

INVITATION - RENCONTRE MONALISA 63



Seniors : Bien manger, Bien bouger

MARDI 25 NOVEMBRE

14H - 17H

**Lezoux - salle du Lido -
Place Georges Raynaud**



PROGRAMME

14H-14H15

Accueil et ouverture de la rencontre

14H15-15H15

Conférence-débat :

"L'alimentation santé : manger pour bouger mieux"

par Manon Galleron, diététicienne
nutritionniste

15H15-16H45

Ateliers découverte

- **Quiz** animé par le Relais amical 63
 - **Atelier numérique** animé par les jeunes en service civique (Unis-Cité)
 - **Atelier activité physique adaptée** animé par l'association "Adansé... bonne arrivée"
-

16H45

Clôture et partage d'un moment de convivialité

POUR + D'INFOS :

cooperationmonalisa63@gmail.com

Les membres de la coopération Monalisa 63 :

Les Petits Frères des Pauvres / Unis-Cité / CCAS de Clermont-Ferrand / Conseil départemental du Puy-de-Dôme / ALMA 63 / CARSAT Auvergne / Ophis du Puy-de-Dôme / Auvergne Habitat / Clics du département / SC2S / Relais amical 63