



Association Les Grands Jardins du Theil

**Jeudi 14 novembre
à 20h00**

***Pratiques et routines
incontournables pour Vivre
longtemps en pleine santé***

avec Céline BRAVO

Accompagnatrice nutrition santé

Vivre longtemps, en pleine santé, c'est :



- ⇒ *Solidité de l'os*
- ⇒ *Solidité du muscle*
- ⇒ *Bon moral, belle sociabilité*
- ⇒ *Efficacité de nos fonctions corporelles*

Quelles pistes mettre en place, quelles routines au quotidien pour favoriser la meilleure santé possible et pour longtemps ?

Quand : jeudi 14 novembre à 20h00

Combien : 6€ adhérent – 8€ non adhérent LGJ

Où : 125 rue Varin - 50330 – Gonneville Le Theil

Réservation obligatoire - Places limitées :

Les Grands Jardins du Theil - 02 33 44 72 04 - lesgrandsjardinsduthheil@gmail.com