









## Ateliers Vitalité

Lieu: Salle abeille

315 rue de la gare 79360 Beauvoir sur Niort

mardi 5 mars 2024 14h00 - 16h30

·Séance 1 : mon âge face aux idées reçues

mardi 12 mars2024 14h00 - 16h30

Séance 2 : ma santé, agir quand il est temps

mardi 19 mars 2024 14h00 - 16h30

• Séance 3 : nutrition, la bonne attitude

mardi 26 mars 2024 14h00 - 16h30

·Séance 4 : l'équilibre en bougeant

mardi 2 avril 2024 14h00 - 16h30

·Séance 5 : bien dans sa tête

mardi 9 avril 2024 14h00 - 16h30

- •Séance 6 : au choix
  - un chez-moi adapté, un chez-moi adopté
  - à vos marques, prêt, partez!

Pensez à la planète!



Pour toute information veuillez contacter MSA Services Poitou

Tél.: 05 49 44 56 36 ou prevention@msaservices-poitou.fr















Carsat & Santé autravail







