Voilà l'été, si on bougeait ?

Retraités : profitez des beaux jours pour sortir de chez vous, faire des rencontres et renforcer votre tonus !

Tout l'été, l'**Agirc-Arrco**, en partenariat avec la **ville de Pontault-Combault**, vous propose des séances de marche en groupe près de chez vous **du 2 juillet au 20 août 2024 le mardi de 9h à 10h30**

Pour plus d'information une réunion de présentation aura lieu le **mardi 18 juin** de **10h00 à 11h30**

En **présentiel** : **salle Madame Sans-Gêne - Hôtel de Ville**, 105 Av. de la République - Pontault-Combault
(Inscription auprès de l'espace séniors : 01 60 28 10 43)

En **visioconférence sur le site Happyvisio.com**
(conférence gratuite sur inscription avec le code CASFR)

POUR BIEN VIEILLIR

Ensemble, les caisses de retraite s'engagent

ETE INDIEN

Voilà l'été, si on bougeait ?

"Voilà l'été, si on bougeait ?" c'est quoi ?

- une opération proposée par l'Agirc-Arrco aux seniors dès 60 ans
- une marche tous les mardis du 2 juillet au 20 août, de 9h à 10h30, encadrée par deux professeurs d'enseignement physique adapté

Pourquoi ?

- inviter les seniors à sortir, à faire de l'activité physique adaptée et à se rencontrer
- ces marches sont intergénérationnelles : les seniors seront accompagnés de membres du Quartier Jeunes

Comment m'inscrire ?

- par téléphone auprès de l'Espace Seniors au 01 60 28 10 43
- directement auprès de l'Espace Seniors situé à la Résidence autonomie Georges-Brassens, 1 place Félicien-Henriot, 77340 Pontault-Combault
- en remplissant un formulaire d'inscription le jour de la réunion d'information

Une réunion d'information

- un webinaire d'information et de présentation de l'action a lieu **mardi 18 juin de 10h à 11h30 en salle Mme Sans-Gêne**
- les personnes intéressées peuvent **s'y inscrire jusqu'au 17 juin** par téléphone ou directement auprès de l'Espace Seniors

AGIRC-ARRCO est l'organisme de retraite complémentaire des salariés du privé.

C'est la 3e édition de l'opération "Voilà l'été, si on bougeait ?" organisée en partenariat avec l'association l'Été indien : agréée par l'État "Entreprise Solidaire d'Utilité Sociale", l'Été indien propose des activités physiques adaptées pour les seniors auprès des collectivités locales.

Date(s) pour cet événement

Mardi 2 juillet 2024 - 09:00 - Mardi 20 août 2024 - 10:30

Informations pratiques

Tarifs:
Gratuit

Contact:
Espace Seniors : Résidence autonomie Georges-Brassens, 1 place Félicien-Henriot, 77340 Pontault-Combault

01 60 28 10 43

URL de la source (modifié le 19/06/2024 - 14:12): https://www.pontault-combault.fr/agenda/voila-lete-si-bougeait