

Action réalisée avec le soutien financier
du GIE Vieillessement Actif et le Fonds de dotation Muta- Réunion



**L'ORIAPA vous invite à un atelier
ATOUT AGE sur le thème de la nutrition
chez les Séniors, sur BRAS-PANON**

**MANGER MIEUX ET BOUGER TOUS LES JOURS C'EST
POSSIBLE !**

Vous êtes âgé de 55 ans et plus.

**Cet atelier a été conçu pour vous qui souhaitez préserver
votre santé et donc vous protéger contre certaines maladies
(maladies cardiovasculaires, hypertension, diabète, ostéoporose...)**

Animation ludique en 8 séances (durée de 3h /séance)

**Thèmes abordés : besoins alimentaires, hygiène et sécurité
alimentaire, activité physique, alimentation santé, alimentation
plaisir/ démonstration culinaire, conseils pratiques sur l'habitat)**



L'accès à l'atelier est gratuit.

Pour vous inscrire, contacter vite l'ORIAPA

au 0692 86 73 13 /0262 20 39 37

avant le 16 février 2017

