

**Présentiel Résidence  
autonomie  
Les Tilleuls 1348 chemin du  
grand tilleul  
01390 Mionnay**

**Sur inscription :  
au secrétariat de la mairie  
au 04 72 26 20 20**

# BIEN MANGER BIEN BOUGER

**Les Lundis de 14h30 à 16h30**

**ATELIERS SENIORS  
GRATUITS**



**14 NOV.  
ATELIER  
NUTRITION**

**21 NOV.  
ATELIER  
NUTRITION**

**28 NOV.  
ATELIER  
NUTRITION**

**05 DEC.  
ACTIVITE  
PHYSIQUE**

**12 DEC.  
ATELIER  
NUTRITION**

**19 DEC.  
ACTIVITE  
PHYSIQUE**