



**Samedi 16 novembre 2024**

# Forum-Ateliers sportifs et ludiques En mouvement pour favoriser ma santé mentale

- ▶ Activités : **yoga, rando papote, réalité virtuelle**  
jeux de coordination et de concentration
- ▶ Échanges avec des professionnels intervenant  
autour de la santé mentale

Renseignements : 06 72 28 36 80 · [agenceloiresegreen.blf@msa49.msa.fr](mailto:agenceloiresegreen.blf@msa49.msa.fr)

**De 10h à 13h · Salle Claude Robert · Pouancé (Ombree d'Anjou)**

Organisé par le réseau sentinelles de Segré

