

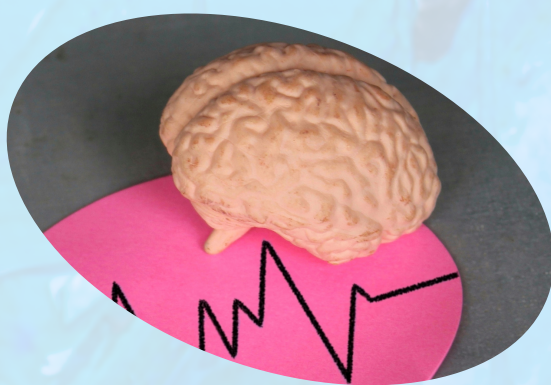
Retraités ? Profitez !

Pour les personnes âgées

Et celles qui accompagnent un proche au quotidien

Un choix d'activités adaptées, gratuites et accessibles

Découvrez le programme dans ce livret



ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE

AVEC L'ASSOCIATION SIEL BLEU

Mercredi 13 Mars

Mercredi 20 Mars

Mercredi 27 Mars

Mercredi 3 Avril

Mercredi 10 Avril

16h-17h

ATELIERS ÉQUILIBRE

AVEC L'ASSOCIATION SIEL BLEU

Mercredi 29 Mai

Mercredi 5 Juin

Mercredi 12 Juin

Mercredi 19 Juin

Mercredi 26 Juin

16h-17h

ATELIERS MÉMOIRE

AVEC L'ASSOCIATION BRAIN'UP

Lundi 8 Avril
Lundi 15 Avril
Lundi 6 Mai
Lundi 13 Mai
Lundi 27 Mai

10h-12h

SOPHROLOGIE

AVEC SOPHIE PAULIAT

Mercredi 13 Mars
Mercredi 20 Mars
Mercredi 27 Mars
Mercredi 3 Avril
Mercredi 10 Avril

16h-17h

Lundi 8 Avril
Lundi 15 Avril
Lundi 6 Mai
Lundi 13 Mai
Lundi 27 Mai

10h-11h

Mercredi 29 Mai
Mercredi 5 Juin
Mercredi 12 Juin
Mercredi 19 Juin
Mercredi 26 Juin

16h-17h

Informations / Inscriptions

par mail :
viesociale@residencedubignon.fr

ou par téléphone, demandez Marine :
02 99 69 49 43