



— VOUS AVEZ PLUS DE 60 ANS ? —

BIEN DANS SON CORPS, BIEN DANS SON ASSIETTE !

Bouger, bien manger et préserver sa vitalité au quotidien



3 séances pour adopter de bonnes habitudes :
activité physique, conseils nutritionnels et
atelier cuisine.



**LES JEUDIS 12, 19 ET 26
NOVEMBRE 2026.**

12 et 19 novembre : 9h30-11h30 / 26 novembre : 9h30-13h30



ATELIERS GRATUITS
SUR INSCRIPTION AU
02 33 01 00 00.



CENTRE EUGÈNE GODEY
18 AVENUE DES DOUITS
50 270 BARNEVILLE- CARTERET





— VOUS AVEZ PLUS DE 60 ANS ? —

BIEN DANS SON CORPS, BIEN DANS SON ASSIETTE !

Bouger, bien manger et préserver sa vitalité au quotidien



3 séances pour adopter de bonnes habitudes :
activité physique, conseils nutritionnels et
atelier cuisine.



**LES MARDIS 10, 17 ET 24
NOVEMBRE 2026.**

10 et 17 novembre : 10h-12h / 24 novembre : 10h-13h30



**ATELIERS GRATUITS
SUR INSCRIPTION AU
02 33 01 00 00.**



**CENTRE SOCIAL NIKI DE SAINT PHALLE
290 RUE DU CAPLAIN
50110 CHERBOURG-EN-COTENTIN**