

110-03E Bienvenue dans l'ouest - Printemps-été 2019 - L'ouest d'Ottawa

L'importance de rester actif en toute sécurité

Avec Suzanne Sanford, agente de développement des loisirs et de la culture à la ville d'Ottawa

Une présentation motivante et entraînante sur les bienfaits et les stratégies pour demeurer actif en toute sécurité durant toutes les saisons.

Habillez-vous confortablement, on va bouger !

Venez découvrir le programme d'activités de Retraite en Action pour la session Printemps-été 2019 et vous inscrire aux différentes activités.

Amenez vos amis et amies ! Ils et elles sont les bienvenus.

Quand Le jeudi 16 mai de 13 h à 15 h

Où Au Centre communautaire Lakeside à la Plage Britannia, 102 avenue Greenview, à Ottawa

Coût Gratuit