



BOUGER, C'EST LA SANTÉ !

Faire bouger nos muscles, c'est bien !

Faire travailler notre cerveau en plus,
c'est encore mieux !

Tout cela en groupe et dans le plaisir. Super !

C'est justement ce que nous offrons gratuitement
à toutes les personnes de 55 ans et plus
de St-Jean-Chrysostome.

Dans le cadre de nos Mardis-Acti-VIE-tés +
Chaque mardi de 13 h 30 à 15 h 30

Le tout animé par une équipe dynamique.

Venez nous rejoindre et invitez vos amis !

On vous attend !

Information : 418 839-0749