

Sédentarité

Surpoids

# Osez bouger !

Maladies chroniques

Douleurs chroniques

Isolement



Samedi 25 janvier 2025



De 13h15 à 17h30



Salle polyvalente du Domaine  
de Lisledon à Villemandeur

Avec la participation du Dr Fabrice LAGARDE

## Au programme

- ➔ 13h15 - 13h30 : Ouverture des portes au public
- ➔ 13h30 - 17h30 : Forum & Ateliers

ENTRÉE  
GRATUITE

## Ateliers de démonstrations de différentes disciplines :

Gym, activité physique adaptée, danse, yoga, tennis de table, pétanque, marche nordique, boxe santé.

Plus d'infos : [marketing.insu@nhc.care](mailto:marketing.insu@nhc.care)

## Partenaires

