

Je fais un bilan de santé chez mon médecin – et toi?



**Notre petit tour quotidien
nous met de bonne humeur.**



**Etre dans le coup, malgré
les difficultés!**



En avant, marche!
C'est ma devise.



Vieillir en s'amusant.



**Trouver un équilibre, surtout
quand les difficultés arrivent.**



Il n'y a pas d'âge pour apprendre!



Nous récoltons tous les jours les fruits de notre entraînement physique.



Une initiative de Promotion Santé Suisse

**Nous cuisinons ensemble
pour rester en forme!**

**Partager un repas, c'est bon pour
les papilles, la santé et l'humeur!**

