

Bonjour,
Pour aborder différentes notions de prévention santé sur le « bien vieillir » et adopter les bons réflexes, nous vous proposons de participer à un cycle d'atelier pluri-thématiques, mis en œuvre par l'ensemble des caisses de retraite en coordination avec l'ASEPT POITOU et la MSA Services Poitou :

Atelier Vitalité

GRATUIT

Durée :
6 séances
de 2h30

Prendre soin de soi

Acquérir les bons réflexes du quotidien

Améliorer votre qualité de vie

Préserver votre capital santé



Inscription
avant le
13 mai 2024

Ouvert à tous
dès 60 ans

Lundi 3 juin 2024

de 9h45 à 12h15

MJC Jean Vasca

Salle de réunion

34 rue de Châtellerault

86300 Chauvigny

S'adressant aux seniors, quel que soit leur régime de retraite, nous vous remercions de bien vouloir communiquer cette action de prévention au sein de votre réseau, et à toutes personnes pouvant être intéressées.

Pour tout renseignement, contactez-nous au **05 49 44 56 36** et/ou consultez notre site :

www.msaservices-poitou.fr

Cordialement,
MSA Services POITOU