

Mercredi 19 mars 2025 (10h-16h30)

SALON DE VIE ACTIVE

Aîné.e.s en action et en santé

Profitez de cette **journée unique d'activités et d'information** pour les francophones de **55 ans +** organisée par le **Centre de vie active de Centres d'Accueil Héritage et Retraite active de Peel. C'EST GRATUIT!**

Centre communautaire Frank McKechnie
310 Bristol Rd E, Mississauga

- 10h** **Inscription**
- 10h30** **Mot de bienvenue**
- 11h** **Renforcement musculaire**
- 11h15** **Ombudsman de l'Ontario**
- 12h** **Lunch léger et visite du salon**
- 13h** **Panel** *Aînés en action et en santé*
- 14h10** **Pause**
- 14h30** **Dramathérapie** avec Nicolas Bézier
- 15h** **Yoga sur chaise** (30 minutes)
- 15h45** **Danse en ligne**
- 16h15** **Mot de la fin** (clôture à 16h30)



Financement assuré par:



Pour tout information : communiquez avec
Fabien Schneider, fschneider@caheritage.org (CAH)
Lorraine Gandolfo lgandolfo@rogers.com (RAP)

CAHeritage.org/CentreDeVieActiveCVA
retraiteactivepeel.ca