

# D-MARCHE



Dans le cadre du Contrat Local Santé du PETR, Camille Abadia met en place une action D-Marche à destination des seniors.

Cette action a pour objectif la prévention du vieillissement par un encouragement et un maintien de la marche. L'idée est d'augmenter la quantité de pas au quotidien pour rester en forme.

4 séances d'accompagnement sont proposées au SSIAD le Volvestre, de Rieux V. de septembre à décembre 2024. L'inscription se fait auprès de Camille Abadia avant le 2 septembre.



# REJOIGNEZ le programme

## D-MARCHE®

ET AUGMENTEZ VOTRE QUANTITÉ DE PAS  
AU QUOTIDIEN POUR RESTER EN FORME



TOUTES LES INFOS SUR [PAYSSUDTOULOUSAIN.FR](http://PAYSSUDTOULOUSAIN.FR)

