



Accompagner à domicile
pour améliorer l'autonomie

BOUGEZ AVEC L'ADPA !

VOUS AVEZ 60 ANS ET PLUS ?

VOUS CHERCHEZ UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE QUI VOUS
APPORTERA DU BIEN- ÊTRE SANS VOUS FAIRE MAL ?

SAUTEZ LE PAS ET PARTICIPEZ AUX SÉANCES DE
SPORT ADAPTÉ ORGANISÉES PAR LA VILLE DE
SEYSSINET ET L'ADPA.

12 séances d'une heure

Dans les locaux de l'Arche

**Animées par Camille, notre intervenante en
activité physique adaptée.**

Les mardis matins

du 18 avril au 18 juillet 2023

INSCRIPTION OBLIGATOIRE - Gratuit

**Renseignements et inscription auprès de
L'ADPA :**

04 76 40 05 58 ou par mail à
prevention@adpa38.fr

Retrouvez toutes les propositions du service
prévention sur www.adpa38.fr
(Nos services / Service prévention.)



Ne pas jeter sur la voie publique



isère
LE DÉPARTEMENT



SAP
seyssinet
pariset