

# ATELIERS SPORT SANTÉ ET DIÉTÉTIQUE

Pour les + de 60 ans  
habitant une commune du SIVoM Val de Banquière

PROGRAMME JUIN-JUILLET 2024

**VENDREDI 21 JUIN**

Castagniers

◆ de 14h à 15h15 : *Atelier équilibre*

**LUNDI 24 JUIN**

Saint-Martin-du-Var

◆ de 9h à 11h : *Atelier culinaire*  
Pour une mémoire et un cerveau en pleine forme

**JEUDI 4 JUILLET**

Tourrette-Levens

◆ de 9h à 11h : *Atelier culinaire*  
Pour une mémoire et un cerveau en pleine forme

Saint-André de la Roche

◆ de 9h à 11h : *Atelier culinaire*  
Pour une mémoire et un cerveau en pleine forme

**LUNDI 8 JUILLET**

Drap

◆ de 13h30 à 14h45 : *Atelier équilibre*

**JEUDI 11 JUILLET**

Saint-André de la Roche

◆ de 9h à 10h15 : *Gym du dos*



**COURS  
OFFERTS**  
PLACES LIMITÉES

**VENDREDI 12 JUILLET**

Saint-Martin-du-Var

◆ de 9h30 à 10h45 : *Gym du dos*

**MARDI 16 JUILLET**

Colomars

◆ de 9h à 11h : *Atelier culinaire*  
Allier équilibre et plaisirs sucrés

**JEUDI 18 JUILLET**

Levens

◆ de 9h30 à 10h45 : *Atelier équilibre*

**VENDREDI 19 JUILLET**

Bonson

◆ de 9h30 à 10h45 : *Atelier équilibre*

Castagniers

◆ de 9h à 11h : *Atelier culinaire*  
Allier équilibre et plaisirs sucrés

**MARDI 23 JUILLET**

Saint-André de la Roche

◆ de 9h à 10h15 : *Atelier équilibre*

**VENDREDI 26 JUILLET**

Drap

◆ de 9h à 11h : *Atelier culinaire*  
Allier équilibre et plaisirs sucrés

**MARDI 30 JUILLET**

Aspremont

◆ de 9h30 à 10h45 : *Atelier équilibre*



06 25 86 57 88

mss@svdb.fr

**Conférence des financeurs**  
de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées