



LA **D**-MARCHE VOUS INVITE À AUGMENTER DURABLEMENT VOTRE QUANTITÉ DE PAS AU QUOTIDIEN !

Bénéficiez d'un **accompagnement à la motivation** soutenu par :

- Le **formateur D-marche®** pour la durée du programme
- Les **acteurs locaux** pour le long cours
- La **communauté D-marche** et la force du **lien social**
- Les **outils techniques** (podomètre connectable et site internet d-marche.fr)



Les séances auront lieu les mercredis

2 avril de 9h à 12h

7 mai de 14h à 16h

28 mai de 14h à 16h

25 juin de 14h à 16h

Inscription obligatoire pour les 4 séances

**Communauté de
Communes Rumilly Terre
de Savoie
3 place de la manufacture
74150 RUMILLY
Salle de l'Albanais**



Si vous êtes retraité, venez participer
gratuitement à ce programme car il est **financé**
à 100% par la **CARSATRA** dans un objectif de
santé publique.

Vous êtes intéressé(e)? INSCRIVEZ-VOUS !

- Par téléphone : **04.50.01.87.15 uniquement
le mercredi à partir de 9h00**

