

**COUSANCE** RETRAITE SPORTIVE

## Une conférence avec le docteur Michel Jacques ce soir



■ **La Retraite Sportive propose des sorties de marche nordique. Une bonne activité pour rester en forme.** Photo Retraite Sportive

L'association de la Retraite Sportive Cousançoise organise le vendredi 17 novembre salle de la Grenette une conférence animée par le docteur Michel Jacques. Il y parlera notamment de l'altération des capacités sensorielles, physiques et mentales due à l'âge : trouble de la vision, diminution de la force et de la souplesse, perte d'autonomie... Il mettra également en lumière des moyens d'y remédier grâce à la pratique d'une

activité physique adaptée. La conférence est gratuite et ouverte à tout public.

**VENDREDI 17 novembre à 18 h**  
**Salle de la Grenette, Grande Rue.**  
**Association Retraite Sportive**  
**Cousançoise, contact Annick**  
**Genty : [anre.genty@orange.fr](mailto:anre.genty@orange.fr)**