


BIEN VIEILLIR.

CHEZ VOUS ! 

ATELIER PREVENTION SANTÉ UN NOUVEAU SOUFFLE POUR VOTRE BIEN-ÊTRE

- Découvrir des pratiques bien-être : sophrologie, yoga, automassage
- Pratiquer des activités permettant de trouver l'équilibre physique et psychologique
- Séances guidées par une professionnelle
- Rencontrez des personnes autour de chez vous pour partager des moments conviviaux

 4 séances de 1h30 à 2h : 30/04 – 07/05 – 17/05 – 21/05

GRATUIT

INSCRIPTION 

Auprès de Ninah Razafindrasoa

06.88.07.20.39 ou
ninah.razafindrasoa@bfc.mutualite.fr

À PARTIR DE
60 ANS

30
Avril

De 14h00 à 16h00

Salle Polyvalente du Bicentenaire
114 Rue du Bourg
71530 FRAGNES-LA-LOYERE

Partenaires



En partenariat avec le Conseil départemental, action financée par la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie (CNSA) dans le cadre de la Conférence des financeurs.