

BIEN VIEILLIR DANS LE LOT !

Selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), vieillir en bonne santé, c'est pouvoir continuer
« à être ce que l'on a toujours été et à faire ce qui est important pour soi ».

GRATUIT

ATELIERS DE FORMATION À L'APPLICATION ICOPE POUR ÉVALUER SES CAPACITÉS ET RESTER EN BONNE SANTÉ



Mémoire



Mobilité



Nutrition



Audition



Vision



Psychologie

VENDREDI 06 OCTOBRE 2023

FIGEAC

9h30 - 11h30

Centre social Nicole-Paulo
place Vival

Inscriptions **OBLIGATOIRES ET GRATUITES**
du lundi au vendredi de 9h à 12h et 13h à 17h

 **05 65 367 387**
 **icope-46.fr**



Pour l'atelier : venez avec votre smartphone ou votre tablette
Si vous n'en n'avez pas, une tablette peut vous être mise à disposition le temps de l'atelier



BIEN VIEILLIR DANS LE LOT !

Selon l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), vieillir en bonne santé, c'est pouvoir continuer
« à être ce que l'on a toujours été et à faire ce qui est important pour soi ».

GRATUIT

ATELIERS DE FORMATION À L'APPLICATION ICOPE POUR ÉVALUER SES CAPACITÉS ET RESTER EN BONNE SANTÉ



Mémoire



Mobilité



Nutrition



Audition



Vision



Psychologie

JEUDI 12 OCTOBRE 2023

FIGEAC

9h30 - 11h30 / 14h - 16h

Centre social Nicole-Paulo
place Vival

Inscriptions **OBLIGATOIRES ET GRATUITES**
du lundi au vendredi de 9h à 12h et 13h à 17h

📞 **05 65 367 387**
🌐 icope-46.fr



Pour l'atelier : venez avec votre smartphone ou votre tablette
Si vous n'en n'avez pas, une tablette peut vous être mise à disposition le temps de l'atelier

