

# Maintenir la santé du coeur

**Comment devenir acteur au quotidien de la santé  
de son coeur ?**

**Conférence de 2 heures  
Mieux connaître notre coeur  
et les effets du temps sur son fonctionnement  
pour adapter au mieux son alimentation et l'activité physique .**

***Le vendredi 4 avril 2025, de 10h à 12h***



**Vareennes sur Seine**

**Centre Socioculturel St Exupéry  
33 rue de la Sauvagerie**

**Inscription obligatoire**

**01 64 28 75 25**

**contact@soutien-facil.fr**

