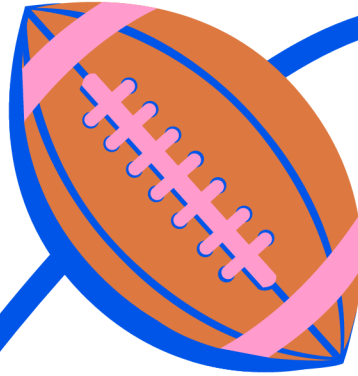


LES VENDREDIS DE 14H À 15H

DU 8 NOVEMBRE AU 7 FÉVRIER

QUETTEHOU, MAISON DES ASSOCIATIONS

*Pour les plus
de 60 ans,
12 séances
gratuites*



RUGBY SILVER XIII



Activité physique adaptée qui améliore l'équilibre, permet de prévenir les chutes, renforce les réflexes et la coordination

**Animée par les éducateurs formés de l'association multisports
les Homards du Cotentin**

**Renseignement et inscription auprès du CLIC du Cotentin
au 02 33 01 00 00**

Un certificat médical est nécessaire



Ensemble, les caisses de retraite s'engagent



Avec le concours financier de la CNSA dans le cadre des conférences des financeurs de la perte d'autonomie des personnes âgées du Calvados, de l'Eure, de la Manche, de l'Orne et de la Seine-Maritime