

Nos partenaires : La Commune d'Oudon, la Communauté de communes du Pays d'Ancenis, le Clic du Pays d'Ancenis, la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé d'Ancenis, les professionnel-les de santé du secteur (diététicien-nes, kinésithérapeutes, osthéopathes...), la Structure Régionale d'Appui et d'Expertise Nutrition Pays de la Loire (SRAE Nutrition).



Participez à la conférence **sport-santé seniors**

Les bienfaits de l'activité physique sur la santé des seniors

■ **Mardi 17 septembre 2024 à 10h**
Salle Omblepied, complexe sportif Jean Mathelier
213 rue de la Loire, Oudon

Gratuit

Renseignements et inscriptions sur
loire-atlantique.fr/sport-seniors-oudon



Département de Loire-Atlantique
Délégation d'Ancenis
118 rue du Maréchal Foch
CS 50166
44155 Ancenis-Saint-Géréon
Tél : 02 44 42 12 00

Conception et impression : Département de Loire-Atlantique
Crédit photos : © FredFroese - iStockphoto
Juillet 2024



Vous voulez découvrir un moyen facile et ludique pour rester en forme après 60 ans ?

Le Département, en partenariat avec la Communauté de communes du Pays d'Ancenis, le CLIC du Pays d'Ancenis, la Communauté Professionnelle Territoriale de Santé d'Ancenis et la Structure Régionale d'Appui et d'Expertise Nutrition Pays de la Loire, vous invite à participer à une conférence sur les bienfaits de l'activité physique sur la santé.

9h45 à 10h : Accueil

10h : Introduction « Médecine et Sport » par Sophie Conrath (médecin au Département de Loire-Atlantique)

10h15 : Intervention « Les bienfaits du Sport » par Charles Gaignon (SRAE Pays de la Loire)

11h : Pause dynamique en mouvement

11h15 : Reprise de l'intervention de Charles Gaignon

11h45 : Questions / réponses

12h : Verre de l'amitié



■ **Inscriptions à partir du lundi 15 juillet**
sur loire-atlantique.fr/sport-seniors-oudon

■ **Informations complémentaires et aide à l'inscription :**

Jacques Blandin : 06 77 09 34 07
jacques.blandin@loire-atlantique.fr

Agathe Desmars au 06 86 45 83 06
agathe.desmars@loire-atlantique.fr