

Journée Sportive & Atelier discussion : Qu'est ce que c'est ?

Journée Sportive

C'est une journée où l'on vous propose de découvrir de nouvelles activités, organisées en collaboration avec des associations partenaires du territoire.

➔ **L'objectif ? Pratiquer, rencontrer, échanger et trouver** une activité qui vous plaise, adaptée à vos besoins et envies, pour l'après Viacti !

Atelier discussion

C'est un atelier d'une heure sur un thème précis (cancer, nutrition, arthrose...) pouvant être accompagné d'une mise en mouvement.

➔ **L'objectif ?** Approfondir une thématique spécifique afin d'être mieux informés et pouvoir agir dans l'intérêt de sa **santé** !

Automne 2024

Novembre

14/11
18h30 - 19h30
Douleurs et
sommeil

Décembre

14/12
Portes
ouvertes !

viacti
MOUVEMENTS SOLIDAIRES



44 bis boulevard Pierre
Mendes-France
77500 CHELLES

06 51 97 03 19
07 83 79 25 68

leterrain.chelles@viacti.com

L'apes
au service de la cohésion sociale
Groupe ActionLogement

Seqens
Groupe ActionLogement

ALINOV
LE FONDS D'INNOVATION
D'ACTION LOGEMENT IMMOBILIER



Hiver 2025



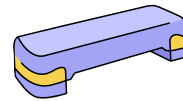
Janvier

25/01
14h - 16h

Équilibre & Step

15/01
18h - 19h

Bien vieillir



Mars

22/03
14h - 16h30

Boxe santé & self-défense

21/03
18h30 - 19h30

Cancer & Activité Physique

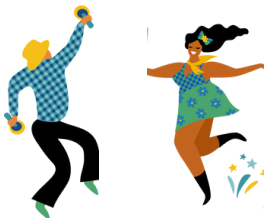
Février

22/02
14h - 16h

Danse adaptée
(atelier danse en famille)

20/02
18h30 - 19h30

Obésité, surpoids & diabète





Printemps - Eté 2025



Avril

26/04

14h - 16h30

Marche/course
orientation de
Pâques

22/04

18h - 19h

Etre actif au
quotidien



Juin

date et horaire
à venir

Olympiades
en famille !

05/06

18h30 - 19h30

Arthrose

Mai

date et horaire
à venir

Equithérapie

20/05

18h - 19h

Nutrition

