÉE**

**Gratuit**

**Conférence 2 septembre 2025 · de 10h30 à 12h**

**Suivi d'un atelier de 16 séances, tous les mardis**

**Salle Olivera Do Bairro · à Lamballe - Armor**

**Inscription Obligatoire auprès du CCAS :**  
Angélique Allais au 02 96 50 13 50