PROJET “A LA DECOUVERTE DU SIEL BLEU”

Lieux : PAYRIN

Jour : Jeudi de 14h-15h30

Début du projet : Dès que possible

Fin de projet : Juin 2027

Cours proposé aux personnes âgées vivant à domicile de plus de 60 ans

Programme proposé :

- **21 séances d’1h30 d’APA avec bilans**
- **3 ateliers de nutrition d’1h30**
- **3 ateliers écomobilité d’1h30**
- **Accès à la plateforme Siel Bleu pendant 3 mois**
- **Bilan d’impact à 3 mois**

Tarif :
70 euros pour l’année à régler en une seule fois à l’Association

Encadré par un enseignant en activité physique adaptée diplômé



Gymnastique santé : un moment convivial et dynamique à travers des activités physiques adaptées
Projet cofinancé et en partenariat avec la CFPPA du Tarn

Contact / Inscription :

Justine GUYON : 06.65.81.31.23
justine.guyon@sielbleu.org