

Projet Au fil des Randos

Afin de prévenir la perte d'autonomie des plus de 60 ans, le programme de prévention reprend avec des sorties randonnées adaptées.

Nous vous proposons **une randonnée chaque semaine à partir du vendredi 2 octobre**. Ces randonnées itinérantes vous permettront de pratiquer une activité physique régulière et de cheminer de communes en communes.

Les randos d'octobre

* **Le 2 octobre** à Savères

Découverte du lac

Rendez-vous à 9h30, 13 place du 11 novembre

* **Le 9 octobre** à Cazères

Découverte des bords de Garonne

Rendez-vous à 9h30, devant la Maison Garonne

* **Le 16 octobre** au Fousseret

Découverte du village

Rendez-vous à 9h30, au jardin du Picon

Renseignements et inscriptions

05 61 98 27 72 ou 06 14 80 15 33

Ce programme, ouvert à toutes les personnes du territoire de Cœur de Garonne de plus de 60 ans, est pris en charge par la Conférence des Financeurs de la Prévention de la Perte d'Autonomie. Pour toutes les randonnées, un transport sera organisé à la demande



PRÉVENTION
DES SENIORS

AU FIL DES RANDOS

Sport-santé



Pour les + de 60 ans

Randonnées itinérantes
en Coeur de Garonne
les vendredis à partir de 9h30

Inscriptions
05 61 98 27 72 ou 06 14 80 15 33
(transport à la demande possible)

Dispositif pris en charge par la confiance des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie.

