

# Les **INSATIABLES**

Groupe SOS

## Ateliers

### SPORT-SANTÉ

### ET ALIMENTATION



## AU MENU



Réervé aux + de 60 ans  
**GRATUIT**

- Atelier pratique avec un professeur en activité physique adaptée !
- Atelier pratique en cuisine avec un chef !
- Conseils nutritionnels d'une diététicienne
- Dégustation en fin d'ateliers !

**PLACES**

**LIMITÉES !**



### ATELIER SPORT-SANTE

**Mercredi 18 Février | 10h - 12h**

- Pensez à votre gourde et à mettre une tenue adaptée

### ATELIER DE CUISINE

**Jeudi 26 Février | 10h - 12h30**

- Pensez à prendre un tupperware !

**SUR INSCRIPTION UNIQUEMENT AUPRÈS DE MME LEHUGER**  
AU 06.16.04.99.11 OU À VILLAGE.COURTILNOE@QUEBRIAC.FR

#### ADRESSE

Salle Noëlys, Village Du Courtil Noë,  
rue du courtil noë, 35233 Québriac



[www.lesinsatiabiles.org](http://www.lesinsatiabiles.org)

