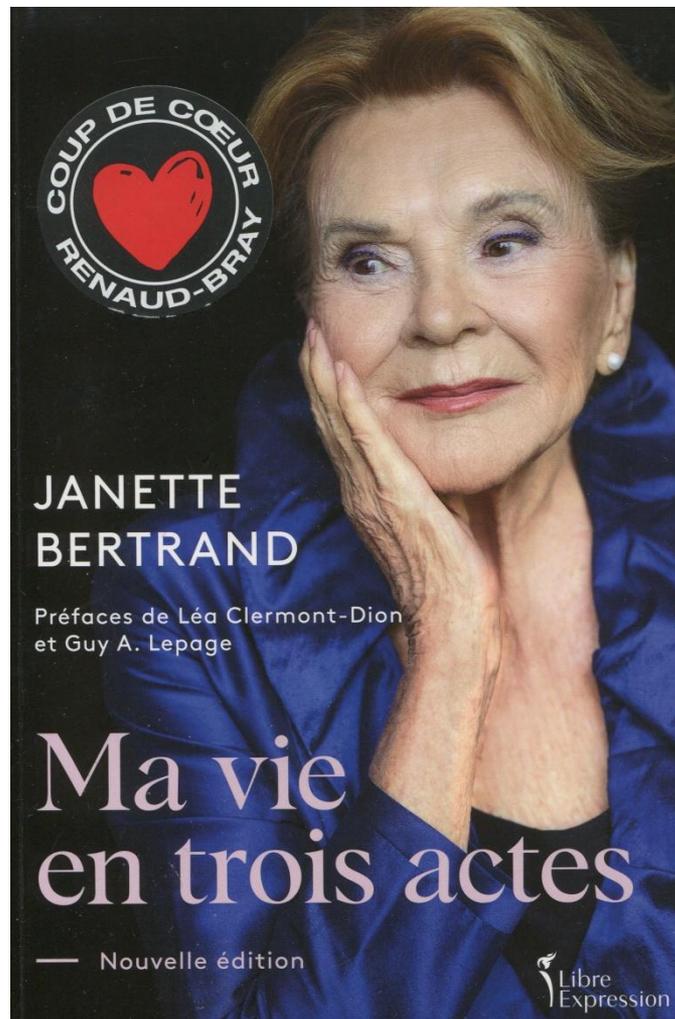


Les nouveautés du site **comprendre.site**



Vivre au-delà de 90 ans : une découverte fascinante dans le sang qui pourrait révéler la clé de la longévité.



À l'âge vénérable de **99 ans** (25 mars 2024)

comprendre.site

Nouveau passage maritime



Le nouveau pays de TRUMP – Pourquoi?



Garder la forme



Quelles activités physiques pour améliorer son cerveau?

<https://youtu.be/M1HRE2sxnkk>

<https://youtu.be/s8axl1VYEQ0>

https://youtu.be/DmjC_fJSbow

<https://www.youtube.com/watch?v=UFArk7Ly76A>

<https://youtu.be/YvHgy1VCVaQ>



Remise en forme avec Nancy Marmorat

<https://youtu.be/YvHgy1VCVaQ>

Plus la marche active chez soi, renforcement musculaire...



comprendre.site

Minimum de 2 heures/semaine



Garder la forme avec MAYA Baroudi

Lundi et mercredi de 10 h 15 à 11 h 15

[Site web: 123moveit.ca](http://123moveit.ca) - 514.515.1878

comprendre.site



20 règles pour les années d'or
comprendre.site

6 signes qui prouvent que vous vieillissez mieux que vous ne le pensez.



comprendre.site

Boire du thé ou du café ?



comprendre.site



**Les 10 meilleurs aliments
pour le cerveau des seniors.**

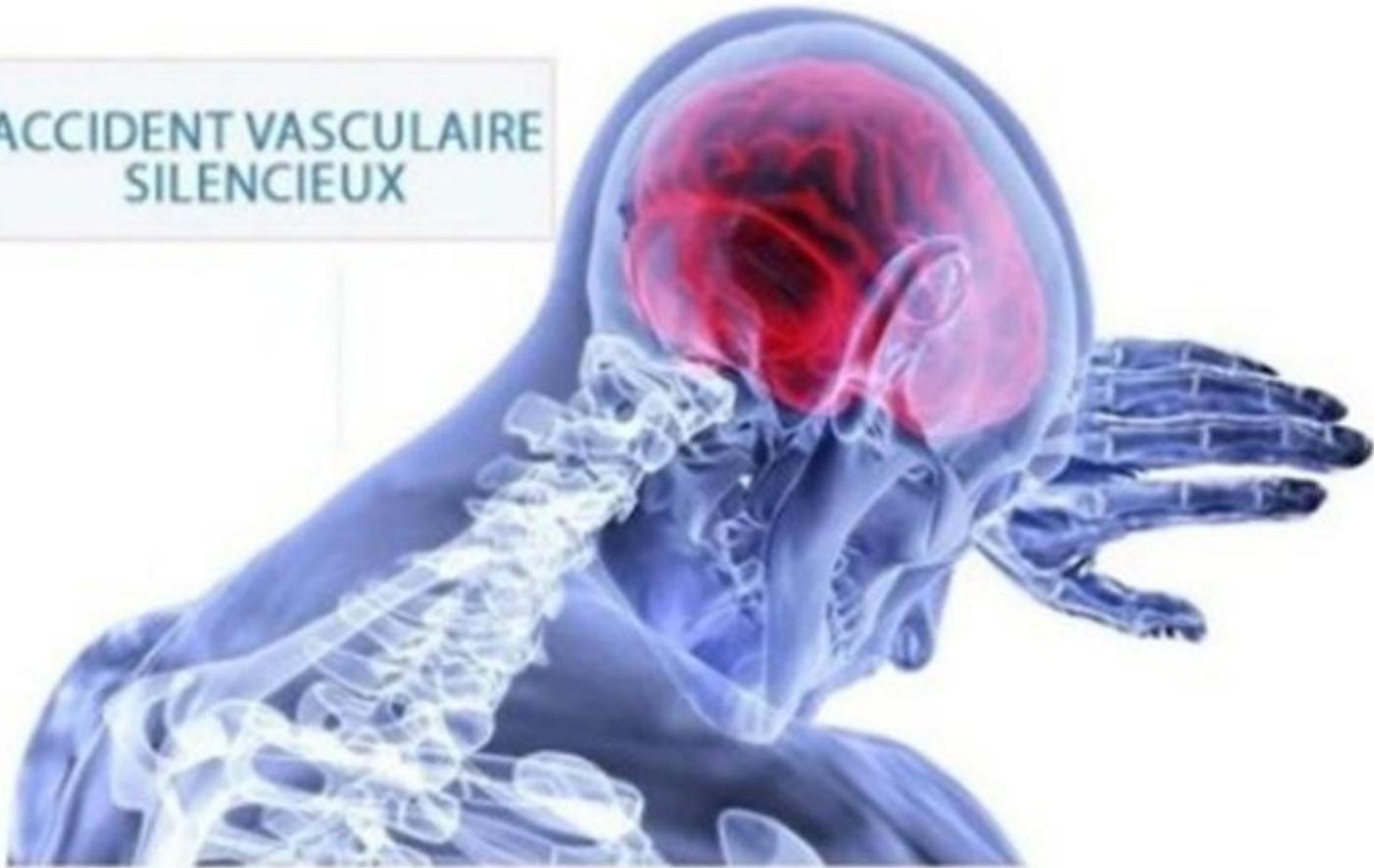
comprendre.site



**Le faible coût de base d'une mini maison peut en aider plusieurs.
Plus abordable, ce type de construction permet d'économiser
notamment les frais de chauffage et d'électricité.**

comprendre.site

ACCIDENT VASCULAIRE
SILENCIEUX



crise d'épilepsie

comprendre.site



Accident vasculaire cérébral (AVC)

comprendre.site

Santé



Schizophrénie et Alzheimer

comprendre.site

Quels sujets vous intéressent?

À l'adresse de courriel: beauchamp162@gmail.com
tapez **le numéro** de chaque sujet selon **VOS intérêts**.

1. Différents volets de **l'actualité** ...

2. La **sécurité des personnes vivant seules**?



3. **Satisfaction dans les résidences privées pour aînés**

4. **Vision de la mort** selon les grandes religions.



5. Vos **suggestions**...

Prochaines rencontres: jours et heure ?

comprendre.site