

Toujours en mouvement

Un programme d'activité physique en français, adapté à tous et spécialement conçu pour les personnes de 50 ans et plus!



Pour qui?

Aînés et adultes de 50 ans et plus, dans les communautés et lieux accueillants.

Durée des sessions

30, 45 ou 60 minutes

Langue

Offerte en français

Participez comme membre OU animateur Aïce

Contactez-nous!

306.230.8501 | kholoud@vitalite55sk.ca



Animées par des leaders formés grâce au programme Forever in Motion de la Saskatchewan Health Authority



Forever in Motion

A physical activity program offered in French, suitable for everyone, and specially designed for people aged 50 & up!



For whom?

Seniors & adults aged 50 & up, in welcoming communities and spaces.

Session Duration

30, 45, or 60 minutes

Language

Offered in French

Join as a member OR as a trained instructor

Contact us!

306.230.8501 | kholoud@vitalite55sk.ca



Led by trained leaders certified through the Forever in Motion program of the Saskatchewan Health Authority

