

Pour souligner en grand la journée internationale des aînés (JIA), la table de concertation des personnes âgées de la Capitale-Nationale se joint à GÉNÉRATIONS ACTIVES qui organise un défi intergénérationnel unique dans un lieu exceptionnel

*Jeudi 3 octobre.*

Le DÉFI INCLUSION vous invite à marcher un parcours de 2 km sur un site d'une beauté extraordinaire: la Terrasse Dufferin/Promenade des Gouverneurs.

Vous pourrez faire le parcours le nombre de fois que vous désirez, afin de contribuer à l'objectif de **2 000 km** en collectif. L'activité est entièrement **GRATUITE**.

Détail intéressant, le parcours sera animé par des jeunes, nouveaux arrivants (francisation), qui mettront de la couleur et de la vie dans cet événement original.

Montrons à la jeunesse qu'il est possible de vieillir en beauté, en santé et en forme !

Horaire : **JEUDI 3 OCTOBRE**

Bloc AM de 10h à 12h

Bloc PM de 13h à 15h.

Pour inscriptions : [Inscription - Seniors - Défi Inclusion 2024 \(google.com\)](#)

Pour informations : Luc Richer (Génération Actives) 418-609-2276