

Programme

Accueil		
9.15 - 9.30	● Mot de bienvenue Jean-Daniel Carrard, Syndic et Ophélie Dysli Jeanneret, Cheffe du Service des Sports	
9.30 - 10.30	● Conférence: Bonne retraite, bonne fourchette Laurence Margot, Diététicienne	
Pause		
11.00 - 11.30	● Présentation du projet "Pas de retraite pour ma santé" et des ateliers pratiques Marie Zollinger, chargée du projet "Pas de retraite pour ma santé"	
11.30 - 12.30	● Conférence: Bouger pour bien vieillir Professeur Christophe Büla, Chef du Service de Gériatrie du CHUV	
Repas		
12.30 - 13.30	● Repas Fourchette verte	Restaurant de la plage
Stands et ateliers		
14.00 - 14.30	● Entraînement urbain	Extérieur
	● Marche Nordique	Extérieur
	● Qi Gong	Restaurant
	● Méthode Margaret Morris	Restaurant
	● Danses de salon	Restaurant
	● Badminton	Centre badminton
Changement de salle + stands		
14.45 - 15.15	● Entraînement urbain	Extérieur
	● Marche Nordique	Extérieur
	● Qi Gong	Restaurant
	● Méthode Margaret Morris	Restaurant
	● Danses de salon	Restaurant
	● Badminton	Centre badminton
Changement de salle + stands		
15.30 - 16.00	● Entraînement urbain	Extérieur
	● Marche Nordique	Extérieur
	● Qi Gong	Restaurant
	● Méthode Margaret Morris	Restaurant
	● Danses de salon	Restaurant
	● Badminton	Centre badminton
Stands		
16.30	Fin de la journée	

Stands

Pas de retraite pour ma santé - Pro Senectute Vaud

CIPRET Vaud- Mouvement des Aînés Vaud - Ligue Vaudoise contre le rhumatisme