

RENCONTRE SANTÉ

Des contes et des contrées



La santé en balade



*Jeu*di 30

MAI 2024

à partir de 14h30



Résidence Ékip'Age

1 rue Anne Caseneuve

BADEN

Inscription
GRATUITE

CCAS de Baden
02 97 57 19 56
accueil.ccas@baden.fr

Action à
destination
des
SENIORS



#Rencontresanté



UNE BALADE CONTEE

Un circuit de marche accessible pour découvrir le patrimoine local, ponctué de pauses contées !

Les partenaires :



VILLE DE **Baden**



MORBIHAN



**POUR BIEN
VIEILLIR
BRETAGNE**



vyv
Bretagne

**VOUS AVEZ 60 ANS OU PLUS ?
VENEZ VOUS OXYGENER ET
DECOUVRIR LE PATRIMOINE LOCAL
GRÂCE À UNE BALADE CONTEE !**

Accessible à tous, la marche est une activité qui permet d'entretenir son système cardio-vasculaire et de se tonifier des pieds à la tête.

Au fur et à mesure de la progression sur le sentier, des pauses contées vous transporteront dans l'univers de la faune, de la flore locale bretonne et d'histoires urbaines ou rurales.

Ce moment convivial et de découverte est encadré par un conteur professionnel et un professeur en activité physique adaptée.

Et après l'effort, le réconfort ! **Une collation vous attendra en fin de balade pour poursuivre les échanges. Un forum avec les structures et associations du territoire** vous sera également proposé afin de les rencontrer.

Prévoir une gourde d'eau, des chaussures et une tenue souple adaptée à la marche et votre bonne humeur.

Inscription
GRATUITE

CCAS de Baden
02 97 57 19 56
accueil.ccas@baden.fr