

Activité physique dès le 8 janvier

Activités
gratuites

A partir du 8 janvier 2026

Salle des fêtes de Samatan

les jeudis de 11h à 12h

Découvrez des séances variées et ludiques !

Objectifs : - Maintenir son autonomie
en sollicitant ses capacités
physiques et psychiques,
- Favoriser le lien social,
- Prévenir les risques de chutes,



Activité physique dès le 8 janvier

Dès le jeudi 8 janvier, de 11 h à 12 h, à la salle des fêtes, l'Ufolep 32 proposera un atelier d'activité physique et de prévention destiné aux personnes de 60 ans et +.

Pour participer à ces ateliers gratuits vous devez vous inscrire au préalable par mail : sportsante.ufolep32@gmail.com ou par téléphone au 06 09 20 99 30.

**ATELIER D'ACTIVITÉ
PHYSIQUE ADAPTÉE
ET DE PREVENTION**

Pour les 60 ans et plus

Activités
gratuites

A partir du 8 janvier 2026
Salle des fêtes de Samatan
les jeudis de 11h à 12h
Découvrez des séances variées et ludiques !

Objectifs : - Maintenir son autonomie
en sollicitant ses capacités
physiques et psychiques,
- Favoriser le lien social,
- Prévenir les risques de chutes,

Inscription obligatoire par téléphone au
06.09.20.99.30. ou par mail : sportsante.ufolep32@gmail.com

Logos: Ufolep, Maisons Sport Santé, Carsat, Samatan, Maisons de Santé du Bassin de la Save.

605501941_1307718868053384_3249514412850489699_n.jpg